

**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN *ADVERSITY*
QOUTIENT PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA YANG BEKERJA**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
Guna Memenuhi Sebagian Syarat-syarat untuk Mendapatkan Gelar
Sarjana Psikologi*



SARTIKASARI TAMBUNAN

14.860.0197

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

MEDAN

2018

Judul Skripsi : Hubungan Antara Optimisme Dengan *Adversity Qoutient*
Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan
Area Yang Bekerja
NIM : Sartikasari Tambunan
NPM : 148600197
Jurusan : Psikologi Pendidikan

Disetujui Oleh
Komisi Pembimbing

Pembimbing I



Dr. Nur'aini, MS

Pembimbing II



Hj. Anna Wati Dewi Purba, S.Psi, MSi

Ka. Bagian



Hasanuddin, M.Ag, PhD

Dekan



Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd

Tanggal Sidang Meja Hijau

06 Oktober 2018

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal
06 Oktober 2018

Mengesahkan Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area



Dekan

Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Hasanuddin, M.Ag, PhD
2. Dr. Nur'aini, MS
3. Hj. Anna Wati Dewi **Purba**, S.Psi, MSi
4. Drs. Mulia Siregar, M.Psi

[Handwritten signatures in blue ink over horizontal lines]

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sartikasari Tambunan

NPM : 148600197

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : **Hubungan Antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang Bekerja.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di :

Medan

Pada Tanggal :

Yang Menyatakan



Sartikasari Tambunan

**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN *ADVERSITY QOUTIENT*
PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN
AREA YANG BEKERJA TAHUN**

SARTIKASARI TAMBUNAN

14.860.0197

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara optimisme dengan *adversity qouentient* pada mahasiswa fakultas psikologi universitas medan area yang bekerja tahun 2018. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi yang bekerja yang berjumlah 55 orang . Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan dua skala, yaitu skala optimisme dan *adversity qoutient*. Analisis data menggunakan teknik kolerasi (r_{xy}) sebesar 0,902 dengan $p = 0,01 < 0,010$, artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan *adversity qoutient* pada mahasiswa, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi *adversity qoutient* demikian pula sebaliknya semakin rendah optimisme maka semakin rendah *adversity qoutient* mahasiswa. optimisme mahasiswa tergolong sangat tinggi kerana (mean empirik = 91.836 > mean hipotetik = 90 dimana selisihnya melebihi bilangan SD = 5.890). Dan *adversity qoutient* juga tergolong tinggi, karena (mean empirik = 81.872 > mean hipotetik = 80 dimana selisihnya melebihi bilangan SD = 5.751). Adapun koefisien determinasi dari kolerasi tersebut sebesar efektif terhadap $R^2 = 0,814$ artinya optimisme memberikan sumbangan efektif *adversity qoutient* sebesar 90.2 %. Hasil penelitian ini sesuai hipotesis dengan hasil penelitian di lapangan.

Kata Kunci : Optimisme dan *Adversity Qoutient*

***The Colerration between Optimism and Adversity Quotient for
Students who Work in the Faculty of Psychology University
Medan Area***

SARTIKASARI TAMBUNAN

14.860.0197

ABSTRACT

The objective of this study is to find the correlation between optimism with adversity qoutient for students who worked of faculty psychology university medan area . The sample in this study were 55 psychology working students. The sampling technique using purposive sampling. Data retrieval is done using two scales, namely optimism scale and adversity qoutient. Data analysis using correlation r_{xy} technique of 0.902 with $p=0.01<0.010$, meaning that there is a significant positive relationship between optimism with adversity qoutient on students, which indicates that the higher the optimism, the higher the adversity qoutient and vice versa the lower the optimism, the more low adversity qoutient student. Student optimism is classified as very high because the empirical mean = 91.836 > hypothetical mean=90 where the difference exceeds SD=5.890). And adversity qoutient is also relatively high, because (empirical mean=81.872 > mean hypothetical=80 where the difference exceeds SD number=5.751). The coefficient of determination of the correlation is as effective as $R^2 = 0.814$, which means that optimism contributes to the effective adversity of qoutient by 90.2%. The results of this study fit the hypothesis with the results of research in the field.

Keywords: *Optimism and Adversity Quotient.*

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang	1
B. Identifikasi masalah	7
C. Batasan masalah	8
D. Rumusan masalah	8
E. Tujuan penelitian	8
F. Manfaat penelitian	9
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Mahasiswa	11
B. Definisi Mahasiswa	12
C. Definisi Mahasiswa Bekerja	12
D. <i>Adversity Quotient</i>	12
1. Pengertian <i>Adversity Quotient</i>	12
2. Tingkat Dalam <i>Adversity Quotient</i>	15
3. Aspek <i>Adversity Quotient</i>	17
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Adversity Quotient</i>	20
E. Optimisme	22
1. Definisi Optimisme	22
2. Ciri-ciri Optimisme	29
3. Aspek Optimisme	35

4. Manfaat Optimisme	37
5. Faktor-faktor Optimisme	39
F. Hubungan antara Optimisme dengan <i>Adversity Quotient</i>	43
G. Kerangka Konseptual	44
H. Hipotesis	44
BAB III. Metodologi Penelitian	45
A. Tipe Penelitian	45
B. Identifikasi Variabel Penelitian	45
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	46
D. Populasi dan Sampel	47
1. Populasi	47
2. Sampel	47
3. Teknik Pengumpulan Data	48
4. Analisis Data	52
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Orientasi Kencah Penelitian	54
B. Persiapan Penelitian	55
C. Pelaksanaan Penelitian	60
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian	61
E. Pembahasan	66
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	69
A. Simpulan	69
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	72



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Butir Skala <i>Adversity Quotient</i> Sebelum Uji Coba.....	56
Tabel 2. Distribusi Butir Skala Optimisme Sebelum Uji Coba	57
Tabel 3. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala <i>Adversity Quotient</i> Setelah Uji Coba	58
Tabel 4. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Optimisme Setelah Uji Coba	59
Tabel 5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	62
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Linearitas Hubungan.....	63
Tabel 7. Rangkuman Hasil Analisis <i>Product Moment</i>	64
Tabel 8. Hasil Perhitungan Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik.....	64

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, kesabaran, kemudahan dan kelancaran bagi peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan serta kerja sama yang baik dari berbagai pihak, oleh karena itu sudah sepantasnya dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Yayasan H. Agus Salim Universitas Medan Area.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng., M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Kepada bapak Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Kepada bapak Hairul Anwar Dalimunthe, M.Psi selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
5. Kepada ibu Dr. Nur'aini, MS selaku dosen pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepada ibu Annawati Dewi Purba S.Psi, M.Si selaku dosen pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

7. Bapak Hasanuddin, Ph,D selaku ketua penguji yang selalu ramah dan berbaik hati kepada peneliti dan selaku ketua jurusan Psikologi Pendidikan yang selalu berbaik hati kepada peneliti.
8. Bapak Drs. Mulia Siregar M.Psi selaku sekretaris yang memberikan saran serta ilmu pengetahuan dan memperlancar proses penyelesaian dalam skripsi peneliti..
9. Kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmu dan mengajarkan penulis banyak hal mengenai psikologi selama peneliti mengikuti perkuliahan.
10. Kepada seluruh staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Medan Area: Bang Mimi, Bang Agus, Bang Fajar, Bang Iwan, Bu Tris, Kak Citra, Kak Jana, dan Kak Tatik yang telah banyak membantu penulis dalam urusan administrasi.
11. Yang istimewa dan yang tercinta kepada kedua orang tuaku,Alm Ayahku (Ramli Tambunan) dan Mamaku (Hamidah Simanjuntak) yang tiada hentinya memberikan doa dan kasih sayangnya serta semangat dan selalu menjadi inspirasi peneliti untuk menjadi kebanggaan keluarga.
12. Yang tersayang kedua kakak-kakakku Elisa dan Halimah yang selalu memberikan doa, motivasi, semangat dan dukungan.
13. Kepada sepupu ku Siti Apsah, Enti Ayu, Azet, Putra dan Kak Niar yang selalu mendengarkan keluh kesah ku dan memberikan semangat agar aku tidak pantang menyerah.
14. Kepada sahabat-sahabat ku, Angelin Sisca Silalahi, Annisa Nur Bahri, Nurul Diniaty, Hafizah Nur Rahmadhani, Rizky Jessica Masrie, Johannes Aprianto

Siahaan, Bobby Novandre Sitepu, Ranto Wandu Ginting, Ayu Purnama Kita Purba yang selalu memberikan semangat dan saling membantu dalam proses penyelesaian karya tulis ini, serta selalu ada dalam suka dan duka, semoga kita cepat mendapatkan perkerjaan.

15. Kepada semua teman-teman seangkatan “Psikologi B stambuk 14” yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang selama ini belajar bersama dan berjuang bersama di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, terimakasih atas kebersamaannya selama 4 tahun ini, semoga kita semua mendapat yang terbaik.
16. Kepada Sahabat ku Hana yang selalu memberikan semangat serta doa untuk diperlancar dalam penyelesaian karya tulis ini, semoga cepat nyusul.
17. Kepada semua keluarga yang sudah mendoakan agar segera selesai dan dipermudah segala urusan dalam proses mendapatkan gelar S1 ini.
18. Terimakasih kepada Teman-teman semua yang telah membantu untuk pengerjaan karya tulis ini, semoga setiap urusan kalian dipermudah. Amin
19. Terimakasih untuk semua pembaca. Semoga dengan membaca karya tulis ini dapat menambah wawasan dan inspirasi untuk karya tulis, serta dapat mengembangkan karya tulis ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini terdapat banyak kekurangan dan kesalahan baik dalam kata, isi maupun tata tulisannya. Untuk itu peneliti mengharapkan saran dan sumbangan pikiran untuk kelengkapan karya tulis selanjutnya. Akhir kata semoga Allah SWT selalu melimpahkan berkah dan hidayah-Nya serta membalas segala amal baik semua pihak yang telah membantu

dalam penyelesaian skripsi ini. Dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan dan pengetahuan kita semua khususnya bagi peneliti pribadi.

Medan, 25 Oktober 2018

Peneliti

SARTIKASARI TAMBUNAN

14 860 0197



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Daya juang diperlukan seseorang untuk melakukan tindakan dan upaya bergerak ke depan secara maksimal dan mengatasi segala kesulitan untuk mencapai tujuan tertentu. Daya juang dibutuhkan untuk mencapai kesuksesan dalam hidup karena seseorang yang memiliki daya juang yang tinggi bisa sukses.

Daya juang adalah prediktor keberhasilan seseorang dalam menghadapi kesulitan, diantaranya bagaimana ia berperilaku dalam situasi sulit, bagaimana ia mengendalikan situasi, bagaimana dia dapat menemukan asal-usul yang tepat dari masalah, apakah ia mengambil kepemilikan karena dalam situasi itu, apakah dia mencoba untuk membatasi efek dari kesulitan dan bagaimana dia optimis bahwa kesulitan itu akhirnya akan berakhir, daya juang sangat berperan penting dalam kesuksesan seseorang (Kaur, 2012).

Faktor paling penting dalam meraih sukses adalah daya juang (Stoltz, 2000). Untuk mencapai kesuksesan perlu adanya langkah tujuan yang jelas, menyusun strategi untuk mencapai tujuan berdasarkan potensi diri, identifikasi hambatan yang akan datang dan temukan solusi, untuk sampai ketujuan adalah harga mati, sama halnya dalam belajar. Untuk meningkatkan hasil belajar seorang mahasiswa harus menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen dengan pemikiran kritisnya tanpa bantuan orang lain sehingga memperoleh prestasi yang maksimal.

Mahasiswa yang memiliki daya juang yang tinggi akan terus meraih prestasi yang setinggi-tingginya tanpa melalaikan pekerjaannya. Mahasiswa selalu di penuhi dengan tuntutan tugas akademik yang tinggi, belajar bukanlah satu-satunya focus yang harus ditekuni mahasiswa, bahkan banyak mahasiswa yang terjun dalam dunia kerja sambil menjalankan studinya. Meskipun banyak hambatan menghadang mereka tidak langsung menyerah dan tidak membiarkan kesulitan menghancurkan impian dan cita-citanya.

Menurut Rani (2013) pada dasarnya tujuan utama mahasiswa adalah untuk belajar dan mengembangkan pola pikir, untuk itu mahasiswa harus menjalankan semua proses dalam sebuah perguruan tinggi untuk mencapai tujuan belajar mereka agar mendapatkan indeks prestasi yang baik dan menyelesaikan kuliah mereka tepat waktu.

Saat ini peran mahasiswa sudah mulai bergeser ke arah lain, belajar bukanlah satu-satunya fokus dari tugas mahasiswa pada umumnya, banyak mahasiswa yang terjun dalam dunia kerja sambil menjalankan studinya. Menurut Jacinta (2002) yang mendasari seorang mahasiswa untuk bekerja diantaranya adalah kebutuhan finansial, kebutuhan sosial relasional dan kebutuhan aktualisasi diri. Mahasiswa yang bekerja adalah individu yang menuntut ilmu pada jenjang perguruan tinggi dan aktif sebagai peserta didik, yang juga menjalankan usaha atau sedang berusaha mengerjakan suatu tugas berupa buah karya, yang medatangkan upah, uang, kepuasan atau barang yang dapat dinikmati oleh orang yang bersangkutan. Dalam dunia perkuliahan, ditemukan fenoma dimana mahasiswa tidak hanya sekedar mengemban pendidikan dibangku

kuliah tetapi memiliki kegiatan ekstra lainnya lebih lanjut Watanabe (2005) menjelaskan bahwa jumlah mahasiswa yang kuliah sambil kerja meningkat tajam. Menurut Planty berdasarkan data *National Center for Education Statistic (NCES)*, 40% mahasiswa bekerja lebih dari 20 jam per minggu (Dadgar,2012).

Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja akan terus meraih prestasi yang setinggi-tingginya tanpa melalaikan pekerjaannya. Mahasiswa selalu di penuh dengan tugas akademik yang tinggi dan tuntutan pekerjaan kantor yang harus segera diselesaikan. Menjalani dua rutinitas ini sekaligus bukanlah hal yang mudah karena tidak semua orang berani mengambil keputusan seperti ini. Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja harus memiliki kemampuan untuk membagi waktu antara jam kuliah dengan jam bekerja yang masing-masing memiliki ketentuan. Membagi waktu bukanlah perkara yang mudah, stamina yang terkuras setelah bekerja sering kali mendatangkan rasa malas dan berimbas pada rendahnya konsentrasi untuk menyerap materi kuliah. Hal ini menjadi penyebab dalam kesulitan membagi waktu antara belajar dan bekerja.

Mahasiswa seringkali mengorbankan waktu liburannya untuk mengerjakan tugas kuliah atau tugas pekerjaan yang tertunda. Belum lagi ketika tugas kantor dan ujian datang bersamaan bukan hanya membagi waktu tapi kapasitas otak pun harus terbagi juga. Kuliah sambil bekerja bukan hanya menguras waktu tapi juga tenaga dan pikiran.

