

The Role of Self-Resilience and Self-Efficacy to Increase Adversity Quotient

Peran Ketahanan Diri dan Self-Efficacy untuk Meningkatkan Adversity Quotient

Yesi Apriyani ¹, Muhamad Uyun ²

^{1,2} Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Psikologi,
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia
Email: ¹1920901087@radenfatah.ac.id, ²muhamaduyun_uin@radenfatah.ac.id

Artikel Info	ABSTRACT
Riwayat Artikel: Penyerahan 2023-05-09 Revisi 2023-05-19 Diterima 2023-05-21	<i>Migrant students strive to achieve success with quality education. Some overseas students are afraid of facing difficulties, fear failure, and fear of not being able to adjust to existing associations, so they do not trust themselves and prefer to entrust others to overcome the challenges they face. Today's migrant students need resilience and high self-efficacy to adjust to changes in habits in a new environment. Resilience, Self-Efficacy, and Adversity Quotient are essential for individuals to develop the abilities that exist within overseas students. This study aimed to prove the correlation between Resilience and Self Efficacy with Adversity Quotient. Research subjects are active students of the Faculty of Psychology. The method used in this research is the quantitative method. Sampling using Purposive Random Sampling of as many as 205 subjects. Data were collected using measuring instruments in the form of a Self-Resilience scale, Self-Efficacy scale, and Adversity Quotient scale in the form of google form. Data analysis using multiple regression. The practical contribution given by the Resilience and Self Efficacy variables with Adversity Quotient is 30.4%, while other variables influence the remaining 69.6%. The results of data analysis show that Resilience and Self Efficacy play a role in increasing Adversity Quotient with a significant value of $p=0.000$ ($0.001 < 0.05$). The results showed that the higher the Resilience and Self Efficacy, the higher the level of Adversity Quotient.</i>
Keyword: Self Resilience; Self Efficacy; Adversity Quotient.	

ABSTRAK	Kata Kunci
Mahasiswa perantau berusaha untuk menggapai kesuksesan dengan pendidikan yang berkualitas. Beberapa mahasiswa perantau takut menghadapi kesulitan sendiri, takut akan kegagalan, takut tidak mampu menyesuaikan pergaulan yang ada, sehingga tidak percaya diri dan lebih memilih mempercayakan orang lain untuk mengatasi tantangan yang dihadapi. Mahasiswa perantau saat ini membutuhkan Ketahanan Diri dan keyakinan diri yang tinggi untuk menyesuaikan perubahan kebiasaan dilingkungan baru. Ketahanan Diri, <i>Self Efficacy</i> , dan <i>Adversity Quotient</i> adalah hal yang penting bagi individu untuk mengembangkan kemampuan yang ada dalam diri mahasiswa perantau. Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan korelasi antara Ketahanan Diri dan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Adversity Quotient</i> . Subjek penelitian Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan <i>Purposive Random Sampling</i> sebanyak 205 subjek. Data dikumpulkan menggunakan alat ukur berupa skala Ketahanan Diri, skala <i>Self Efficacy</i> dan skala <i>Adversity Quotient</i> dalam bentuk <i>google form</i> . Analisis data menggunakan regresi berganda. Sumbangan efektif yang diberikan variabel Ketahanan Diri dan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Adversity Quotient</i> yaitu sebesar 30,4%, sedangkan selebihnya sebesar 69,6% dipengaruhi oleh variabel lain. Hasil analisis data menunjukkan bahwa Ketahanan Diri dan <i>Self Efficacy</i> berperan meningkatkan <i>Adversity Quotient</i> dengan nilai signifikan $p=0,000$ ($0,001 < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa jika semakin tinggi Ketahanan Diri dan <i>Self Efficacy</i> maka semakin tinggi tingkat <i>Adversity Quotient</i> .	Ketahanan Diri; <i>Self-Efficacy</i> ; <i>Adversity Quotient</i>

Copyright (c) Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi

Korespondensi: Yesi Apriyani Universitas Islam Negeri Raden Fatah Email: 1920901087@radenfatah.ac.id