Berdasarkan hasil observasi yang ditemukan peneliti di universitas medan area fakultas psikologi kelas malam bahwa beberapa mahasiswa memiliki alasan

menjalani kuliah sambil bekerja diantaranya karena untuk memenuhi kebutuhan finansial. Untuk mengejar pendidikan dan jenjang karir yang lebih baik serta mencari pengalaman. Beberapa mahasiswa yang bekerja terlihat kerepotan membagi waktu antara kerja dan kuliah dikarenakan deadline tugas yang secara bersamaan harus diselesaikan sampai membuat mahasiswa tersebut rela begadang untuk menyelesaikan tugas kuliahnya. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara peneliti dengan salah satu mahasiswa yang berinisial C fakultas psikologi universitas medan area:

“Ya mungkin nasib aku lah kak kuliah sambil bekerja, kalo gak kerja dari mana aku bisa bayar uang kuliah, orang tua ku pun susah. berat sih kak kuliah sambil bekerja, belum lagi kalo ada tugas ya sempat sempatin la kak ngerjainnya, banyak tekanan rasanya pengen istirahat kalo da pulang kerja, tapi harus kuliah malam lagi, ditambah lagi tugas kuliah, kadang sampai bingung mau kerjain kapan, pulang kuliah sudah capek tapi banyak tugas yang harus dikerjain, tapi ya harus dikerjain sampai tengah malam besok kerja rasanya ngantuk. Kalau gak gitu saya gak bisa kuliah. Mengharapkan orang tua pun berat karena banyak adek juga dirumah, walaupun gitu saya tetap berusaha kak buat dapat sarjana (C, 19/11).”

Ningsih (2005) mengatakan bahwa hal yang menjadi kendala dalam kuliah sambil bekerja yang tidak mudah membagi waktu antara kuliah, kerja, istirahat dan urusan-urusan lain. Mahasiswa merasa terkendala dalam membagi waktu untuk belajar dan membuat tugas-tugas. Mahasiswa yang bekerja pun merasa tidak memiliki waktu yang cukup banyak dalam menjalankan aktivitas belajar dan bekerja secara bersamaan. Mahasiswa menyatakan bahwa seringkali kurang berkonsentrasi di jam kuliah karena aktivitas kuliah dengan bekerja menjadi beban pikiran, lingkungan seperti ini akan sangat mempengaruhi prestasi dari mahasiswa.

Dalam kenyataannya, individu yang cerdas dibidang akademik dan baik secara emosional terkadang tidak mendapatkan kesuksesan dalam hidupnya karena mereka cepat menyerah dan diam ketika dihadapkan pada kesulitan dan kegagalan dan akhirnya mereka berhenti berusaha dan menyia-nyiakan kemampuan *Intelligence Quotient* dan *Emotional Quotient* yang dimilikinya.

Stoltz (2000) mengajukan teori mengenai *Adversity Quotient* yang menurutnya dapat menjembatani antara *Intelligence Quotient* dan *Emotional Quotient* seseorang. *Adversity Quotient* ini individu dapat mengubah hambatan menjadi peluang karena kecerdasan ini merupakan penentu seberapa jauh individu mampu bertahan dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan. *Adversity quotient* (AQ) adalah kecerdasan seseorang dalam menghadapi situasi-situasi masalah atau kemalangan dalam kehidupan. Dikatakan juga *adversity quotient* (AQ) berakar pada bagaimana kita merasakan dan menghubungkan dengan tantangan-tantangan.

Menurut Stoltz *adversity quotient* akan dapat memberitahukan seberapa baik seseorang dapat bertahan dan mampu mengatasi kesulitan, *adverity quotient* juga dapat meramalkan siapa saja yang dapat bertahan dengan kesulitan atau siapa saja yang akan hancur, serta dapat meramalkan siapa yang dapat melebihi harapan dari *performance* dan potensinya dan siapa yang akan gagal, memprediksikan siapa yang akan menyerah dan siapa yang akan menang (2000).

Stoltz (2000) menyebutkan kesuksesan sangat dipengaruhi oleh kemampuan seseorang dalam mengandalikan atau menguasai kehidupannya sendiri. Kesuksesan sangat dipengaruhi dan dapat diramalkan melalui cara seseorang merespon dan

menjelaskan kesulitan. Menurutnya *adversity quotient* (AQ) memiliki empat aspek yaitu *Control, Origin-ownership, Reach, Endurance*. Aspek tersebut menjelaskan tentang bagaimana respon yang digunakan individu untuk menjelaskan kesulitan yang dialami. Dari keempat dimensi tersebut maka dapat dilihat tingkatan atau kategori respon individu dalam menghadapi kesulitan.

Banyak orang yang sukses dalam mencapai apa yang di cita-citakannya dan hal itu tidak mudah ia harus terus berjuang dan dilandaskan dengan sikap pantang menyerah, berani bangkit dalam kegagalan dan harus terus selalu mencoba. Hidup ini menurut Stoltz (2000) bisa diibaratkan seperti mendaki gunung, kepuasan dicapai melalui usaha yang tidak kenal lelah untuk terus mendaki, meskipun kadang-kadang langkah yang ditapakkan terasa lambat dan menyakitkan.

Setiap kesulitan merupakan tantangan, setiap tantangan merupakan suatu peluang, dan setiap peluang harus disambut. Perubahan merupakan bagian dari suatu perjalanan yang harus diterima dengan baik. Pada umumnya ketika dihadapkan pada tantangan-tantangan hidup, kebanyakan orang berhenti berusaha sebelum tenaga dan batas kemampuan mereka benar-benar teruji. Kemampuan seseorang dalam mengatasi setiap kesulitan disebut dengan *adversity quotient* dengan kecerdasan ini individu mampu mengubah menjadi peluang (Stoltz, 2000).

Dalam konteks pendidikan harus mengatasi hambatan atau kegagalan menjadi peluang baginya untuk mendapat tujuan yang ingin ia capai untuk itu diperlukan performansi *adversity quotient* sebagai kecerdasan yang melatarbelakangi kesuksesan dan menjadikan kegagalan sebagai tantangan baginya.

Menurut Stoltz (2000) Salah satu yang menjadi faktor dari *adversity quotient* adalah keyakinan. Keyakinan akan kemampuan dirinya dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi suatu masalah serta membantu seseorang dalam mencapai tujuan. Siswa yang memiliki keyakinan akan mampu untuk menghadapi dan mengatasi masalah yang menjadi hambatan kesuksesan bagi dirinya, keyakinan pada penelitian ini disebut juga sebagai Optimisme.

Optimisme adalah keyakinan dalam menyikapi sebuah peristiwa baik menyenangkan maupun tidak menyenangkan, menempatkan penyebab kegagalan pada keadaan di luar diri, memiliki harapan dan ekspektansi menyeluruh bahwa akan ada lebih banyak hal baik daripada hal buruk akan terjadi pada masa yang akan datang.

Seligman (2008) telah menguraikan optimisme sebagai gaya penjelasan yang berakar dari teori atribusi. Menurut pendekatan ini, gaya penjelasan optimis menghubungkan peristiwa baik yang terjadi pada dirinya bersifat pribadi, permanen dan pervasive, sedangkan kejadian buruk yang terjadi pada dirinya bersifat eksternal (bersumber dari luar), sementara dan spesifik. Sebaliknya, gaya penjelasan pesimis peristiwa yang baik terjadi karena faktor internal, bersifat sementara dan spesifik. Sedangkan peristiwa buruk yang terjadi bersifat permanen dan pervasive.

Berdasarkan fenomena yang ada maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang Bekerja.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas bahwa *adversity quotient* adalah kecerdasan individu dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup. *Adversity quotient* akan dapat memberitahukan seberapa baik seseorang dapat bertahan dengan kesulitan atau siapa saja yang akan hancur, dapat meramalkan siapa yang melebihi harapan dari *performance* dan potensinya dan siapa yang akan gagal. *Adversity quotient* (AQ) adalah kecerdasan seseorang dalam menghadapi situasi-situasi masalah atau kemalangan dalam kehidupan. (Stoltz, 2000).

Penelitian ini layak untuk dilakukan karena meski banyak penelitian *adversity quotient* tapi ini berkaitan dengan optimismememerupakan hal penting dalam pencapaian kesuksesan bagi mahasiswa psikologi yang bekerja dimana optimismeadalah keyakinan atau pengharapan tentang sejauhmana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan suatu tugas atau tindakan tertentu.

C. Batasan Masalah

Penelitian ini dibatasi hanya pada masalah yang berkaitan dengan Optimism dengan *Adversity Quotient* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang Bekerja.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara Optimisme

dengan *Adversity Quotient* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang bekerja?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang bekerja.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi ilmu psikologi baik teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, diharapkan hasil penelitian mampu memberikan sumbangan pengetahuan atau informasi yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan psikologi pendidikan pada khususnya lalu memberi sumbangan ilmu pada bidang psikologi pendidikan serta dapat memperluas pemahaman yang lebih jelas mengenai optimisme dengan *adversity quotient*.

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan khasanah keilmuan dibidang psikologi pendidikan yang berkaitan dengan optimisme dengan *adversity quotient*

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai optimisme dengan *adversity quotient* agar pihak sekolah dapat membimbing dan membantu mahasiswanya untuk mempermudah dalam mengikuti bidang perkuliahan.

b. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bahan masukan atau informasi bagi mahasiswa agar mampu untuk lebih selektif dalam mencapai penyelesaian program studinya.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini semoga dapat membantu para peneliti lain untuk dijadikan referensi agar lebih memperluas hasil dalam melakukan penelitian selanjutnya.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. MAHASISWA

1. Defenisi Mahasiswa

Defenisi mahasiswa menurut kamus lengkap Bahasa Indonesia (Kamisa,1997) bahwa manusia merupakan individu yang belajar di perguruan tinggi. Montgomery dalam papalia dkk (2008) menjelaskan bahwa perguruan tinggi atau universitas dapat menjadi sarana atau tempat untuk seseorang individu dalam mengembangkan kemampuan intelektual, kepribadian, khususnya dalam melatih keterampilan verbal dan kuantitatif, berpikir kritis dan moral reasoning.

Mahasiswa merupakan satu golongan dari masyarakat yang mempunyai dua sifat, yaitu manusia muda dan calon intelektual, dan sebagai calon intelektual, mahasiswa harus mampu untuk berpikir kritis terhadap kenyataan sosial, sedangkan sebagai manusia muda, mahasiswa seringkali tidak mengukur resiko yang akan menimpa dirinya (Djojodibroto, 2004). Mahasiswa dalam perkembangannya berada pada katagori remaja akhir yang berada dalam rentang usia 18-21 tahun (Monks dkk, 2013). Menurut Pappalia, dkk (2007), usia ini berada dalam tahap perkembangan dari remaja atau adolescence menuju dewasa muda atau young adulthood. Pada usia ini, perkembangan individu ditandai dengan pencarian identitas diri, adanya pengaruh dari lingkungan, serta sudah mulai membuat keputusan terhadap pemilihan pekerjaan atau karirnya.

didalam menjalani serangkaian kuliah itu sangat dipengaruhi oleh kemampuan mahasiswa itu sendiri, karena pada kenyataannya diantara mahasiswa ada yang sudah bekerja atau disibukkan oleh kegiatan organisasi kemahasiswaan.

2. Defenisi Mahasiswa Bekerja

Bekerja adalah suatu bentuk aktivitas yang mengandung 4 unsur, yaitu rasa kewajiban, pengeluaran energi, pengalaman mewujudkan atau menciptakan sesuatu, dan diterima atau disetujui oleh masyarakat (Powell, 1983). Menjelang usia *adolescence* dan *young adulthood*, banyak para remaja yang sudah memikirkan tentang bagaimana mencari *part-time* job, mengembangkan pendidikan, atau masuk dalam dunia pekerjaan, dan presentase remaja yang bekerja meningkat sampai pada usia 21 tahun (Powell, 1983). Berdasarkan pengertian diatas, dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang bekerja adalah individu yang berusia 18-21 tahun, yang menjalani aktivitas perkuliaannya sambil bekerja dalam suatu lembaga usaha baik bekerja secara *part-time* maupun secara *full time*.

B. ADVERSITY QUOTIENT

1. Pengertian *Adversity Quotient*

Dalam kamus bahasa Inggris, *adversity* berasal dari kata *adverse* yang artinya kondisi tidak menyenangkan, kemalangan, jadi dapat diartikan bahwa *adversity* adalah kesulitan, masalah atau ketidakberuntungan. Sedangkan *quotient* menurut kamus bahasa Inggris adalah derajat jumlah dari kualitas

spesifik/karakteristik atau dengan kata lain yaitu mengukur kemampuan seseorang (Echols dan Shadily, 1976).

Depertemen Pendidikan Nasional (2007) Kamus Besar Bahasa Indonesia menyatakan *Adversity Quotient* dapat juga didefinisikan sebagai daya juang yaitu kemampuan mempertahankan atau mencapai sesuatu yang dilakukan dengan gigih. *Adversity quotient* dicetuskan oleh Paul G Stolz untuk menjembatani antara kecerdasan intelektual (IQ) dengan kecerdasan emosional (EQ). Baginya, meskipun seseorang IQ dan EQ yang baik namun tidak mempunyai daya juang yang tinggi dan kemampuan merespons kesulitan yang baik dalam dirinya, maka kedua hal tersebut akan menjadi sia-sia saja. *Adversity quotient* ini individu dapat mengubah hambatan menjadi peluang karena kecerdasan ini merupakan penentu seberapa jauh individu mampu bertahan dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan (Stoltz, 2000).

Stoltz (2000) menempatkan AQ diantara EQ dan IQ. Hal ini dimaksudkan bahwa peran EQ dan IQ akan dapat menjadi maksimal dengan adanya AQ yang menjadi jembatan penghubung antara keduanya. *Adversity quotient* (AQ) adalah kecerdasan seseorang dalam menghadapi situasi-situasi masalah atau kemalangan dalam kehidupan. Sejalan dengan yang dikatakan Agustian (Rachmawati, 2007) *adversity quotient* merupakan kecerdasan individu dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup. Dikatakan juga *adversity quotient* (AQ) berakar pada bagaimana kita merasakan dan menghubungkan dengan tantangan-tantangan.

Adversity quotient dapat memberitahukan seberapa baik seseorang dapat bertahan dan mampu mengatasi kesulitan, dapat meramalkan siapa saja yang

dapat bertahan dengan kesulitan atau siapa saja yang akan hancur, meramalkan siapa yang melebihi harapan dari *performance* dan potensinya dan siapa yang akan gagal, memprediksikan siapa yang menyerah dan siapa yang akan menang (Stoltz, 2000).

Hidup ini menurut Stoltz (2000) bisa diibaratkan seperti mendaki gunung, kepuasan dicapai melalui usaha yang tidak kenal lelah untuk terus mendaki, meskipun kadang-kadang langkah yang ditapakkan terasa lambat dan menyakitkan. Stoltz (2000) *Adversity Quotient* merupakan kemampuan seseorang dalam mengamati kesulitan dan mengolah kesulitan tersebut dengan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadi sebuah tantangan untuk menyelesaikannya. Makman (dalam Nurhayati & Fajrianti N, 2014) juga mengatakan AQ merupakan pengetahuan tentang ketahanan individu, individu yang secara maksimal menggunakan kecerdasan ini akan menghasilkan kesuksesan dalam menghadapi tantangan, baik itu besar maupun kecil dalam kehidupan sehari-hari yang dihadapi individu.

Setiap kesulitan merupakan tantangan, setiap tantangan merupakan suatu peluang, dan setiap peluang harus disambut. Perubahan merupakan bagian dari suatu perjalanan yang harus diterima dengan baik. Pada umumnya ketika dihadapkan pada tantangan-tantangan hidup, kebanyakan orang berhenti berusaha sebelum tenaga dan batas kemampuan mereka benar-benar teruji. Kemampuan seseorang dalam mengatasi setiap kesulitan disebut dengan *adversity quotient* (Stoltz, 2000).

Kecerdasan menghadapi kesulitan (*adversity quotient*) memiliki tiga bentuk, pertama kecedasan menghadapi kesulitan (*adversity quotient*) ialah suatu kerangka kerja konseptual yang baru untuk memahami dan meningkatkan semua segi kesuksesan, kedua kecerdasan menghadapi kesulitan (*adversity quotient*) adalah suatu

ukuran untuk mengetahui respon terhadap kesulitan, ketiga kecerdasan menghadapi kesulitan (*adversity quotient*) adalah serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon terhadap kesulitan (Stoltz, 2000).