LATAR BELAKANG

Mahasiswa sebutan untuk individu yang sedang menimba ilmu di perguruan tinggi. Mahasiswa harus bisa mengatasi permasalahan yang dihadapi secara individu, masalah yang mereka hadapi biasanya adalah masalah pendidikan, ekonomi, dan pergaulan (Kurniawati & Baroroh, 2016). Pendidikan sebagai awal kemajuan suatu bangsa (Miranda & Uyun, 2023). Pendidikan sangat berperan untuk menjadi seseorang yang terpelajar, yaitu seseorang yang mampu memecahkan masalah serta memiliki pandangan yang luas (Uyun, 2018).

Menurut Departemen Pendidikan Nasional (2019) jumlah perguruan tinggi di Indonesia terus bertambah. Dengan jumlah perguruan tinggi yang bertambah tersebut tidak sesuai dengan pemerataan, karena hanya terfokus dikota-kota besar oleh karena itu banyak mahasiswa yang merantau untuk menimba ilmu dikota besar. Ada unsur pokok merantau, yaitu meninggalkan daerah asal, mencari kehidupan yang lebih baik, mencari ilmu dan pengalaman (Naim, 1984). Budiman (2006) menyatakan Individu yang pergi untuk tinggal di tempat lain bertujuan mencari ilmu di perguruan tinggi disebut mahasiswa perantau.

Mahasiswa perantau saat ini membutuhkan kemampuan ketahanan diri dan keyakinan diri yang tinggi untuk menghadapi perubahan dilingkungan baru. Perubahan yang terjadi dilingkungan baru dapat mempengaruhi sikap dari dalam diri individu itu sendiri (Candrawati, 2019). Perubahan ini mempengaruhi *Adversity Quotient* mahasiswa perantau pada saat ini. Seringkali mereka diberikan sesuatu kemudahan yang cepat, yang membuat mereka tidak mau berusaha mencapai tujuan yang diinginkan. Banyak rintangan yang menghalangi mereka menuju kesuksesan.

Namun kesuksesan akan didapatkan jika mereka mempunyai kemampuan untuk mengubah rintangan menjadi kesempatan (Saidah & Aulia, 2014). Mahasiswa perantau berusaha untuk menggapai kesuksesan dengan pendidikan yang berkualitas. Mahasiswa perantau takut akan kegagalan, takut menghadapi kesulitan sendiri, takut tidak mampu menyesuaikan pergaulan, sehingga tidak percaya diri dan lebih memilih mempercayakan orang lain untuk mengatasi tantangan yang ada. Santrock (Lingga & Tuapattinaja, 2012)

Namun saat para mahasiswa merantau, siap tidak siap harus bersikap mandiri. Ketika tantangan tidak ditangani dengan baik akan memunculkan stres. Mahasiswa perantau membutuhkan ketahanan dan keyakinan tersendiri agar dapat menumbuhkan perilaku adaptif serta memiliki keterampilan atau kecerdasan untuk mengatasi tantangan yang ada (Hutz, A., Martin, W.E. Beitel, 2007).

Menghadapi tantangan di lingkungan baru membutuhkan sebuah kemampuan. Stoltz (2000) menyatakan bahwa diantara sekian banyak kemampuan individu terdapat kemampuan yang bisa mengetahui seperti apa setiap individu mampu menghadapi kesulitan. Paul G Stoltz menyatakan kemampuan untuk menghadapi kesulitan ini sebagai *Adversity Quotient* (AQ).

Menurut Stoltz (2000), terdapat 4 dimensi *Adversity Quotient*, yaitu: *Endurance* (Daya tahan), *Origin & Ownership*

(Asal-usul dan Pengakuan), *Reach* (Jangkauan), dan *Control* (Kendali). Menurut Stoltz (2000), *Adversity Quotient* adalah kemampuan individu untuk memahami kesulitan dan menghadapinya sendiri, dan itu menjadi tantangan yang harus dipecahkan. Sehingga *Adversity Quotient* diartikan sebagai prediksi siapa yang bisa menghadapi kesulitan dan siapa yang mengalami kegagalan (Leman, 2007).