Menurut Stoltz (2000) *adversity quotient* (AQ) memiliki empat aspek yaitu *Control*, *Origin-ownership*, *Reach*, serta *Endurance*. Dimensi tersebut menjelaskan tentang bagaimana respon yang digunakan individu untuk menjelaskan kesulitan yang dialami. Dari keempat dimensi tersebut maka dapat dilihat tingkatan-tingkatan atau kategori-kategori respon individu dalam menghadapi kesulitan.

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat disimpulkan *adversity quotient* adalah kemampuan berpikir, mengelola, dan mengendalikan tindakan dalam bentuk kognitif dan perilaku serta ketahanan seseorang terhadap tantangan dan kesulitan untuk terus berjuang dengan gigih dalam meraih pencapaian hidup atau kesuksesan.

2. Tingkatan dalam *Adversity Quotient*

Didalam merespon suatu kesulitan terdapat tiga kelompok tipe manusia ditinjau dari tingkat kemampuannya (Stoltz, 2000) :

a. *Quitters*

Quitters, mereka yang berhenti adalah seseorang yang memilih untuk keluar, menghindari kewajiban, mundur dan berhenti apabila menghadapi kesulitan. *Quitters* (mereka yang berhenti), orang-orang jenis ini berhenti di tengah proses pendakian, gampang putus asa. Orang yang seperti ini akan banyak kehilangan kesempatan berharga dalam kehidupan. Dalam

hirarki Maslow tipe ini berada pada pemenuhan kebutuhan fisiologis yang letaknya paling dasar dalam bentuk piramida.

b. *Campers*

Campers atau *satis-ficer* (dari kata *satisfied* = puas dan *suffice* = mencukupi). Golongan ini puas dengan mencukupkan diri dan tidak mau mengembangkan diri. Tipe ini merupakan golongan yang sedikit lebih banyak, yaitu mengusahkan terpenuhinya kebutuhan keamanan dan rasa aman pada skala hirarki Maslow. Kelompok ini juga tidak tinggi kapasitasnya untuk perubahan karena terdorong oleh ketakutan dan hanya mencari keamanan dan kenyamanan. *Campers* setidaknya telah melangkah dan menanggapi tantangan, tetapi setelah mencapai tahap tertentu, campers berhenti meskipun masih ada kesempatan untuk lebih berkembang lagi. Berbeda dengan *quitters*, *campers* sekurangkurangnya telah menanggapi tantangan yang dihadapinya sehingga telah mencapai tingkat tertentu.

c. *Climbers*

Climbers atau si pendaki adalah individu yang melakukan usaha sepanjang hidupnya. Tanpa menghiraukan latar belakang, keuntungan kerugian, nasib baik maupun buruk, individu dengan tipe ini akan terus berusaha. *Climbers* merupakan kelompok orang yang selalu berupaya mencapai puncak kebutuhan aktualisasi diri pada skala hirarki Maslow. *Climbers* adalah tipe manusia yang berjuang seumur hidup, tidak peduli sebesar apapun kesulitan yang datang. *Climbers* tidak dikendalikan oleh lingkungan, tetapi dengan berbagai kreatifitasnya tipe ini berusaha

mengendalikan lingkungannya. *Climbers* akan selalu memikirkan berbagai alternatif permasalahan dan menganggap kesulitan dan rintangan yang ada justru menjadi peluang untuk lebih maju, berkembang, dan mempelajari lebih banyak lagi tentang kesulitan hidup. Tipe ini akan selalu siap menghadapi berbagai rintangan dan menyukai tantangan yang diakibatkan oleh adanya perubahan perubahan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan kemampuan *quitters*, *campers*, dan *climbers* dalam menghadapi tantangan kesulitan dapat dijelaskan bahwa *quitters* memang tidak selamanya ditakdirkan untuk selalu kehilangan kesempatan namun dengan berbagai bantuan, *quitters* akan mendapat dorongan untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan yang sedang ia hadapi. Kehidupan *climbers* memang menghadapi dan mengatasi rintangan yang tiada hentinya. Kesuksesan yang diraih berkaitan langsung dengan kemampuan dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan, setelah yang lainnya meyerah, inilah indikator- indikator *adversity quotient* tinggi.

3. Aspek-aspek *Adversity Quotient*

Menurut Stoltz (2000) *Adversity quotient* merupakan suatu kemampuan yang terdiri dari empat dimensi yang disingkat dengan sebutan CO2RE yaitu dimensi *control, origin and ownership, reach*, dan *endurance*. Berikut ini merupakan penjelasan dari keempat aspek tersebut :

a. *Control* (C)

Control adalah kendali berkaitan dengan seberapa besar orang mampu mengendalikan kesulitan-kesulitan yang dihadapinya dan sejauhmana individu merasakan bahwa kendali ikut berperan dalam peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Semakin besar kendali yang dilakukan individu maka semakin besar kemungkinan seseorang untuk dapat bertahan menghadapi kesulitan dan tetap teguh dalam niat serta ulet dalam mencari penyelesaian atas kesulitan yang menghadangnya. Demikian sebaliknya, jika semakin rendah kendali, akibatnya seseorang menjadi tidak berdaya menghadapi kesulitan dan mudah menyerah.

b. *Origin* dan *Ownership* (O2)

Origin (asal-usul) dengan *Ownership* (pengakuan), menjelaskan mengenai bagaimana seseorang memandang sumber masalah yang ada. Sejujukan seseorang mempermasalahkan dirinya ketika mendapati bahwa kesalahan tersebut berasal dari dirinya, atau sejauh mana seseorang mempermasalahkan orang lain atau lingkungan yang menjadi sumber kesulitan atau kegagalan seseorang. Rasa bersalah yang tepat akan menggugah seseorang untuk bertindak sedangkan rasa bersalah yang terlampau besar akan menciptakan kelumpuhan. *Ownership* menjelaskan sejauhmana seseorang mengakui akibat-akibat kesulitan dan kesediaan seseorang untuk bertanggung jawab atau kesalahan atau kegagalan tersebut.

c. *Reach* (R)

Reach berarti jangkauan, R menjelaskan sejauhmana kesulitan akan menjangkau bagian-bagian lain dalam kehidupan seseorang. Respon-respon dari AQ rendah dapat membuat kesulitan menjadi luas ke segi-segi lain dalam kehidupan seseorang. Semakin besar jangkauan seseorang maka semakin besar kemungkinan seseorang membatasi jangkauan masalahnya pada suatu peristiwa yang sedang ia dihadapi begitupun sebaliknya.

Membatasi jangkauan kesulitan akan memungkinkan seseorang untuk berpikir jernih dan mengambil tindakan. Membiarkan jangkauan kesulitan memasuki satu atau lebih wilayah kehidupan seseorang, akan membuat seseorang kehilangan kekuatannya untuk melakukan pendakian.

d. *Endurance* (E)

Endurance (daya tahan) menjelaskan tentang penilaian tentang situasi yang baik atau yang buruk. Seseorang yang mempunyai daya tahan yang tinggi akan memiliki harapan dan sikap optimis dalam mengatasi kesulitan atau tantangan yang dihadapi. Semakin tinggi daya tahan yang dimiliki individu, maka semakin besar kemungkinan seseorang dalam memandang kesuksesan sebagai sesuatu hal yang bersifat sementara dan orang yang memiliki *adversity quotient* yang rendah akan menganggap bahwa kesulitan yang sedang dihadapi adalah sesuatu yang bersifat abadi, dan sulit untuk diperbaiki.

Berdasarkan uraian diatas, maka disimpulkan bahwa aspek *adversity quotient* terdiri dari *control* (C), *origin* dan *ownership* (O2), *reach* (R), dan *endurance*(E).

4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Adversity Quotient*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *adversity quotient* menurut Stoltz (2000) yaitu :

a. Kinerja

Merujuk pada bagian diri individu yang mudah terlihat oleh orang lain. Individu dengan cepat bisa melihat hasil kerja seseorang. Bagian ini merupakan paling menyolok, inilah yang paling sering dievaluasi.

b. Bakat

Yaitu menggambarkan keterampilan, kompetensi, pengalaman, dan pengetahuan individu.

c. Kemauan

Kemauan yaitu menggambarkan motivasi, antusiasme, gairah, dorongan, ambisi, semangat yang bernyala.

d. Keyakinan

Keyakinan mempengaruhi seseorang dalam menghadapi suatu masalah serta membantu seseorang dalam mencapai tujuan hidup.

e. Kesehatan fisik dan mental

Kesehatan fisik dan mental juga dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam mencapai kesuksesan. Jika kesehatan fisik dan mental

buruk maka akan menjadi suatu hambatan dalam pencapaian. Sebaliknya, jika kesehatan fisik dan mental baik maka akan membantu pencapaian.

f. Karakter

Menurut Satterfield dan Seligman dalam Stoltz (2000), menemukan bahwa individu yang merespon kesulitan secara lebih optimis dapat bersikap lebih agresif dan mengambil lebih banyak resiko, sedangkan reaksi pesimis terhadap kesulitan menimbulkan lebih banyak sikap pasif sehari-hari.

g. Genetika

Hasil riset menunjukkan bahwa genetika memiliki kemungkinan yang sangat mendasari perilaku individu.

h. Pendidikan

Seperti halnya genetika, pendidikan individu dapat mempengaruhi kecerdasan, pembentukan kebiasaan, perkembangan watak, keterampilan, kemauan, dan kinerja yang dihasilkan.

i. Kecerdasan

Menurut Gardner dalam Stoltz (2000), menunjukkan bahwa kecerdasan memiliki tujuh bentuk, yaitu linguistik, kinestik, spasial, logika, matematis, musik, interpersonal dan intrapersonal.

Dapat disimpulkan bahwa ada begitu banyak hal yang dapat mempengaruhi *adversity quotient* yaitu kinerja, bakat, kemauan, keyakinan, kesehatan fisik dan mental, karakter, genetika, pendidikan, kecerdasan.

C. OPTIMISME

1. Definisi Optimisme

Sikap optimis disebut dengan optimisme. Optimisme adalah kepercayaan bahwa kejadian di masa depan akan memiliki hasil yang positif (Scheier dkk, 2000). Shapiro (2003) menjelaskan bahwa optimisme adalah kebiasaan berfikir positif. Konseptualisasi optimisme merupakan cakupan dari variabel- variabel biologis dimana optimism dianggap sebagai hasil dari gaya penjelasan tertentu (explanatory style) dan lebih pada pendekatan kognitif. (Franken 2002, dalam Amilia 2013).

Chang (2002) mendefinisikan optimisme sebagai pengharapan individu akan terjadinya hal-hal baik, dengan kata lain individu optimis merupakan individu yang mengharapkan peristiwa baik akan terjadi dalam hidupnya dimasa depan. Optimisme mengharapkan hal baik akan terjadi dan masalah yang terjadi akan terselesaikan dengan hasil akhir yang baik. Individu optimis juga mempunyai area kepuasan hidup yang lebih luas (Srivasta, McGonigal, Richards, Butler & gross 2006 dalam Amilia 2014).

Optimisme adalah salah satu komponen psikologi positif yang dihubungkan dengan emosi positif dan perilaku positif yang menimbulkan kesehatan, hidup yang bebas stress, hubungan sosial dan fungsi sosial yang baik (Daraei & Ghaderi, 2012). Terdapat dua pandangan utama mengenai optimisme, “the explanatory style” dan “the dispositional optimism view,” yang juga disebut sebagai “the direct belief view” (Caver, 2002):

1. *Explanatory Style*

Explanatory Style merupakan pandangan yang melihat bahwa dalam menentukan kepercayaan seseorang, ditentukan berdasarkan pengalaman masa lampau. Pandangan ini didasarkan pada person's attributional style (Scheier dkk, 2000). Attributional style dibentuk oleh cara kita mempersepsikan, menjelaskan pengalaman masa lampau. Jika persepsi atau penjelasan yang dipegang adalah negatif maka individu akan mengharapkan hasil yang negatif pada masa depan. Perasaan learned helplessness berlebihan dan kita percaya bahwa kita tidak dapat merubah pandangan kita terhadap dunia. Attributional style secara khusus diukur dengan menggunakan Attributional Style Questionnaire (ASQ). Dengan ASQ, individu merespon terhadap apa penyebab yang mereka yakini munculnya kejadian yang berbeda.

Respon individu dirating berdasarkan persepsi mereka terhadap penyebab (internal vs external, stable vs unstable, global vs specific) (Seligman, 1988). Masalah dengan menggunakan attributional theory dalam memahami optimisme adalah bahwa hal tersebut dapat menjadi sangat kompleks dan bersifat subjektif didasarkan pada self report pengalaman masa lampau (Scheier et al., 2000). Berdasarkan explanatory style, individu yang percaya pengalaman masa lampunya positif dan ingatan-ingatan negatif adalah di luar kontrol mereka (faktor eksternal) dikatakan bahwa mereka memiliki positive explanatory style atau orang yang optimistic. Sedangkan orang yang menyalahkan diri sendiri terhadap kemalangan (faktor internal) dan percaya bahwa mereka tidak akan pernah mendapat sesuatu dikatakan memiliki negative explanatory style atau orang yang pessimistic.

2. *Dispositional Optimism or Direct Belief Model*

Konstruk ini berusaha untuk mempelajari optimisme melalui kepercayaan langsung individu mengenai kejadian masa depan. Pendekatan ini lebih fokus pada kepercayaan optimistik mengenai masa depan, dibanding dengan attributional theory yang berusaha memahami mengapa individu optimis atau pesimis dan bagaimana mereka bias menjadi seperti itu. Scheier & Carver (2002) menyatakan bahwa optimisme adalah kecenderungan disposisional individu untuk memiliki ekspektasi positif secara menyeluruh meskipun individu menghadapi kemalangan atau kesulitan dalam kehidupan.

Optimisme merupakan sikap selalu memiliki harapan baik dalam segala hal serta kecenderungan untuk mengharapkan hasil yang menyenangkan. Dengan kata lain optimisme adalah cara berpikir atau paradigma berpikir positif (Carver & Scheier 1993). Orang yang optimis adalah orang yang memiliki ekspektasi yang baik pada masa depan dalam kehidupannya. Masa depan mencakup tujuan dan harapan-harapan yang baik dan positif mencakup seluruh aspek kehidupannya (Scheier dkk, 2002). Konsep optimisme dan pesimisme focus kepada ekspektasi individu terhadap masa depan. Konsep ini memiliki ikatan dengan teori psikologi mengenai motivasi, yang disebut dengan expectancy-value theories. Beberapa teori juga menyatakan optimism dan pesimisme mempengaruhi perilaku dan emosi seseorang.

Expectancy-value theories, yaitu teori yang dimulai dengan ide bahwa perilaku ditujukan untuk pencapaian tujuan (goal) yang diinginkan (Carver & Scheier, 1998). Goal adalah tindakan, state akhir, atau nilai yang individu lihat sebagai sesuatu yang diinginkan atau tidak

diinginkan. Individu akan akan mencoba mencocokkan perilaku, mencocokkan dengan diri mereka sendiri terhadap apa yang mereka lihat yang mereka inginkan, dan mereka akan mencoba untuk menghindari yang tidak mereka inginkan.

Konsep utama lainnya adalah *expectancies*: perasaan percaya diri atau ragu-ragu mengenai kemampuan meraih tujuan (*goal*). Hanya dengan kepercayaan diri yang cukup yang individu berusaha mencapai tujuan. Optimisme akan mengarahkan individu untuk selalu memiliki hasil yang baik dan menyenangkan akan masa depannya. Dari prinsip ini, muncul beberapa prediksi mengenai orang yang optimis dan orang yang pesimis. Ketika berhadapan dengan sebuah tantangan, orang yang optimis lebih percaya diri dan persisten, meskipun progresnya sulit dan lambat. Orang yang pesimis lebih ragu-ragu dan tidak percaya diri. Perbedaan juga jelas terlihat dalam menghadapi kesengsaraan.

Orang yang optimis percaya bahwa kesengsaraan dapat ditangani dengan berhasil. Orang yang pesimis menganggap sebagai bencana. Hal ini dapat mengarahkan pada perbedaan tingkah laku yang berhubungan dengan resiko kesehatan, mengambil pencegahan pada lingkungan yang beresiko, kegigihan dalam mencoba mengatasi ancaman kesehatan. Hal ini juga dapat mengarahkan pada perbedaan respon coping apa yang individu lakukan ketika berhadapan dengan ancaman seperti diagnose kanker (Carver dkk, 1993).

Selain respon perilaku, individu juga mengalami pengalaman emosi pada kejadian dalam kehidupan. Kesulitan-kesulitan merangsang beberapa perasaan yang merefleksikan baik distres dan tantangan. Keseimbangan antara perasaan-perasaan

tersebut berbeda antara orang yang optimis dan pesimis. Karena orang yang optimis mengharapkan good outcome, mereka cenderung mengalami perpaduan emosi yang lebih positif. Karena orang yang pesimis mengharapkan bad outcome, mereka mengalami perasaan-perasaan yang lebih negatif—kecemasan, kesedihan, keputusasaan (Scheier, 2001).

Penelitian juga menunjukkan optimisme memiliki efek moderasi terhadap bagaimana individu menghadapi situasi baru atau sulit. Ketika berhadapan dengan situasi sulit, orang yang optimis akan lebih memiliki reaksi emosi dan harapan yang positif, mereka berharap akan memperoleh hasil yang positif meskipun hal tersebut sulit, mereka cenderung menunjukkan sikap percaya diri dan persisten. Orang yang optimis juga cenderung untuk menganggap kesulitan dapat ditangani dengan berhasil dengan suatu cara atau cara lain dan mereka lebih melakukan active dan problem-focused coping strategy dari pada menghindar atau menarik diri (Carver & Scheier, 1985; Chemers, Hu, & Garcia, 2001; Scheier et al., 1986).

Optimisme hampir mirip dengan beberapa konstruk, tetapi sesungguhnya berbeda. Dua konstruk yang memiliki hubungan dekat adalah sense of control (Thompson, 2002) dan sense of personal efficacy (Bandura, 1997). Konsep-konsep ini memiliki nada yang sama kuat dalam mengharapkan hasil yang diinginkan, seperti optimisme. Tetapi perbedaannya terletak pada asumsi yang dibuat (atau tidak dibuat) mengenai bagaimana hasil yang diinginkan tersebut diekspektasikan terjadi. Self efficacy adalah konsep dimana self sebagai agen penyebab adalah yang terpenting (Bandura, 1997). Jika individu memiliki high self-efficacy expectancies, mereka

kiranya percaya usaha personal mereka (atau personal skill) adalah yang menentukan hasil.

Sama halnya dengan konsep control. Ketika individu melihat diri mereka sendiri terkontrol, mereka percaya bahwa hasil yang baik akan terjadi lewat usaha personal mereka. Sebaliknya, optimisme mengambil pandangan yang lebih luas atas penyebab potensial yang menjadi kekuatan. Individu dapat menjadi optimistis karena mereka berbakat sekali, karena mereka pekerja keras, karena mereka diberkahi, karena mereka beruntung, karena mereka memiliki teman yang tepat, atau kombinasi yang lain atau faktor lain yang menghasilkan hasil yang baik (Murphy et al., 2000). Contohnya, seseorang dapat menjadi optimistis, dapat mengatasi efek samping chemotherapy salah satu karena ketabahannya personalnya atau karena tim medisnya memiliki trik yang berguna mengatasi efek samping. Yang terakhir dapat menjadi optimistis, tetapi bukan karena peran self sebagai agen hasil.

Konstruk yang lain yang mirip dengan optimism adalah hope (Snyder, 1994, 2002). Hope dikatakan memiliki dua bagian. Bagian pertama adalah persepsi individu pada kehadiran pathways yang dibutuhkan individu untuk mencapai tujuannya. Kedua adalah tingkat percaya diri individu dalam kemampuannya menggunakan pathways untuk mencapai tujuan. Jadi, hope memiliki karakteristik keduanya yaitu will (confidence) dan the ways (pathways). Dimensi percaya diri (confidence) sama dengan yang di optimisme, dengan lebih dulu menekankan pada agen personal. Komponen pathway adalah sebuah kualitas dimana konsep optimisme tidak beralamat.

Dapat dilihat terlebih dahulu, bahwa seseorang yang melihat beberapa jalan untuk hasil spesifik yang diharapkan akan terus mencoba cara yang tersisa jika salah satu cara tidak bisa. Dicatat juga bahwa pesimisme juga mirip dengan konstruk neurotism (Smith, Pope, Rhodewalt, & Poulton, 1989). Neurotism (emotional instability) didefinisikan sebagai kecenderungan untuk cemas, mengalami emosi yang tidak menyenangkan, dan pesimistik. Dari penjelasan dua konsep mengenai optimisme tersebut, dalam penelitian ini, konsep optimisme yang digunakan adalah optimism dispositional yaitu kecenderungan dispositional individu untuk memiliki ekspektasi positif secara menyeluruh meskipun individu menghadapi kemalangan atau kesulitan dalam kehidupan. Rasa optimis yang muncul dari dalam diri seseorang ditunjukkan dengan adanya sikap selalu memiliki harapan baik dalam segala hal serta kecenderungan untuk mengharapakan hasil yang menyenangkan. Dengan kata lain optimism adalah cara berpikir atau paradigma berpikir positif (Carver & Scheier 1993). Orang yang optimis adalah orang yang memiliki ekspektasi yang baik pada masa depan dalam kehidupannya. Masa depan mencakup tujuan dan harapan-harapan yang baik dan positif mencakup seluruh aspek kehidupannya (Scheier & Carver, dalam Snyder, 2002). Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian untuk melihat optimisme individu terhadap masa depannya daripada menjelaskan penyebab individu menjadi optimis.

Seligman (2005) telah menguraikan optimisme sebagai gaya penjelasan yang berakar dari teori atribusi. Menurut pendekatan ini, gaya penjelasan optimis menghubungkan peristiwa baik yang terjadi pada dirinya bersifat pribadi, permanen dan pervasive, sedangkan kejadian buruk yang terjadi pada dirinya bersifat eksternal

(bersumber dari luar), sementara dan spesifik. Sebaliknya, gaya penjelasan pesimis peristiwa yang baik terjadi karena faktor internal, bersifat sementara dan spesifik. Sedangkan peristiwa buruk yang terjadi bersifat permanen dan pervasive.

Berdasarkan beberapa pengertian para ahli yang telah diuraikan diatas, maka didapatkan pengertian optimis adalah kepercayaan bahwa kejadian dimasa depan akan memiliki hasil yang positif, orang yang optimis memiliki ekspektasi yang baik pada masa depan dalam kehidupannya dan mempunyai cara berfikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah.

2. Ciri- Ciri Optimisme

Adapun ciri- ciri optimisme menurut pandangan para ahli. Seligman (2005) mengatakan bahwa orang yang optimis percaya bahwa kegagalan hanyalah suatu kemunduran yang bersifat sementara dan penyebabnya pun terbatas, mereka juga percaya bahwa hal tersebut muncul bukan diakibatkan oleh faktor dari dalam dirinya, melainkan diakibatkan oleh faktor luar. Sedangkan menurut Ginnis, 1995 (Shofia, 2009 dalam Ika & Harlina, 2011) orang optimis mempunyai ciri-ciri khas, yaitu :

1. Jarang terkejut oleh kesulitan. Hal ini dikarenakan orang yang optimis berani menerima kenyataan dan mempunyai penghargaan yang besar pada hari esok.
2. Mencari pemecahan sebagian permasalahan. Orang optimis berpandangan bahwa tugas apa saja, tidak peduli sebesar apapun masalahnya bisa ditangani kalau kita memecahkan bagian-bagian dari yang cukup kecil. Mereka membagi pekerjaan menjadi kepingan-kepingan yang bisa ditangani.

3. Merasa yakin bahwa mampu mengendalikan atas masa depan mereka. Individu merasa yakin bahwa dirinya mempunyai kekuasaan yang besar sekali terhadap keadaan yang mengelilinginya. Keyakinan bahwa individu menguasai keadaan ini membantu mereka bertahan lebih lama setelah lain-lainnya menyerah.
4. Memungkinkan terjadinya pembaharuan secara teratur. Orang yang menjaga optimisnya dan merawat antusiasmenya dalam waktu bertahun-tahun adalah individu yang mengambil tindakan secara sadar dan tidak sadar untuk melawan entropy (dorongan atau keinginan) pribadi, untuk memastikan bahwa sistem tidak meninggalkan mereka.
5. Menghentikan pemikiran yang negatif. Optimis bukan hanya menyela arus pemikirannya yang negatif dan menggantikannya dengan pemikiran yang lebih logis, mereka juga berusaha melihat banyak hal sedapat mungkin dari segi pandangan yang menguntungkan.
6. Meningkatkan kekuatan apresiasi. Yang kita ketahui bahwa dunia ini, dengan semua kesalahannya adalah dunia besar yang penuh dengan hal-hal baik untuk dirasakan dan dinikmati.
7. Menggunakan imajinasi untuk melatih sukses. Optimis akan mengubah pandangannya hanya dengan mengubah penggunaan imajinasinya. Mereka belajar mengubah kekhawatiran menjadi bayangan yang positif.
8. Selalu gembira bahkan ketika tidak bisa merasa bahagia. Optimis berpandangan bahwa dengan perilaku ceria akan lebih merasa optimis.

9. Merasa yakin bahwa memiliki kemampuan yang hampir tidak terbatas untuk diukur. Optimis tidak peduli berapapun umurnya, individu mempunyai keyakinan yang sangat kokoh karena apa yang terbaik dari dirinya belum tercapai (Ginnis 1995).
10. Suka bertukar berita baik. Optimis berpandangan, apa yang kita bicarakan dengan orang lain mempunyai pengaruh yang penting terhadap suasana hati kita.
11. Membina cinta dalam kehidupan. Optimis saling mencintai sesama mereka. Individu mempunyai hubungan yang sangat erat. Individu memperhatikan orang-orang yang sedang berada dalam kesulitan, dan menyentuh banyak arti kemampuan. Kemampuan untuk mengagumi dan menikmati banyak hal pada diri orang lain merupakan daya yang sangat kuat yang membantu mereka memperoleh optimisme.
12. Menerima apa yang tidak bisa diubah. Optimis berpandangan orang yang paling bahagia dan paling sukses adalah yang ringan kaki, yang berhasrat mempelajari cara baru, yang menyesuaikan diri dengan sistem baru setelah sistem lama tidak berjalan. Ketika orang lain membuat frustrasi dan mereka melihat orang-orang ini tidak akan berubah, mereka menerima orang-orang itu apa adanya dan bersikap santai. Mereka berprinsip “Ubahlah apa yang bisa anda ubah dan terimalah apa yang tidak bisa anda ubah” (Ginnis 1995).

Menurut Murdoko (2001) bahwa ciri-ciri orang optimis ada 6 (enam), yaitu :

1. Memiliki visi pribadi

Visi pribadi seseorang akan memiliki cita-cita ideal. Pasalnya, dengan mempunyai visi pribadi seseorang akan memiliki semangat untuk menjalani kehidupan tanpa harus banyak mengeluh ataupun merenungi apa yang telah terjadi dan apa yang akan terjadi nanti. Dengan visi pribadi, individu akan mempunyai tenaga penggerak yang akan membuat kehidupan dinamis dan berusaha untuk mewujudkan keinginan-keinginan. Artinya, akan muncul harapan bahwa apa yang akan dilakukan itu membuahkan hasil. Dan yang lebih penting dengan visi pribadi, individu berpikir jauh ke depan (terutama mengenai tujuan hidup) (Murdoko, 2001).

2. Bertindak konkret

Orang yang optimis tidak akan pernah merasa puas jika yang diinginkan cuma sebatas kata-kata. Artinya, betul-betul mempunyai keinginan untuk melakukan suatu tindakan konkret. Sehingga secara riil menghadapi tantangan yang mungkin timbul.

3. Berpikir realistis

Seorang optimis akan selalu menggunakan pemikiran yang realistis dan rasional dalam menghadapi persoalan. Jika individu ingin menanamkan optimisme, maka harus membuang jauh-jauh perasaan dan emosi (feeling) yang tidak ada dasarnya. Dengan demikian, segala tindakan apapun perilaku didasarkan pada kemampuan untuk menggunakan akal sehat secara rasional. Sehingga apapun yang akan terjadi betul-betul sudah diperhitungkan sebelumnya. Individu yang optimis tingkah lakunya selalu dapat dipertanggungjawabkan. Oleh karena itu, berpikir realistis merupakan sarana

untuk tidak mudah diombang-ambing oleh perasaan, karena dengan menggunakan perasaan, maka objektivitas akan berubah menjadi informantivitas (Murdoko, 2001).

4. Menjalinkan hubungan sosial

Kehidupan sosial pada dasarnya dapat dijadikan sebagai salah satu cara mengukur ataupun menilai sejauhmana seseorang mampu menjadikan orang disekitarnya sebagai partner di dalam menjalan hidup. Orang yang optimis tidak akan merasa terancam oleh kehadiran orang-orang di sekitar. Seorang yang optimis akan menilai bahwa menjalinkan hubungan sosial akan membuat seseorang merasa dikuatkan, karena merasa punya banyak teman dan sahabat yang akan membantu.

5. Berpikir proaktif

Artinya seseorang harus berani melakukan antisipasi sebelum suatu persoalan muncul, sehingga dituntut memiliki analisa yang tinggi. Karena tanpa adanya analisa mengenai kemungkinan terjadinya sesuatu, maka yang muncul adalah perilaku menunggu, pasif dan baru bertindak saat itu terjadi.

6. Berani melakukan trial and error

Dengan optimisme, kegagalan yang terjadi akan dipahami sebagai hal yang wajar, bahkan tertantang dan menganggap kegagalan sebagai pemicu untuk kembali bangkit. Artinya memiliki kemampuan untuk mencoba dan mencoba lagi tanpa rasa bosan sampai mampu mencapai keberhasilan. Orang yang mempunyai rasa optimis yang besar akan lebih siap dalam menghadapi masa depannya karena merasa lebih mampu dalam memecahkan

permasalahan-permasalahan yang dihadapi dengan ketekunan dan kemampuan berpikir dan sikap tidak mudah menyerah maupun putus asa. Sehingga hal tersebut akan mempengaruhi pola pikirnya dan sangat berpengaruh sebagai faktor penunjang kesuksesannya(Murdoko, 2001).

Menurut Seligman (2005), karakteristik orang yang pesimis adalah mereka cenderung meyakini peristiwa buruk akan bertahan lama dan akan menghancurkan segala yang mereka lakukan dan itu semua adalah kesalahan mereka sendiri. Sedangkan orang yang optimis jika berada dalam situasi yang sama, akan berfikir sebaliknya mengenai ketidakberuntungannya. Mereka cenderung meyakini bahwa kekalahan hanyalah kegagalan yang sementara, dan itu karena terbatas pada suatu hal saja.