Maka *Adversity Quotient* dapat dikatakan sebagai simbol untuk melihat bagaimana Ketahanan Diri mahasiswa dalam menghadapi perkembangan zaman, karena mahasiswa harus bisa menyesuaikan dan menerima segala perubahan yang ada. Russell & Russell, (2006) dalam Hajar, (2017) mengartikan Ketahanan Diri sebagai kemampuan menyesuaikan diri dengan keadaan atau perubahan baru.

Samhanin, (2019) menyatakan bahwa Ketahanan Diri adalah upaya untuk memperbaiki dan mengembangkan diri bagi seseorang dengan menelaah pengalaman yang sulit. Ketahanan Diri yang tinggi pada individu menunjukkan kepribadian dan perilaku yang baik (Kinman, 2014). Disisi lain, Ketahanan Diri yang rendah pada individu akan mudah melakukan kesalahan dan mempengaruhi individu untuk berpikir (Masron Mensih et al., 2021).

Ketahanan Diri berkaitan pada Resiliensi, dimana resiliensi adalah hasil dari kemampuan individu untuk beradaptasi dengan keadaan yang tidak nyaman (Wagnild & Young, 1993). Seseorang yang melihat kesulitan dihidupnya sebagai suatu hal yang positif adalah seseorang yang mempunyai resiliensi tinggi sehingga dapat memecahkan masalah dengan baik. (Ismaniar & Uyun, 2023). Menurut Stoltz (2000), tingkat *Adversity Quotient* pada seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kecerdasan, kepribadian, bakat, karakteristik, genetik, kesehatan, kemauan, Pendidikan, dan keyakinan diri (*Self Efficacy*).

Bandura (1986) menyatakan pengertian *Self Efficacy* sebagai keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan menerapkan sikap untuk hasil tertentu. *Self Efficacy* ialah keyakinan yang dimiliki seseorang tentang kemampuan berlandaskan pengalaman (Sujono, 2014). Selain faktor internal, *Self Efficacy* juga bisa dipengaruhi oleh faktor eksternal (Pantu, 2021). Stoltz (2000) menjelaskan bahwa diperlukan sebuah Ketahanan Diri dan keyakinan diri yang tinggi untuk mencapai tujuan maupun puncak kesuksesan.

Ketahanan Diri dan Keyakinan diri memengaruhi kemampuan seseorang saat mengatasi suatu permasalahan dan mempengaruhi seseorang saat mencapai tujuan hidupnya. Artinya seperti apa seseorang memandang dirinya, apakah seseorang itu yakin pada kemampuannya dalam menghadapi permasalahan yang ada, dan bagaimana seseorang menangani situasi yang sulit.

Individu dengan *Adveristy Quotient* yang tinggi akan memiliki pengendalian diri yang bagus, dan saat menghadapi kesulitan individu dapat mengendalikan dirinya sendiri dengan tenang. Sedangkan individu yang mempunyai *Adversity Quotient* yang rendah tidak bisa menyelesaikan apa yang menjadi tanggung jawabnya dan tidak dapat mengendalikan dirinya dengan baik. Berdasarkan uraian di atas judul ini menarik dan layak untuk diteliti.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ismawati & Andriyani, (2022) bahwa terdapat hubungan yang positif antara *Adversity Quotient* dengan *Self Efficacy* pada siswa di SMK Muhammadiyah 2 Wedi Klaten. Kemudian penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sholihah et al., (2023) terdapat hasil ada hubungan positif antara *Self Efficacy* dan *Adversity Quotient* dengan minat berwirausaha pada mahasiswa.

Maka dari permasalahan tersebut, penelitian terdahulu dalam melakukan penelitian terhadap salah satu faktor dari *Adversity Quotient* yaitu *Self Efficacy*. Hal ini membuat peneliti ingin meneliti dari salah satu dimensi *Adversity Quotient* yaitu Ketahanan Diri. Sehingga yang menjadi tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat “Hubungan antara Ketahanan Diri, *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient*”.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan metode penelitian kuantitatif dan jenis pendekatan yang digunakan adalah korelasional. Metode pengumpulan data menggunakan skala dengan media *google form*. Data diperoleh lalu diolah dengan menggunakan SPSS versi 29. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan regresi berganda.

Populasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang yang berjumlah 509. Berdasarkan Tabel Isac dan Michel dengan taraf kesalahan 5%, untuk dapat menetapkan

jumlah sampel menggunakan Teknik *Purposive Random Sampling* dan didapatkan sampel sebanyak 205 sampel, hal tersebut dikarenakan *Purposive Random Sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dalam (Sugiyono, 2018). karakteristik populasi pada penelitian ini yaitu (1) Mahasiswa, (2) Berasal dari luar kota Palembang, (3) Mahasiswa Angkatan 2021 dan 2022.

Variabel terikat (Y) yaitu *Adversity Quotient* (AQ). Pengumpulan data menggunakan Skala *Adversity Quotient* dirincikan berdasarkan teori dari Paul G Stoltz. Skala *Adversity Quotient* terdiri dari 31 item dengan nilai reliabilitas sebesar 0.913.

Variabel bebas (X1) yaitu Ketahanan Diri. Pengumpulan data menggunakan skala Resiliensi dirincikan berdasarkan teori dari Wagnild and Young. Skala Ketahanan Diri terdiri dari 24 item dengan nilai reliabilitas sebesar 0.901.

Variabel bebas (X2) yaitu *Self Efficacy*. Pengumpulan data menggunakan skala *Self Efficacy* dirincikan berdasarkan teori dari Bandura. Skala *Self Efficacy* terdiri dari 29 item dengan nilai reliabilitas sebesar 0.922.

HASIL PENELITIAN

Demografi Subjek Penelitian

Subjek penelitian terdiri dari 205 mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang. Subjek Perempuan berjumlah 166 dengan presentase 81% sedangkan subjek Laki-laki berjumlah 39 dengan presentase 19%.

Tabel 1. Gambaran Demografik Responden

Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah	Persentase
Jenis Kelamin	Perempuan	166	81%
	Laki-laki	39	19%

Uji Normalitas

Pada uji Normalitas penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05 maka data tersebut terdistribusi normal, dengan melihat nilai dari *asympt. Sig.* (Mushon, 2015). Berdasarkan hasil

pengujian normalitas dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov* didapatkan bahwa nilai *asympt. Signifikansi* $0,200 > 0,05$ dapat disimpulkan bahwa uji normalitas pada pengujian tersebut terpenuhi, yaitu ditentukan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

Tabel 2. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

	Sig.	Keterangan
<i>asympt</i>	0,200	Terdistribusi normal

Uji Linieritas

Dalam Uji Linieritas jika nilai signifikan bagian *Deviation From Linierity* $> 0,05$, bahwa hubungan variabel independen ke variabel dependen bersifat linier (Febry & Teofilus, 2020). Berdasarkan hasil pengujian, pada nilai signifikansi pada *Deviation From Linierity* antara variabel Ketahanan Diri dengan *Adversity Quotient* adalah 0,326 sedangkan *Deviation*

From Linierity antara variabel *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient* adalah 0,641. Maka dapat dinyatakan bahwa hubungan antara variabel Ketahanan Diri dengan variabel *Adversity Quotient* memiliki hubungan yang linier ($0,326 > 0,05$) serta variabel *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient* memiliki hasil hubungan yang linier juga ($0,641 > 0,05$). Dengan ini uji asumsi linieritas terpenuhi.

Tabel 3. Hasil Uji Linieritas

	Sig.	Keterangan
<i>Adversity Quotient</i> – Ketahanan Diri	0,05	Linier
<i>Adversity Quotient</i> – <i>Self Efficacy</i>	0,05	Linier

Uji Multikorelinearitas

Dalam Uji multikolinieritas jika nilai *tolerance* > 0,10 maka tidak terjadi gejala multikolinieritas (Ghozali, 2010).

Multikolinieritas bisa dengan melihat nilai VIF (*Variance Inflation Factor*), kriteria jika nilai VIF kurang dari 4 maka tidak terjadi multikolinieritas (Muhson, 2015).