Orang yang optimis yakin kekalahan bukanlah karena kesalahan mereka melainkan keadaan, keberuntungan atau orang lain yang menyebabkannya. Mereka menganggap situasi yang buruk adalah sebagai suatu tantangan dan mereka akan bersaha keras menghadapinya.

Dari penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja dan memiliki optimisme yaitu mahasiswa yang memiliki keyakinan, mampu berubah kearah yang lebih baik ketika mendapati masalah.Tidak mudah putus asa atau menyerah ketika diterpa berbagai kesalahan.Dan memiliki pemikiran yang positif dalam menghadapi tantangan.

3. Aspek-aspek Optimisme

Menurut Seligman (2005) mendeskripsikan individu-individu yang memiliki sifat optimisme akan terlihat pada aspek-aspek tertentu seperti dibawah ini:

a. *Permanence*

Gaya ini menggambarkan bagaimana individu melihat peristiwa yang bersifat sementara (*temporary*) atau menetap (*permanence*). Orang-orang yang pesimis melihat peristiwa yang buruk sebagai sesuatu yang menetap dan mereka cenderung menggunakan kata-kata “selalu” dan “tidak pernah”, misalnya “saya tidak pernah mendapatkan nilai bagus pada mata pelajaran matematika karena kemampuan saya dalam berhitung kurang”. Orang pesimis melihat hal yang baik hanyalah sebagai hal yang bersifat sementara, misalnya: “saya berhasil dalam ujian itu karena saya belajar tadi malam.”

Sebaliknya orang yang optimis melihat peristiwa buruk sebagai suatu hal yang hanya bersifat sementara, misalnya: “akhir-akhir ini kerja tim kita berantakan”. Sementara orang yang optimis melihat hal yang baik sebagai suatu hal yang bersifat permanen, misalnya: “saya berhasil mendapat nilai baik karena saya pintar”.

b. *Pervasiveness*

Gaya penjelasan peristiwa ini berkaitan dengan ruang lingkup dari peristiwa tersebut, yang meliputi universal (menyeluruh) dan spesifik (khusus). Orang yang optimis bila dihapapkan pada kejadian yang buruk akan membuat penjelasan yang spesifik dari kejadian itu, bahwa hal buruk

terjadi diakibatkan oleh sebab-sebab khusus dan tidak akan meluas kepada hal-hal yang lain. Misalnya: “meskipun nilai ulangan saya kemarin jelek, itu tidak akan membuat saya gagal menjadi juara kelas”. Bila dihadapkan pada hal yang baik ia akan menjelaskan hal itu diakibatkan oleh faktor yang bersifat universal. Misalnya: “saya mendapat nilai yang bagus karena saya pintar”.

Sementara orang yang pesimis akan melihat kejadian yang baik sebagai suatu hal yang spesifik dan berlaku untuk hal-hal tertentu saja. Misalnya: “saya mendapat nilai bagus karena saya pintar dalam pelajaran matematika”. Sedangkan, jika menemui kejadian buruk pada satu sisi hidupnya ia akan menjelaskannya sebagai suatu hal universal, dan akan meluas keseluruhan sisi lain dalam hidupnya, dan biasanya akibat hal ini ia menjadi mudah menyerah terhadap segala hal meski ia hanya gagal dalam satu hal. Misalnya: “saya tidak akan menjadi juara kelas karena ulangan matematika saya kemarin jelek”.

c. *Personalization*

Personalization merupakan gaya penjelasan masalah yang berkaitan dengan sumber dari penyebab kejadian tersebut, meliputi internal dan eksternal. Ketika mengalami hal yang buruk, orang yang pesimis akan menganggap bahwa hal itu terjadi karena faktor dalam dirinya. Misalnya: “saya mendapat nilai jelek pada ulangan matematika kemarin karena saya tidak pintar berhitung”. Bila dihadapkan pada peristiwa baik ia akan menganggap

bahwa hal itu disebabkan oleh faktor luar dirinya. Misalnya: tim saya berhasil pada pertandingan tadi malam karena lawan tidak dalam kondisi yang baik.

Di lain pihak orang optimis akan menganggap hal yang baik merupakan hal yang disebabkan oleh faktor dalam dirinya. Misalnya: “kami berhasil menang dalam pertandingan tadi malam karena kemampuan kami menang lebih baik dari lawan”. Dan akan menjelaskan suatu hal yang buruk sebagai hal yang disebabkan oleh faktor eksternal. Misalnya: “saya mendapat nilai yang jelek dalam ulangan kemarin karena waktu yang disediakan terlalu sempit.

4. Manfaat Optimisme

Whelen (1997) melaporkan bahwa optimisme memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan, penyesuaian diri setelah operasi kanker, operasi jantung koroner, penyesuaian di sekolah dan dapat menurunkan depresi serta ketergantungan alkohol. Optimisme dalam jangka panjang juga bermanfaat bagi kesejahteraan dan kesehatan fisik dan mental, karena membuat individu lebih dapat menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial, pekerjaan, perkawinan, mengurangi depresi dan lebih dapat menikmati kepuasan hidup serta merasa bahagia (Weinstein, 1980 ; Marshall dan Lang, 1990 ; Scheier dkk, 1994).

Sementara itu Mc Clelland (1961) menunjukkan bukti bahwa optimism akan lebih memberikan banyak keuntungan dari pada pesimisme. Keuntungan tersebut antara lain hidup lebih bertahan lama, kesehatan lebih baik,

menggunakan waktu lebih bersemangat dan berenergi, berusaha keras mencapai tujuan, lebih berprestasi dalam potensinya, mengerjakan sesuatu menjadi lebih baik seperti dalam hubungan sosial, pendidikan, pekerjaan dan olah raga. Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh ahli- ahli tersebut di atas dapat dikatakan bahwa optimisme sangat diperlukan oleh individu dalam berbagai bidang kehidupan.

Menurut Segerstrom, Taylor, Kemeny, dan Fahey (1998), ada 3 pathway optimisme yaitu:

1. Mood.

Optimisme dapat mengurangi mood negative yang dapat merubah imun ketika stress.

2. Coping

Dispositional optimism dapat menghindari penggunaan coping menghindar, pasif, dan menyerah, yang berhubungan dengan memberikannya status imun dan kesehatan.

3. Perilaku sehat.

Optimisme dapat meningkatkan fungsi adaptif pada perilaku sehat. Dalam bidang kesehatan optimisme mampu meningkatkan kesehatan tubuh, sistem kekebalan, kebiasaan hidup sehat, membuat hidup lebih lama, serta dapat mengurangi depresi, infeksi dalam tubuh dan mempengaruhi terhadap penyakit. Dalam bidang sosial, optimisme dapat meningkatkan kepercayaan diri, harga diri, mengurangi sikap pesimis, membuat individu lebih dapat menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial serta dapat menikmati kepuasan hidup

dan merasa bahagia. Disamping itu dengan adanya optimism akan membuat orang lebih sukses di sekolah, pekerjaan, menggunakan waktu lebih bersemangat, lebih berprestasi dalam potensinya (Segerstrom, 1998).

Dari beberapa penjelasan yang ada dapat ditarik kesimpulan, bahwa optimisme mempunyai banyak manfaat diantaranya membuat individu selalu berfikir positif, memberikan dampak yang baik terhadap kesehatan dan banyak lagi manfaat lainnya.

5. Faktor- Faktor Optimisme

Menurut para ahli ada beberapa faktor yang mempengaruhi optimis, yaitu (Idham, 2011):

1. Pesimis, banyak orang yang menyatakan mereka ingin bisa lebih positif. Tanpa berfikir mereka terkutuk dengan sifat pesimistik, dan untuk dapat mengubah dirinya dari pesimis menjadi optimis dapat rencan tindakan yang ditetapkan sendiri.
2. Pengalaman bergaul dengan orang lain. . Prasangka, prasangka hanyalah prasangkaan, bisa merupakan fakta bias pula tidak (Seligman, 2005).

Terciptanya optimisme tidak lepas dari karakter kepribadian yang dimiliki seseorang. Ada beberapa hal yang mempengaruhi cara berfikir optimis dalam diri seseorang, diantaranya dari dalam dirinya sendiri dan dari luar dirinya. Vinacle 1988 (Shofia, 2009 dalam Ika & Harlina, 2011) menjelaskan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi pola pikir optimis-pesimis, yaitu:

1. Faktor Etnosentris

Faktor etnosentris yaitu sifat- sifat yang dimiliki oleh suatu kelompok atau orang lain yang menjadi ciri khas dari kelompok atau jenis lain. Faktor etnosentris ini berupa keluarga, status sosial, jenis kelamin, agama dan kebudayaan.

2. Faktor Egosentris

Faktor egosentris yaitu sifat- sifat yang dimiliki tiap individu yang didasarkan pada fakta bahwa tiap pribadi adalah unik dan berbeda dengan pribadi lain. Faktor egosentris ini berupa aspek-aspek kepribadian yang memiliki keunikan sendiri dan berbeda antara pribadi yang satu dengan yang lain.

D. Hubungan antara Optimisme dengan *Adversity Quotient*

Bekerja dan kuliah bukanlah hal yang biasa, beban keduanya yang sama tinggi memang membuat cukup berat saat menjalani kedua aktivitas, sehingga secara langsung ataupun tidak langsung akan menanamkan didalam diri mahasiswa untuk selalu berusaha mencoba dan menghadapi kesulitan. Kesulitan yang berani dilewati dan diselesaikan akan menjadi kemampuan bukan lagi suatu hambatan. Mahasiswa yang memiliki kemampuan tersebut dapat dikatakan sebagai mahasiswa yang memiliki *Adversity Quotient* (AQ). Kemampuan yang telah dimiliki mahasiswa akan menjadi langkah awal dalam meraih tujuannya untuk sukses.

Adversity quotient adalah daya juang seseorang dalam menghadapi situasi-situasi-situasi masalah atau kemalangan dalam kehidupan. Dengan *adversity quotient* ini individu dapat mengubah hambatan menjadi peluang karena kecerdasan ini penentu seberapa jauh individu mampu bertahan dalam mengatasi kesulitan (Stoltz, 2000).

Penelitian yang dilakukan Reivich di Universitas Pennsylvania selama kurang lebih dari 15 tahun menemukan bahwa daya juang memegang peranan yang penting dalam kehidupan, karena daya juang merupakan faktor esensial bagi kesuksesan dan kebahagiaan (Reivich and Shatte, 2002) ketika mahasiswa dihadapkan pada kesulitan dan tantangan hidup, mereka menjadi loyo dan tidak berdaya, gampang menyerah sebelum berperang. Inilah tanda-tanda daya juang yang rendah. Menurut Stoltz (2005) bahwa “kesuksesan ditentukan oleh daya juang/*adversity quotient* yakni kemampuan bertahan menghadapi kesulitan dan kemampuan untuk mengatasinya”. Penelitian yang dilakukan Residential Area, Phase-7, Mohali, Punjab, India di School of Management Studies, Punjabi University, Patiala, Punjab, India (Kaur, 2012) selama 5 tahun menemukan bahwa daya juang memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan.

Sejalan dengan pendapat Utami (2014) Dengan memiliki *adversity quotient*, mahasiswa dinilai lebih mampu melihat dari sisi positif, lebih berani mengambil resiko, sehingga tuntutan dan harapan dijadikan sebagai dukungan dan keberadaan di kelas merupakan peluang untuk memberikan hasil prestasi belajar yang terbaik.

Menurut Stoltz (2000) ada beberapa faktor yang mempengaruhi *adversity quotient* seperti kinerja, bakat, kemauan, kesehatan fisik dan mental, karakter, genetika, pendidikan, dan optimism.

Psychological Capital merupakan keadaan positif psikologis seseorang yang terdiri dari karakteristik adanya *self-efficacy*, *optimism*, *hope* dan *resilience*. Kompetensi dan Psycap yang positif akan mengarahkan individu untuk berprestasi unggul, dengan didorong oleh keyakinan diri yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas menantang, memiliki atribusi positif tentang makna sukses dimasa yang akan datang, berusaha agar selalu mengarah pada tujuan ketika dihadapkan pada kesulitan tetap bertahan,. Tidak semua orang memiliki daya tahan tinggi dalam menghadapi tantangan, sehingga banyak dari mereka yang putus asa bahkan tidak bersemangat untuk mencapai tujuan (Ekaputri, 2016).

Optimisme adalah keyakinan dalam menyikapi sebuah peristiwa baik menyenangkan maupun tidak menyenangkan, menempatkan penyebab kegagalan pada keadaan di luar diri, memiliki harapan dan ekspekstansi menyeluruh bahwa akan ada lebih banyak hal baik dari pada hal buruk akan terjadi pada masa yang akan datang.

Chang (2002) mendefinisikan optimisme sebagai pengharapan individu akan terjadinya hal-hal baik, dengan kata lain individu optimis merupakan individu yang mengharapkan peristiwa baik akan terjadi dalam hidupnya dimasa depan. Optimisme mengharapkan hal baik akan terjadi dan masalah yang terjadi akan terselesaikan

dengan hasil akhir yang baik. Individu optimis juga mempunyai area kepuasan hidup yang lebih luas.

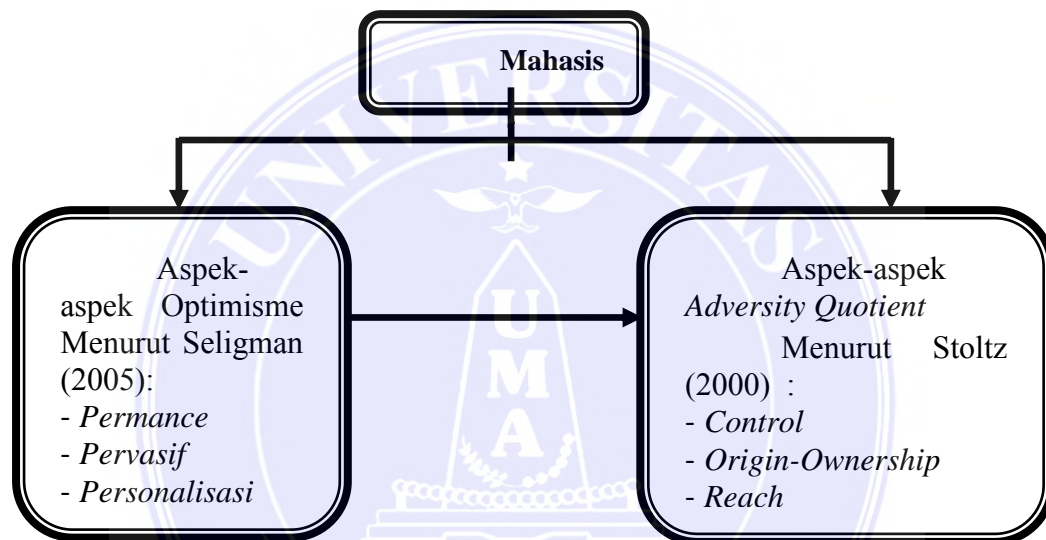
Dwi (2011) menyatakan mahasiswa yang optimis dalam bekerja mau mencari pemecahan dari masalah, menghentikan pemikiran negative, merasa yakin bahwa memiliki kemampuan, dan lain-lain. Ketika menghadapi kesulitan atau kendala dalam bekerja akan berusaha menghadapi kesulitan atau kendala tersebut dan tidak membiarkan kesulitan berlarut larut. Lain halnya dengan mahasiswa yang kurang optimis, ketika menghadapi kesulitan atau kendala, terdapat mahasiswa yang bereaksi menghindar, mengabaikan, dan lain- lain sehingga kesulitan atau kendala tersebut tidak dapat terselesaikan.