Tabel 4. Hasil Uji Multikolinieritas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
<i>Adversity Quotient</i> (Y) – Ketahanan Diri (X ₁)	0,821	1,219	Tidak multikorelasional
<i>Adversity Quotient</i> (Y) – <i>Self Efficacy</i> (X ₂)	0,821	1,219	Tidak multikorelasional

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas variabel Ketahanan Diri dan *Self Efficacy*. Didapatkan hasil variabel Ketahanan Diri, nilai *tolerance* 0,821 lebih besar dari 0,10 dan nilai VIF-nya 1,219 maka kurang dari 4. Demikian dinyatakan variabel Ketahanan Diri tidak terjadi multikolinieritas antar variabel independennya. Melainkan hasil dari variabel *Self Efficacy*, nilai *tolerance* 0,821 lebih besar dari 0,10 dan nilai VIF-nya 1,219 maka lebih kecil dari 4.

Demikian dinyatakan *Self Efficacy* tidak terjadi multikolinieritas antar variabel independennya.

Uji Hipotesis

Yang digunakan pada penelitian ini yaitu dua persamaan regresi berganda dengan variabel terikat Ketahanan Diri dan *Self Efficacy*. Berdasarkan analisis regresi berganda tersebut maka diperoleh nilai koefisien dan signifikansi untuk masing-masing variabel bebas.

Tabel 5. Hasil Uji Analisis Regresi Model Penuh

Variabel	F Hitung	F Tabel	R ²	P	Keterangan
<i>Adversity quotient</i> (Y)					
Ketahanan Diri (X ₁)	44,057	3,04	0,304	0,001	Signifikan
<i>Self-Efficacy</i> (X ₂)					

Berdasarkan dari hasil analisis regresi berganda pada variabel terikat yaitu *Adversity Quotient*, didapatkan nilai F-hitung sebesar 44,057 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001. Sehingga apabila nilai F-hitung dibandingkan dengan nilai F-

tabel sebesar 3,04, maka F- hitung lebih besar dari F-tabel. Sedangkan pada nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05. Artinya, variabel Ketahanan Diri dan *Self Efficacy* secara *Adversity Quotient* secara signifikan.

Tabel 6. Uji Analisis Model Bertahap

Variabel	Sig	Keterangan
<i>Adversity Quotient</i> terhadap Ketahanan Diri	0,001	Signifikan
<i>Adversity Quotient</i> terhadap <i>Self Efficacy</i>	0,001	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda pada variabel independen pada variabel *Adversity Quotient* yaitu variabel Ketahanan Diri (X₁) dan *Self Efficacy* (X₂). Nilai t-hitung dan signifikansi tiap variabel yaitu, 3,627 (0,001) dan -6,306 (0,001) dengan t-tabel sebesar 1,652 dengan taraf signifikan 0,05. Berdasarkan hasilnya, nilai variabel Ketahanan Diri (X₁) dan *Self Efficacy* (X₂), nilai t-hitungnya lebih besar dari t-tabel dan nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05, yang artinya variabel Ketahanan Diri dan *Self Efficacy* terdapat pengaruh yang signifikan terhadap *Adversity Quotient*.

Koefisien Determinasi (R square)

Koefisien determinansi digunakan untuk menunjukkan berapa besar persentase variabel bebas secara bersama-sama menerangkan variansi variabel terikatnya. Berdasarkan dari hasil dari regresi berganda yang telah diolah, hasil analisis regresi berganda pada variabel terikat yaitu *Adversity Quotient* menunjukkan bahwa nilai R square sebesar 0,304 atau 30,4%. Artinya, 30,4% dari keseluruhan variabel bebas bisa menjelaskan hubungan terhadap variabel terikat dan sisanya (69,6%) mengartikan faktor atau variabel di luar model (*error term*).

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel Ketahanan Diri dan variabel *Self Efficacy* dengan variabel *Adversity Quotient*. Untuk dapat menguji hipotesis penelitian digunakan uji regresi berganda yang berfungsi mengetahui hubungan variabel bebas yaitu Ketahanan Diri dan *Self Efficacy* dengan variabel terikat *Adversity Quotient*.