Seligman (2005) telah menguraikan optimisme sebagai gaya penjelasan yang berakar dari teori atribusi. Menurut pendekatan ini, gaya penjelasan optimis menghubungkan peristiwa baik yang terjadi pada dirinya bersifat pribadi, permanen dan pervasive, sedangkan kejadian buruk yang terjadi pada dirinya bersifat eksternal (bersumber dari luar), sementara dan spesifik. Sebaliknya, gaya penjelasan pesimis peristiwa yang baik terjadi karena faktor internal, bersifat sementara dan spesifik. Sedangkan peristiwa buruk yang terjadi bersifat permanen dan pervasive.

Dengan melihat kembali pada kemanfaatan optimisme sebagai imunitas terhadap depresi dalam situasi yang penuh tantangan dan kesulitan, optimisme membuat seseorang memiliki ketahanan dalam peristiwa sulit, sehingga dapat dikatakan bahwa optimisme memiliki keterkaitan dengan kemampuan bertahan dan kegigihan seseorang untuk terus berjuang mencapai apa yang ingin diraihinya. Oleh

karena itu diasumsikan bahwa optimisme memiliki hubungan positif dengan *Adversity quotient* pada mahasiswa yang bekerja.

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Berdasarkan uraian-uraian di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara optimisme dengan *adversity quotient*, dengan asumsi semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi *adversity quotient*, sebaliknya semakin rendah optimism maka semakin rendah pula *adversity quotient*.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Satu unsur penting dalam suatu penelitian ilmiah adalah adanya suatu metode tertentu yang digunakan untuk memecahkan persoalan yang dihadapi sehingga hasil yang diperoleh akan dapat dipertanggung jawabkan. Atas dasar hal ini, maka dalam bab ini akan diuraikan mengenai: (A) Tipe Penelitian, (B) Identifikasi Variabel Penelitian (C) Definisi Operasional Variabel Penelitian, (D) Populasi dan Sampel, (E) Teknik Pengumpulan Data, (F) Analisis Data.

A. Tipe Penelitian

Tipe pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dikarenakan pada data akhir akan dianalisis dengan menggunakan perhitungan statistic. Tipe yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan korelasional yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara variabel bebas (optimism), dengan variabel terikat (*adversity quotient*).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Untuk menguji hipotesis penelitian, terlebih dahulu diidentifikasi variabel yang menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini. Adapun yang menjadi variabel dalam penelitian ini terdiri dari 2 variabel yaitu:

1. Variabel bebas : Optimisme, yang dilambangkan dengan X
2. Variabel terikat : *Adversity Quotient*, yang dilambangkan dengan Y

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Adapun definisi operasional masing-masing variable diatas adalah sebagai berikut:

1. *Adversity Quotient*

Adversity Quotient adalah kemampuan berpikir, mengelola, dan mengarahkan tindakan dalam bentuk kognitif dan perilaku serta ketahanan seseorang terhadap tantangan dan kesulitan untuk terus berjuang dengan gigih dalam meraih pencapaian hidup atau kesuksesan *Adversity Quotient* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala *adversity quotient*. Skala *adversity quotient* disusun berdasarkan pada aspek yang dikemukakan oleh Stolz (2000) meliputi: *control, origin and ownership, reach*, dan *endurance*.

2. Optimisme

Optimisme adalah keyakinan dalam menyikapi dalam sebuah peristiwa baik menyenangkan maupun tidak menyenangkan, menempatkan penyebab kegagalan pada keadaan di luar diri, memiliki harapan dan ekspektansi menyeluruh bahwa akan ada lebih banyak hal baik dari pada hal buruk akan terjadi pada masa yang akan datang.

Optimisme diukur dengan skala optimisme yang disusun berdasarkan aspek yang di kemukakan oleh Seligman (2005) meliputi: *permanence, pervasive, personalisasi*.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang dilakukan pada semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian. Sumber data dalam penelitian adalah subjek darimana data dapat diperoleh (Arikunto,2006).Sebagai suatu populasi, kelompok subyek ini harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok subyek yang lain (Azwar, 2005). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa kelas malam Fakultas Psikologi yang sudah bekerja berjumlah 160 mahasiswa angkatan 2016/2017.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2014).Menurut Darmawan(2013) sampel sebagian dari populasi, artinya tidak akan ada sampel jika tidak ada populasi.

Menurut Arikunto (dalam Utami, 2011) mengatakan bahwa sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti, agar dapat mewakili keadaan populasi, maka teknik pengambilan sampel harus memperhatikan proporsionalitas dan ciri sampel tersebut. Suatu populasi biasanya sangat banyak dan hampir tidak mungkin untuk diambil keseluruhannya sebagai subjek penelitian. Mengingat keterbatasannya dalam segi waktu dan kemampuan, maka peneliti tidak meneliti seluruh subjek yang ada didalam populasi, melainkan hanya pada sebagian dari padanya yang disebut sebagai sampel. Adapun jumlah sampel yang dilibatkan dalam penelitian ini sebanyak 55 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini *purposive sampling* yaitu teknik penarikan sampel berdasarkan responden yang menurut penelitian akan memberikan informasi yang butuhkan sesuai dengan tujuan penelitian. Menurut Martono (2014) *purposive sampling* merupakan penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. *Purposive sampling* merupakan responden yang terpilih menjadi anggota sampel atas dasar pertimbangan penelitian sendiri (Dermawan, 2013).

Adapun ciri-ciri subjek dalam penelitian ini adalah:

- a. Aktif kuliah di Psikologi UMA
- b. Mahasiswa kelas malam
- c. Seluruh mahasiswa yang sedang bekerja

E. Teknik pengumpulan data

Metode pengumpulan data adalah cara yang dipakai oleh peneliti untuk memperoleh data yang akan diteliti. Dalam proses pengumpulan data penelitian ini, penelitian menggunakan skala. Azwar (2005), menyatakan bahwa skala adalah daftar pernyataan yang akan mengungkap performansi yang menjadi karakter tipikal pada subjek yang diteliti, yang akan dimunculkan dalam bentuk respon-respon terhadap situasi yang dihadapi.

Skala merupakan kumpulan pernyataan-pernyataan mengenai suatu objek. Skala merupakan suatu bentuk pengukuran terhadap performansi tipikal individu yang cenderung dimunculkan dalam bentuk respon terhadap situasi-situasi tertentu yang sedang dihadapi (Azwar, 2005). Metode skala yang

digunakan terdiri dari dua jenis skala, yaitu: skala untuk mengukur Optimisme dan skala *Adversity Quotient*.

a. Skala Optimisme

Skala yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada skala model Likert yaitu metode penskalaan pernyataan individu yang menggunakan distribusi respon sebagai dasar penentu nilai skalanya (Azwar, 2005). Setiap pernyataan dalam skala ini diperoleh dari jawaban subjek menyatakan mendukung (*favorable*) atau tidak mendukung (*unfavorable*). Peneliti memperhatikan tujuan ukur, metode penskalaan dan format aitem yang dipilih, sehingga respon yang disajikan dalam skala adalah dalam bentuk pilihan jawaban.

Skala dalam penelitian ini disusun oleh peneliti dengan mengacu pada aspek yang dikemukakan Seligman, yaitu : *Permanence, Pervasive, personalisasi*. Pernyataan dalam skala Likert memiliki 2 sifat yaitu *favorable* (mendukung/positif) dan *unfavorable* (tidak mendukung/negatif). Penilaian skala Likert memiliki 4 alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (ST), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Untuk pernyataan yang bersifat *favorable* diberi rentang skor 4 - 1, sedangkan pernyataan yang bersifat *unfavorable* diberi rentang skor 1 - 4.

b. Skala *Adversity Quotient*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada skala model Likert yaitu metode penskalaan pernyataan individu yang menggunakan distribusi respon sebagai dasar penentu nilai skalanya (Azwar, 2005). Setiap pernyataan dalam skala ini diperoleh dari jawaban subjek menyatakan mendukung (*favorable*) atau tidak mendukung (*unfavorable*). Peneliti memperhatikan tujuan

ukur, metode penskalaan dan format aitem yang dipilih, sehingga respon yang disajikan dalam skala adalah dalam bentuk pilihan jawaban.

Skala dalam penelitian ini disusun oleh peneliti dengan mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Stoltz yaitu: *control*, *origin-ownership*, *reach*, *endurance*. Pernyataan dalam skala Likert memiliki 2 sifat yaitu *favorable* (mendukung/positif) dan *unfavorable* (tidak mendukung/negatif). Penilaian skala Likert memiliki 4 alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (ST), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Untuk pernyataan yang bersifat *favorable* diberi rentang skor 4 - 1, sedangkan pernyataan yang bersifat *unfavorable* diberi rentang skor 1 - 4.

Sebelum dilakukan penelitian terlebih dahulu dilakukan uji validitas & realibitas untuk masing-masing variable diatas.

1. Uji Validitas

Validitas merupakan ukuran yang benar-benar mengukur apa yang akan diukur. Validitas menunjuk pada sejauh mana definisi yang digunakan mengukur apa yang akan diukur (Martono, 2014). Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Dengan demikian data yang valid adalah data “yang tidak berbeda” antara data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian (Sugiyono, 2014).

Kata valid dalam bahasa indonesia diartikan juga sebagai sah. Uji ini digunakan untuk melihat sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu alat ukur dikatakan valid apabila instrumen yang digunakan benar-benar berfungsi sebagai alat ukur baik, akhirnya

mampu mengukur variabel yang akan diuji dengan tepat sehingga dapat menjadi tolak ukur yang baik untuk memprediksi nilai suatu variable yang akan diukur dalam penelitian.

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur, dalam hal ini skala diuji validitasnya dengan menggunakan teknik analisa *Product Moment Pearson* adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left\{X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}\right\} \left\{\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N}\right\}}}$$

Keterangan

R_{xy} : koefisien korelasi antara variabel x (skor setiap subjek setiap aitem) dengan variable y (total skor dari seluruh aitem)

$\sum XY$: jumlah dari hasil perkalian antara V_x dan V_y

$\sum X$: jumlah skor keseluruhan subjek setiap aitem

$\sum Y$: jumlah skor keseluruhan aitem setiap subjek

$\sum X^2$: jumlah kuadrat skor x

$\sum Y$: jumlah kuadrat skor y

N : jumlah subjek

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas juga dapat diartikan sebagai kejelasan, keterpercayaan, keterandalan konsistensi dan sebagainya. Reliabilitas digunakan untuk melihat sejauhmana hasil pengukuran dapat dipercaya. Artinya instrumen yang digunakan untuk mengukur suatu variabel akan memberikan hasil yang tidak berbeda atau hampir sama dari waktu ke waktu. Ada beberapa jenis uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian, namun yang akan digunakan disini adalah uji

reliabilitas *alpha-cronbach*. Sebelum dilakukan analisis data dengan menggunakan teknik analisis *product moment*,

F. Analisis Data

Data-data yang terkumpul akan dianalisis dengan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dari *Karl Pearson*. Teknik ini dapat digunakan oleh peneliti untuk menjelaskan keeratan hubungan antar dua variabel (Hadi, 2000). Keseluruhan analisis data dilakukan dengan menggunakan fasilitas komputerisasi SPSS 16.0 *for windows*.

Sebelum dilakukan uji analisis data dengan menggunakan teknik analisis *product moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu :

1. Uji normalitas

Uji normalitas adalah pengujian bahwa sampel yang dihadapi adalah berasal dari populasi yang terdistribusi normal. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Dengan uji normalitas juga akan diketahui apakah sampel yang berasal dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Jika pengujian data sampel normal, maka hasil perhitungan statistik dapat digeneralisasikan pada populasinya. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *one sample Kolmogorov-smirnov* dengan bantuan program komputer SPSS 16.0 *for windows*. Data dikatakan terdistributor normal jika nilai $p > 0,05$ dan sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebarannya dinyatakan tidak normal (Hadi,2000).

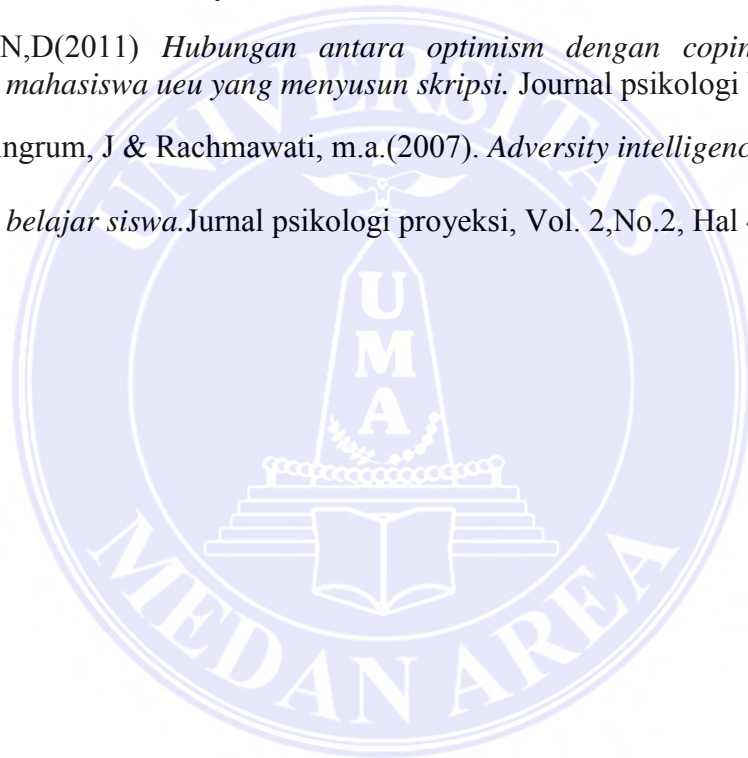
2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat serta untuk mengetahui signifikansi penyimpangan dari linieritas hubungan tersebut. Apabila penyimpangan tersebut tidak signifikan maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat linier. Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan analisis statistik uji F dengan bantuan komputer SPSS 16.0 for windows. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah jika $p > 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dinyatakan linier, sebaliknya jika $p > 0,05$ berarti hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dinyatakan tidak linier (Hadi, 2000). Apabila uji asumsi terpenuhi, maka dilanjutkan dengan uji hipotesis.

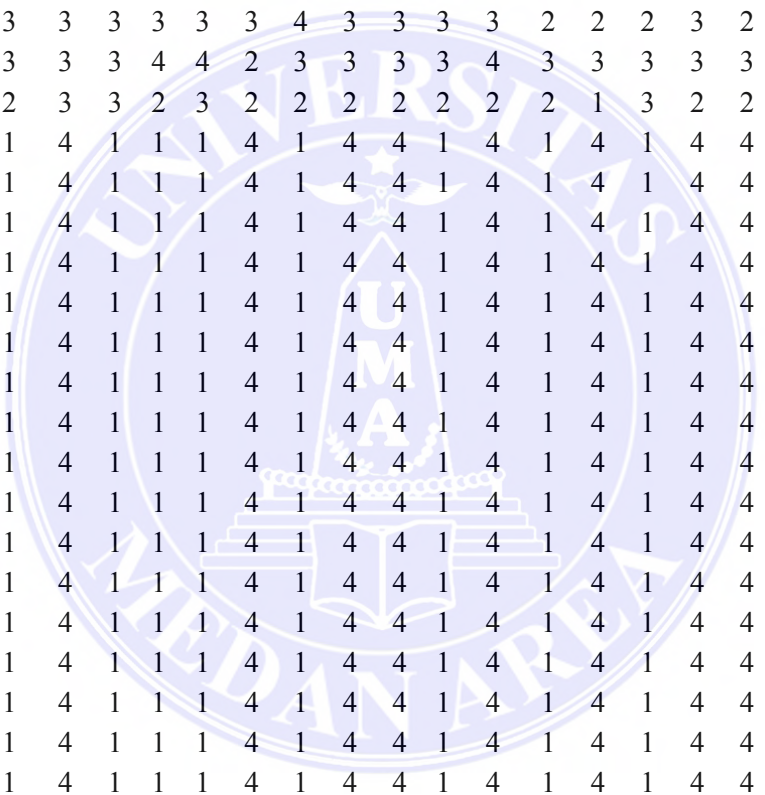
DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 2003. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: PustakaBelajar.
- Daraei, M., Ghaderi, AR. 2012. Impact of Education on Optimism/Pessimism. *Journal of Indian Academy of Applied Psychology* Vol 38. No 2, 339-343.
- Darmawangsa, Darmadi. 2010. *101 Tips Motivasi dan Inspirasi Sukses Menjadi Juara Sejati*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Daulay, s.f. (2009). "Perbedaan self regulated learning antara mahasiswa yang bekerja dan yang tidak bekerja, skripsi. Dipublikasikan: Universitas Sumatera Utara.
- Espanda, P.R. 2016. *Adversity Quotient And Academic Performance of Selected Student in MSU Morawi City. e-journal Diakses dari* <http://journaladversityquotient-88.com>
- Ekasari, A., Susanti, ND. 2011. Hubungan Antara Optimisme dan Penyesuaian Diri Dengan Stress pada Narapidana Kasus Napza di Lapas kelas IIA Bulak Kapal Bekasi. *Jurnal Soul*. Vol.4. No.2.17-32.
- Isiya B.U & Hardjono 2014 *Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Qoutient Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Uns Yang Mengerjakan Skripsi*. Jurnal Psikologi. Vol 2
- Leman.(2007). *Memahami adversity quotient*. Anima (Indonesian psychology journal).
- Lestari, R. & Lestari, s. (2005) *Pelatihan berfikir optimis untuk mengubah perilaku coping pada mahasiswa*. Jurnal psikodinamik. Vol.07, No.2, 1-10 Fakultas Psikologi UMS
- Masykur, Ahmad M. 2007. Kewirausahaan pada Mahasiswa Ditinjau dari *Adversity Quotient*. *Jurnal Psikologi Proyeksi*. Vol. 2, No. 2 hal 37-45.
- Monks, F. J. Knoers, A.M. P, & Haditono, S, R (2013). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta : Gajah Mada University Press
- Papalia, D. E, Old, S.W, Feldman & R.D (2001). *Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika
- Papalia, D. E. (2008). *Human Development: Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika
- Primardi, A., Hadjam, MNR. 2010. Optimisme, Harapan, Dukungan Sosial Keluarga, dan Kualitas Hidup Orang dengan Epilepsi. *Jurnal Psikologi*. Vol 3. No. 2, 123-133.

- Ramadhani R 2014, *Hubungan antara Optimisme dan dukungan social dengan coping stress pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di stikes muhammadiyah samarinda*. Jurnal psikologi. Vol 2
- Seligman, MaEP. 2005. *Authentic Happiness* (Terjemahan: Eva Yulia Nukman). Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Seligman, M.E.P. (2005). *Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif (authentic happiness)*. Bandung : PT. Mizan Pustaka.
- Seligman, MaEp. 2008. *Menginstal Optimisme* (Terjemahan: Budhy Yogapranata). Bandung : Momentum
- Stoltz, P.G. 2002. *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Alih Bahasa : Hermaya.T. Jakarta: Grasindo.
- Widya N,D(2011) *Hubungan antara optimism dengan coping stress pada mahasiswa ueu yang menyusun skripsi*. Journal psikologi Vol.9 No 1
- Widyaningrum, J & Rachmawati, m.a.(2007). *Adversity intelligence dan prestasi belajar siswa*. Jurnal psikologi proyeksi, Vol. 2, No.2, Hal 47-56.



Optimisme



1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	1	3	3	3	3	4	3	3	3		
2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	
4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	4	4	4	4	
5	3	3	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	4	4	3	4	
6	4	2	3	3	4	4	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	4	1	2	3	4	4	4	3	2	2	
7	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
8	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
9	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
10	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
11	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
12	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
13	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
14	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
15	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
16	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
17	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
18	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
19	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
20	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
21	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
22	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
23	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
24	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
25	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
26	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4
27	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4



LAMPIRAN A
SKALA OPTIMISME

PETUNJUK PENGISIAN

Skala ini terdiri atas 36 butir pernyataan.

1. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian berikan jawaban anda pada lembar jawaban yang sudah disediakan dengan memberikan tanda silang (X) pada kolom yang sudah tersedia, yaitu :

STS : bila “Sangat Tidak Setuju” dengan pernyataan tersebut

TS : bila “Tidak Setuju” dengan pernyataan tersebut

S : bila “Setuju” dengan pernyataan tersebut

SS : bila “Sangat Setuju” dengan pernyataan tersebut

2. Dimohon mengisi sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda namun semua jawaban dianggap **BENAR** dan tidak ada jawaban yang dianggap **SALAH**. Jawaban yang paling benar adalah jawaban yang sesuai dengan diri anda.
3. Jika anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda sama dengan (=) pada jawaban yang tidak sesuai lalu berilah tanda (X) pada jawaban yang lebih sesuai dengan diri anda.

No	Pernyataan	Pilihan			
		STS	TS	S	SS
1	Setiap apa yang saya lakukan selalu gagal.	X		X	

4. Jawablah semua pernyataan, jangan ada yang terlewati.

IDENTITAS DIRI

(Identitas anda akan dirahasiakan)

Inisial Nama :
Usia : tahun
Jenis kelamin : () Laki-laki
() Perempuan

SKALA OPTIMISME

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin prestasi yang saya dapatkan akan terus meningkat.				
2.	Setiap apa yang saya lakukan selalu gagal.				
3.	Saya merasa sulit mempertahankan prestasi yang telah saya dapatkan.				
4.	Setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.				
5.	Jika saya gagal ujian saya harus lebih belajar dengan giat.				
6.	Tiada hambatan yang saya rasakan ketika menjalani kuliah sambil bekerja.				
7.	Saya selalu merasa hidup saya sulit dalam membagi waktu antara kuliah dan bekerja.				
8.	Jika gagal menjalani kuliah sambil bekerja saya harus mengutamakan salah satunya.				
9.	Saya mengalami kegagalan saat ini tetapi esok hari saya akan berhasil.				
10.	Masalah yang saya hadapi saat ini tidak akan pernah berakhir.				
11.	Saya menjalani kuliah sambil bekerja atas usulan dari bos saya demi peningkatan karir.				
12.	Saya tidak bisa menjalani kuliah sambil bekerja tanpa bantuan orang lain.				
13.	Saya mampu menjalani kuliah sambil bekerja karena ketekunan saya.				
14.	Kesulitan membagi waktu antara kuliah dan bekerja pasti mampu saya lalui.				
15.	Jika pekerjaan saya berantakan itu karena				

	kurangnya kekompakan tim.				
16.	Saya berhasil dalam ujian dikarenakan faktor keberuntungan.				
17.	Saya mampu melewati rintangan pekerjaan karena tekad saya kuat.				
18.	Saya kurang yakin bisa berhasil menjalani kuliah sambil bekerja.				
19.	Saya gagal kuliah karena saya terpaksa menjalaninya.				
20.	Saya bisa menjalani semua berkat dukungan dari keluarga.				
21.	IP saya rendah karena tidak ada yang membantu saya.				
22.	Jika target kerja saya menurun saya akan meningkatkan produktivitas kerja.				
23.	Bekerja sambil kuliah hanya awalnya saja yang terasa mudah.				
24.	Berkat kerja keras saya ini masa depan saya pasti akan cerah.				
25.	Saya tidak tahu memilih kuliah atau bekerja apabila saya mendapatkan kegagalan diantara keduanya.				
26.	Meskipun sudah bekerja maksimal hasilnya tidak memuaskan.				
27.	Jika saya gagal ujian itu dikarenakan beban pekerjaan yang berat.				
28.	Walaupun saya sudah berusaha sulit untuk menjadi sukses.				
29.	Saya ragu kesuksesan saya hanya sementara.				
30.	Nilai saya buruk dikarenakan persyaratan lulus yang tinggi.				
31.	Nilai bukan merupakan hal yang utama bagi saya.				
32.	Saya akan tetap mempertahankan kesuksesan saya saat ini.				
33.	Saya bisa mendapatkan IP yang bagus dikarenakan bantuan dari teman-teman saya.				
34.	Dukungan keluarga saja tidak cukup untuk memperoleh keberhasilan.				
35.	Walaupun pekerjaan saya ringan saya tetap gagal dalam ujian.				
36.	Saya tidak peduli dengan target pencapaian kerja.				



LAMPIRAN B

SKALA ADVERSITY QUOTIENT

PETUNJUK PENGISIAN

Skala ini terdiri atas 32 butir pernyataan.

5. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian berikan jawaban anda pada lembar jawaban yang sudah disediakan dengan memberikan tanda silang (X) pada kolom yang sudah tersedia, yaitu :

STS : bila “Sangat Tidak Setuju” dengan pernyataan tersebut

TS : bila “Tidak Setuju” dengan pernyataan tersebut

S : bila “Setuju” dengan pernyataan tersebut

SS : bila “Sangat Setuju” dengan pernyataan tersebut

6. Dimohon mengisi sesuai dengan keadaan yang sebenar-benarnya. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda namun semua jawaban dianggap **BENAR** dan tidak ada jawaban yang dianggap **SALAH**. Jawaban yang paling benar adalah jawaban yang sesuai dengan diri anda.

7. Jika anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda sama dengan (=) pada jawaban yang tidak sesuai lalu berilah tanda (X) pada jawaban yang lebih sesuai dengan diri anda.

No	Pernyataan	Pilihan			
		STS	TS	S	SS
1	Saya tetap tenang ketika tugas kampus dan tugas kantor deadline secara bersamaan.	✗		X	

8. Jawablah semua pernyataan, jangan ada yang terlewat.

IDENTITAS DIRI

(Identitas anda akan dirahasiakan)

Inisial Nama :
Usia : tahun
Jenis kelamin : () Laki-laki
() Perempuan

SKALA ADVERSITY QUOTIENT

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya tetap tenang ketika tugas kampus dan tugas kantor deadline secara bersamaan.				
2	Jika persentasi pelajaran gagal, itu bukanlah tanggung jawab saya sama sekali.				
3	Ketika dihadapkan dengan banyaknya tuntutan dalam pekerjaan maupun diperkuliahan, saya sering kali tidak konsentrasi dalam menyelesaikan permasalahan saya.				
4	Saya segera menyelesaikan tugas yang diberikan agar tidak menumpuk.				
5	Meskipun sedang sakit, saya yakin akan tetap bisa mengerjakan tugas-tugas saya.				
6	Saya tidak peduli dengan masalah yang belum selesai.				
7	Saya tetap semangat menjalani kuliah sambil bekerja.				
8	Waktu yang terbatas menjadi penghalang untuk saya menjalani kuliah sambil bekerja.				
9	Ketika terlalu banyak tugas saya selalu menyelesaikan tugas tersebut dengan tepat waktu.				
10	Ketika tugas kampus dan tugas kantor deadline bersamaan seringkali menjadi terbengkalai.				
11	Saya sering tergesa-gesa dalam mengambil keputusan.				
12	Kegagalan yang terjadi memacu saya untuk berbuat lebih baik lagi.				

13	Terkadang saya terlambat mengumpulkan tugas-tugas saya.				
14	Tugas kuliah tidak selesai karena saya sibuk.				
15	Ketika saya merasa lelah dalam bekerja saya tidak akan hadir dalam perkuliahan.				
16	Saat sakit saya tidak mempedulikan tugas-tugas saya.				
17	Saya berusaha untuk menyelesaikan masalah sampai tuntas.				
18	Saya selalu teliti dalam menyelesaikan tugas untuk mendapatkan hasil yang baik.				
19	Saya sering menunda-nunda pekerjaan hingga menumpuk.				
20	Sulitnya membagi waktu tidak menghalangi saya untuk bekerja dan kuliah.				
21	Saya dapat memusatkan perhatian dalam pekerjaan maupun perkuliahan.				
22	Walaupun saya lelah bekerja saya akan tetap hadir kuliah.				
23	Terkadang saya tidak semangat menjalani kuliah sambil bekerja.				
24	Saya memikirkan dengan matang sebelum mengambil keputusan.				
25	Saya tetap hadir dalam perkuliahan meskipun telah lelah bekerja.				
26	Bila saya sudah lelah saya tidak mempedulikan kuliah saya.				
27	Ketika saya gagal saya akan menyerah.				
28	Saya mengerjakan tugas dengan terburu-buru.				
29	Walaupun hujan datang saya akan tetap datang untuk mengikuti perkuliahan.				
30	Jika nilai saya menjadi buruk itu adalah tanggung jawab saya untuk memperbaikinya.				
31	Saya sering tidak hadir dalam perkuliahan biasanya dikarenakan hujan.				
32	Tugas kuliah saya terbengkalai dikarenakan terlalu banyaknya tugas yang diberikan oleh dosen.				



LAMPIRAN C
HASIL DATA MENTAH



LAMPIRAN D

HASIL ANALISIS SPSS

Reliability

Notes

Output Created		13-AUG-2018 16:29:48
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	55
Missing Value Handling	File	
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Cases Used		Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
		RELIABILITY /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 /SCALE('Adversity Quotion') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Syntax		
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.03

[DataSet0]

Scale: Adversity Quotion

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	55	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.715	32

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	1.1636	.50050	55
VAR00002	3.9455	.29927	55
VAR00003	3.8364	.56972	55
VAR00004	1.1818	.54742	55
VAR00005	1.2545	.75076	55
VAR00006	3.8909	.31463	55
VAR00007	1.1455	.44797	55
VAR00008	3.8545	.48756	55
VAR00009	1.2545	.75076	55
VAR00010	3.8545	.44797	55
VAR00011	3.9455	.22918	55
VAR00012	1.2909	.85359	55
VAR00013	3.9091	.29013	55
VAR00014	1.2727	.80403	55
VAR00015	3.8545	.44797	55
VAR00016	3.8545	.44797	55
VAR00017	1.2909	.85359	55
VAR00018	1.2545	.75076	55
VAR00019	3.8727	.43267	55

VAR00020	1.2364	.69292	55
VAR00021	1.2000	.59004	55
VAR00022	1.2545	.75076	55
VAR00023	3.8727	.47354	55
VAR00024	1.2000	.64979	55
VAR00025	1.2727	.80403	55
VAR00026	3.8545	.44797	55
VAR00027	3.9091	.34816	55
VAR00028	3.8909	.36882	55
VAR00029	1.1818	.58026	55
VAR00030	1.1818	.61134	55
VAR00031	3.9636	.18892	55
VAR00032	3.9273	.26208	55

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	80.7091	27.914	.929	.666
VAR00002	77.9273	34.735	.496	.733
VAR00003	78.0364	38.702	.839	.770
VAR00004	80.6909	27.329	.952	.660
VAR00005	80.6182	25.203	.970	.639
VAR00006	77.9818	36.574	.945	.749
VAR00007	80.7273	29.091	.783	.679
VAR00008	78.0182	37.389	.763	.759
VAR00009	80.6182	25.203	.970	.639
VAR00010	78.0182	37.426	.830	.758
VAR00011	77.9273	34.439	.526	.729
VAR00012	80.5818	24.433	.938	.634
VAR00013	77.9636	35.554	.741	.740
VAR00014	80.6000	24.800	.953	.636
VAR00015	78.0182	37.463	.837	.758
VAR00016	78.0182	37.611	.862	.759
VAR00017	80.5818	24.766	.892	.639
VAR00018	80.6182	25.722	.892	.647
VAR00019	78.0000	36.444	.681	.750
VAR00020	80.6364	26.125	.914	.650
VAR00021	80.6727	27.113	.914	.659
VAR00022	80.6182	25.203	.970	.639