Berdasarkan pada hasil analisis regresi berganda didapatkan tiga (3) hasil yang diperoleh. Pertama, Ada hubungan signifikan antara Ketahanan Diri dan *Self Efficacy* (secara bersama-sama) dengan *Adversity Quotient* (sig. 0,001 < 0,05) artinya semakin tinggi Ketahanan Diri dan *Self Efficacy* maka semakin tinggi tingkat *Adversity Quotient*. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori (Stoltz, 2000) bahwa jika ingin mencapai kesuksesan maka diperlukan Ketahanan Diri dan keyakinan diri yang tinggi juga. Berdasarkan analisis data, diketahui bahwa ada hubungan positif antara variabel Ketahanan Diri dan variabel *Self Efficacy* dengan variabel *Adversity Quotient*. Demikian semakin tinggi *Adversity Quotient*, maka akan diikuti dengan meningkatnya Ketahanan Diri dan *Self Efficacy*.

Tingkat *Adversity Quotient* yang tinggi mengartikan bahwa seseorang memiliki ketahanan dan keyakinan yang sangat baik dalam menyelesaikan masalah serta memiliki kemampuan yang efektif dalam menyelesaikan masalah. Dengan tingginya *Adversity Quotient* seseorang maka ia akan mampu mengambil keputusan yang baik untuk melakukan tindakan dan berusaha mengatasi kesulitan (Santos, 2013). Hasil dari penelitian ini sesuai dengan penelitian oleh Nuralisa (2016) yang mendapatkan bahwa mahasiswa perantau yang mempunyai *Adversity Quotient* yang tinggi akan berani saat mengatasi kesulitan dan bisa menjadikan kemampuan yang dipunyai untuk menghadapi kesulitan yang ada.

Kedua, ada hubungan Ketahanan Diri dengan *Adversity Quotient* (sig. 0,001 > 0,05). *Adversity Quotient* dapat digunakan sebagai tolak ukur untuk mengukur bagaimana Ketahanan Diri mahasiswa ketika menghadapi perkembangan zaman di masa yang banyak dengan tekanan dan mengasah Ketahanan Diri dalam menghadapi kesulitan, karena mahasiswa harus belajar beradaptasi dan menerima semua perubahan yang sering menyebabkan gangguan emosi dalam dirinya. Ketahanan Diri hal yang sangat penting untuk ditingkatkan mahasiswa perantau, artinya dengan Ketahanan Diri yang baik maka mahasiswa akan dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik juga (Risma, 2016).

Menurut Rikumahu & Rahayu (2022) mahasiswa dengan ketahanan diri yang kuat akan bisa berkomitmen untuk menghadapi perubahan dalam bidang apapun. Hasil ini didukung dalam penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dan Kumalasari (2022) bahwa mahasiswa yang bisa menunjukkan sikap ketahanan diri terbukti tidak mudah mengalami putus asa dalam menghadapi berbagai kesulitan dalam bidang apapun, sehingga mahasiswa mampu menyelesaikan masalahnya.

Seseorang yang memiliki Ketahanan Diri adalah ia yang memiliki karakteristik, yakin akan kemampuannya, dapat menjalin hubungan yang baik dengan oranglain, serta mempunyai kontrol diri yang baik dan mampu melihat kelemahan dan kelebihan dari dalam dirinya. Orang yang mempunyai Ketahanan Diri yang tinggi akan menghadapi kesulitan bukan untuk menghindarinya dengan artian tidak mudah menyerah atau putus asa. Hal ini artinya Ketahanan Diri memberikan kontribusi kepada *Adversity Quotient* ketika menghadapi kesulitan.

Ketiga, ada hubungan *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient* (sig. 0,001 < 0,05). Dalam pembentukan *Adversity Quotient* pada mahasiswa perantau *Self Efficacy* sangat berperan penting. Menurut Bandura (2000) *Self Efficacy* bisa dilihat dari tiga aspek, yaitu level, generality dan strength. Salah satu cara untuk meningkatkan *Self Efficacy* pada mahasiswa adalah dengan cara meningkatkan ketahanan diri serta mengurangi keadaan emosi yang buruk (Nugraha, A. P., & Nuryana, 2017).