VAR00023	78.0000	36.667	.665	.753
VAR00024	80.6727	26.669	.892	.655
VAR00025	80.6000	24.800	.953	.636
VAR00026	78.0182	37.796	.893	.761
VAR00027	77.9636	36.443	.830	.748
VAR00028	77.9818	36.759	.854	.751
VAR00029	80.6909	27.884	.792	.669
VAR00030	80.6909	27.366	.834	.663
VAR00031	77.9091	33.936	.407	.724
VAR00032	77.9455	34.904	.613	.734

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
81.8727	33.076	5.75118	32

Reliability

Notes

Output Created		13-AUG-2018 16:37:48
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	55
	File	
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling		Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
	Cases Used	

Syntax		RELIABILITY /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034 VAR00035 VAR00036 /SCALE('Optimisme') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.04

[DataSet0]

Scale: Optimisme

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	55	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items

.685	36
------	----

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	1.2727	.80403	55
VAR00002	3.8545	.44797	55
VAR00003	3.9091	.29013	55
VAR00004	1.2182	.62925	55
VAR00005	1.2727	.80403	55
VAR00006	1.2727	.80403	55
VAR00007	3.8727	.43267	55
VAR00008	1.2364	.71915	55
VAR00009	1.1818	.58026	55
VAR00010	3.8545	.44797	55
VAR00011	1.2000	.59004	55
VAR00012	3.8909	.31463	55
VAR00013	1.2182	.62925	55
VAR00014	1.2182	.65802	55
VAR00015	1.2364	.69292	55
VAR00016	3.8364	.50050	55
VAR00017	1.2182	.65802	55
VAR00018	3.8727	.38752	55
VAR00019	3.8727	.38752	55
VAR00020	1.2000	.59004	55
VAR00021	3.8909	.36882	55
VAR00022	1.1818	.54742	55
VAR00023	3.8364	.53623	55
VAR00024	1.2000	.59004	55
VAR00025	3.8545	.44797	55
VAR00026	3.8545	.44797	55
VAR00027	1.2727	.80403	55
VAR00028	3.8182	.64092	55
VAR00029	3.8909	.36882	55
VAR00030	1.2000	.59004	55
VAR00031	3.9273	.26208	55
VAR00032	1.1818	.61134	55
VAR00033	1.3091	.90006	55
VAR00034	3.9273	.26208	55
VAR00035	3.8727	.43267	55

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	90.5636	27.399	.790	.618
VAR00002	87.9818	38.833	.777	.727
VAR00003	87.9273	37.106	.706	.710
VAR00004	90.6182	28.426	.875	.624
VAR00005	90.5636	26.954	.850	.611
VAR00006	90.5636	26.954	.850	.611
VAR00007	87.9636	37.702	.601	.718
VAR00008	90.6000	26.911	.974	.606
VAR00009	90.6545	29.712	.735	.639
VAR00010	87.9818	38.722	.758	.727
VAR00011	90.6364	28.421	.942	.622
VAR00012	87.9455	38.127	.909	.719
VAR00013	90.6182	28.426	.875	.624
VAR00014	90.6182	27.500	.980	.612
VAR00015	90.6000	27.504	.923	.613
VAR00016	88.0000	39.889	.861	.737
VAR00017	90.6182	27.833	.926	.617
VAR00018	87.9636	38.221	.767	.721
VAR00019	87.9636	38.221	.767	.721
VAR00020	90.6364	28.421	.942	.622
VAR00021	87.9455	37.201	.587	.712
VAR00022	90.6545	29.045	.907	.629
VAR00023	88.0000	39.074	.696	.732
VAR00024	90.6364	29.051	.833	.631
VAR00025	87.9818	38.722	.758	.727
VAR00026	87.9818	38.944	.796	.728
VAR00027	90.5636	27.176	.820	.615
VAR00028	88.0182	39.092	.600	.735
VAR00029	87.9455	37.201	.587	.712
VAR00030	90.6364	29.051	.833	.631
VAR00031	87.9091	37.455	.882	.713
VAR00032	90.6545	30.712	.533	.653
VAR00033	90.5273	26.106	.846	.604
VAR00034	87.9091	36.418	.566	.704

VAR00035	87.9636	38.184	.687	.722
VAR00036	87.9273	36.513	.461	.706

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
91.8364	34.695	5.89024	36

NPar Tests

Notes	
Output Created	13-AUG-2018 17:09:11
Comments	
Input	Active Dataset DataSet0 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data 55 File Definition of Missing Cases Used
Missing Value Handling	User-defined missing values are treated as missing. Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax	NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=AQ Optimisme /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time 00:00:00.00 Elapsed Time 00:00:00.08 Number of Cases Allowed ^a 157286

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet0]

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Adversity Quationt	Optimisme
N		55	55
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	81.8727	91.8364
	Std. Deviation	5.75118	5.89024
Most Extreme Differences	Absolute	.519	.513
	Positive	.519	.513
	Negative	-.372	-.378
Kolmogorov-Smirnov Z		3.846	3.807
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000	.000

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Curve Fit

Notes

Output Created		13-AUG-2018 17:10:48
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	55
Missing Value Handling	File	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Syntax	Cases Used	Cases with a missing value in any variable are not used in the analysis.
		CURVEFIT
		/VARIABLES=Optimisme WITH AQ /CONSTANT /MODEL=LINEAR /PLOT FIT.
Resources	Processor Time	00:00:01.61
	Elapsed Time	00:00:05.87
Use	From	First observation

Predict	To	Last observation
	From	First Observation following the use period
Time Series Settings (TSET)	To	Last observation
	Amount of Output	PRINT = DEFAULT
	Saving New Variables	NEWVAR = NONE
	Maximum Number of Lags in Autocorrelation or Partial Autocorrelation Plots	MXAUTO = 16
	Maximum Number of Lags Per Cross-Correlation Plots	MXCROSS = 7
	Maximum Number of New Variables Generated Per Procedure	MXNEWVAR = 60
	Maximum Number of New Cases Per Procedure	MXPREDICT = 1000
	Treatment of User-Missing Values	MISSING = EXCLUDE
	Confidence Interval Percentage Value	CIN = 95
	Tolerance for Entering Variables in Regression Equations	TOLER = .0001
	Maximum Iterative Parameter Change	CNVERGE = .001
	Method of Calculating Std. Errors for Autocorrelations	ACFSE = IND
	Length of Seasonal Period	Unspecified
	Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified
	Equations Include	CONSTANT

[DataSet0]

Model Description

Model Name	MOD_1
Dependent Variable	1 Optimisme

Equation	1	Linear
Independent Variable		Adversity Quationt
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	55
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

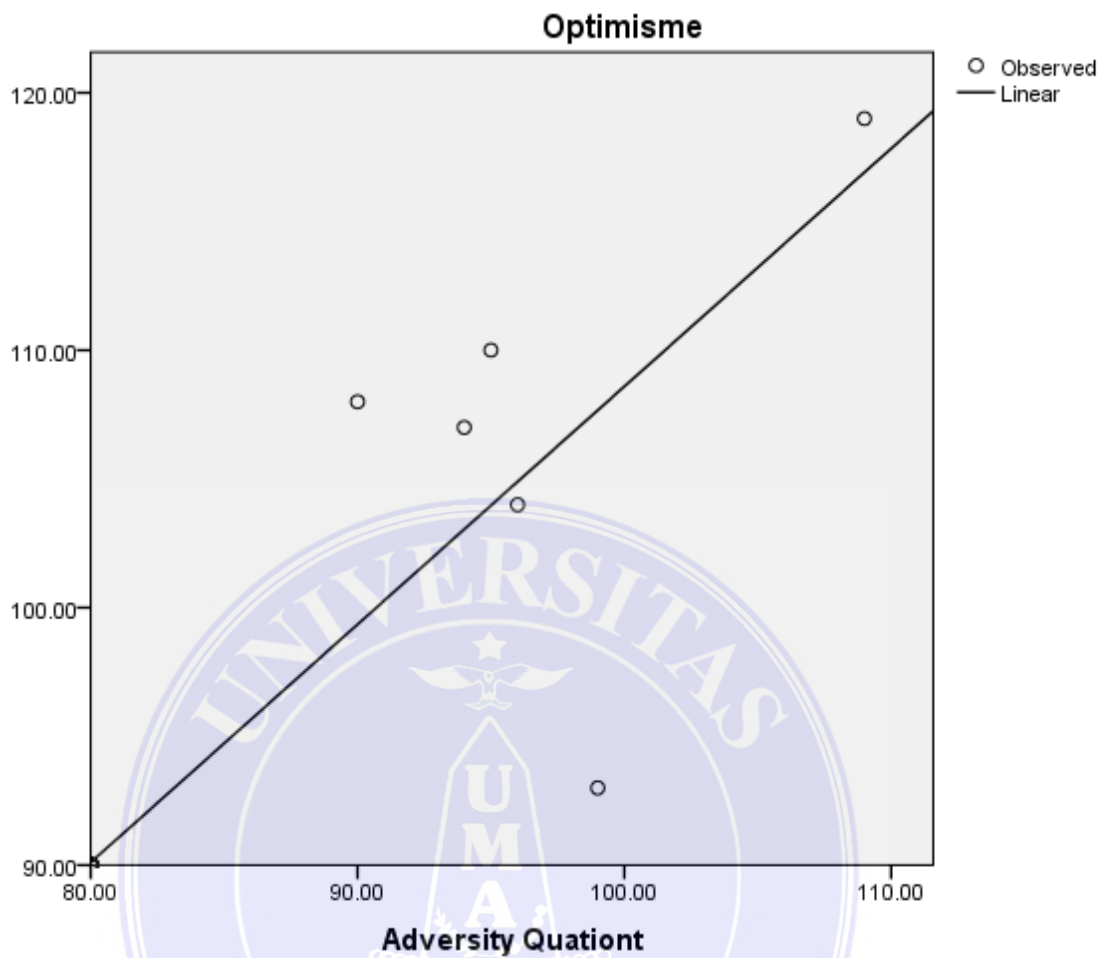
	Variables	
	Dependent	Independent
	Optimisme	Adversity Quationt
Number of Positive Values	55	55
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
User-Missing	0	0
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Optimisme

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.814	232.595	1	53	.000	16.164	.924

The independent variable is Adversity Quationt.



Frequencies

Notes

Output Created		13-AUG-2018 17:12:57
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	55
	File	

Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=AQ Optimisme /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.02

[DataSet0]

Statistics

		Adversity Quationt	Optimisme
N	Valid	55	55
	Missing	0	0

Frequency Table

Adversity Quationt

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
80.00	49	89.1	89.1	89.1
90.00	1	1.8	1.8	90.9
94.00	1	1.8	1.8	92.7
Valid 95.00	1	1.8	1.8	94.5
96.00	1	1.8	1.8	96.4
99.00	1	1.8	1.8	98.2
109.00	1	1.8	1.8	100.0

Total	55	100.0	100.0
-------	----	-------	-------

Optimisme

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
90.00	49	89.1	89.1	89.1
93.00	1	1.8	1.8	90.9
104.00	1	1.8	1.8	92.7
107.00	1	1.8	1.8	94.5
108.00	1	1.8	1.8	96.4
110.00	1	1.8	1.8	98.2
119.00	1	1.8	1.8	100.0
Total	55	100.0	100.0	

Correlations

Notes

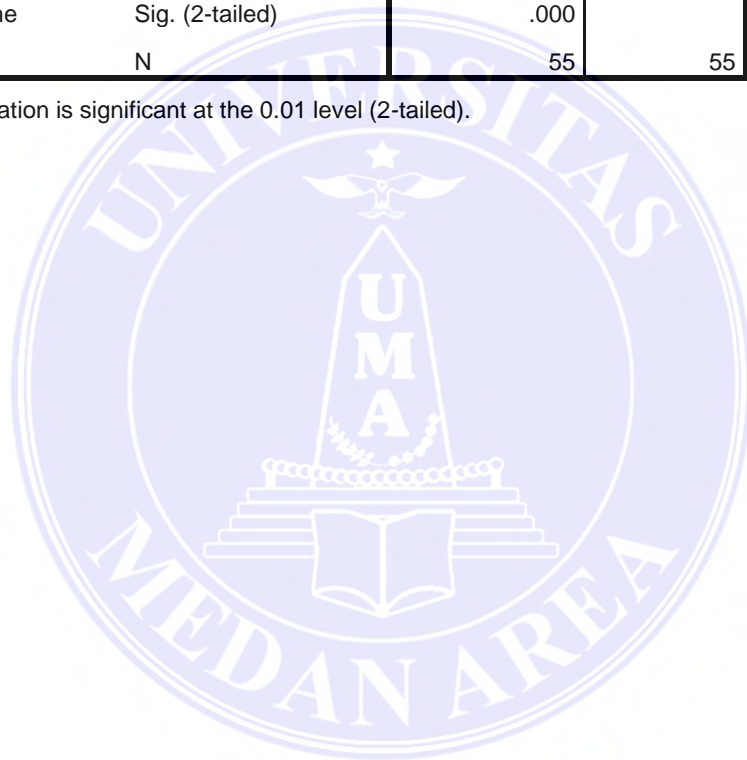
Output Created		13-AUG-2018 17:14:02
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	55
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES=AQ Optimisme /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.03

[DataSet0]

Correlations

		Adversity Quation	Optimisme
Adversity Quation	Pearson Correlation	1	.902**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	55	55
Optimisme	Pearson Correlation	.902**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	55	55

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).





LAMPIRAN E

SURAT KETERANGAN BUKTI PENELITIAN



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7366878, 7360168, 7364348, 7366781, Fax. (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 | Jalan Sei Serayu Nomor 70 A. ☎ (061) 8225602, Fax. (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 2541/UMA/B/01.7/VIII/2018
Hal : Izin Pengambilan Data.

15 Agustus 2018.

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area
di - M e d a n

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi UMA nomor: 1623/FPSI/01.10/VIII/2018 pada tanggal 11 Agustus 2018, perihal permohonan Izin Pengambilan data di Universitas Medan Area oleh mahasiswa Fakultas Psikologi sebagai berikut:

Nama : Sartikasari Tambunan
No. Pokok Mahasiswa : 14 860 0197
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan untuk melaksanakan pengambilan data guna penyusunan skripsi yang berjudul "**Hubungan Antara Optimisme dengan Adversity Qoutient pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang bekerja Tahun 2018.**"

Demikian kami sampaikan. Atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.

a.n. Rektor
Wakil Rektor Bidang Administrasi,



Dr. Utari Maharani Barus, SH., M.Hum

Tembusan :
1. Mahasiswa Ybs
2. Pertiinggal







UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolan Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7366878, 7360168, 7364348, 7366781, Fax: (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Seliabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A, ☎ (061) 8225602, Fax: (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-mail: univ_medanarea@uma.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 2584/UMA/B/01.7/VIII/2018

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Sartikasari Tambunan
No. Pokok Mahasiswa : 14 860 0197
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area dengan Judul
"Hubungan Antara Optimisme dengan Adversity Qountient pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang bekerja Tahun 2018 ".

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan sepertiunya.

Medan, 23 Agustus 2018.

a.n Rektor

Wakil Rektor Bidang Administrasi,



Utari Mahayani Barus, SH., M.Hum

Tembusan :

1. Mahasiswa Ybs
2. File