Dengan itu, dibutuhkan mahasiswa dengan kemampuan mengatasi masalah yang baik sehingga mahasiswa memiliki *Self Efficacy* yang tinggi, sebab seseorang dengan *Self Efficacy* yang tinggi akan senantiasa yakin akan kemampuannya mengatasi masalah dan memiliki kemampuan yang sama dengan keyakinannya itu (Wibowo,

2015). Sedangkan, seseorang yang memiliki *Self Efficacy* yang rendah akan membuat seseorang mudah menyerah dan putus asa serta cenderung takut dan kurang berusaha dalam menghadapi tantangan yang dihadapi (Wardani & Syah, 2022).

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ismawati & Andriyani, (2022) bahwa terdapat hubungan yang positif antara *Adversity Quotient* dengan *Self Efficacy* pada siswa di SMK Muhammadiyah 2 Wedi Klaten. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Sholihah et al., (2023) terdapat hasil bahwa ada hubungan positif antara efikasi diri dan *Adversity Quotient* dengan minat berwirausaha pada mahasiswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Ketahanan Diri dan *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient*. Sumbangan efektif yang diberikan variabel Ketahanan Diri dan *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient* yaitu sebesar 30,4%, sedangkan selebihnya sebesar 69,6% dipengaruhi oleh variabel lain diluar variabel dalam penelitian ini. Sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Penelitian ini tidak membahas faktor lain yang memengaruhi variabel Ketahanan Diri, *Self Efficacy* dan *Adversity Quotient*. Maka saran untuk penelitian selanjutnya agar dapat memperhatikan faktor-faktor lain yang bisa mempengaruhi variabel dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice Hall.
- Budiman, A. (2006). *Kebebasan, Negara, Pembangunan, Kumpulan Tulisan 1965-2005*.
- Candrawati, D. (2019). Persepsi Terhadap Pola Asuh Demokratis Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 8(2), 99. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v8i2.3048>
- Febry, & Teofilus. (2020). SPSS: Aplikasi Pada Penelitian Manajemen Bisnis. In *Suparyanto dan Rosad (2015 (Vol. 5, Issue 3)*.
- Ghozali, I. (2010). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 19*.
- Hajar, S. (2017). Pengaruh Kefungsian Terhadap Pengherotan Kognitif Pelajar dan Ketahanan Diri Sebagai Perantara. Tesis. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Hutz, A., Martin, W.E. Beitel, M. (2007). Ethnocultural Person Environment Fit and College Adjustment: Some Implications for College Counselors. *Journal of College Counseling*, 10, 130-13.
- Ismaniar, & Uyun, M. (2023). Extraversion , Agreeableness and Gratitude. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 12(1), 132-137.
- Ismawati, L., & Andriyani, I. N. (2022). Correlation Self-Efficacy and Adversity Quotient of Students at SMK Muhammadiyah 2 Wedi Klaten. *Edunesia : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 3(1), 78-88. <https://doi.org/10.51276/edu.v3i1.212>
- Kinman, G. (2014). *Exploring Stress Resilience in Trainee Social Workers: The Role of Emotional and Social Competencies Work-related wellbeing in UK academic employees View project Presenteeism View project*. July 2010, 261-275. <https://www.researchgate.net/publication/249285521>
- Kurniawati, J., & Baroroh, S. (2016). Literasi Media Digital Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu. *Jurnal Komunikator*, 8(2), 51-66. https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrbjwLmv_NiiYcJ9B1XNyoA;_ylu=Y29sbwNncTEEcG9zAzEEdnRpZANEMTEyNV8xBHNIYwNzcg-/RV=2/RE=1660170343/RO=10/RU=https%3A%2F%2Fjournal.umy.ac.id%2Findex.php%2Fjkm%2Farticle%2Fview%2F2069/RK=2/RS=81QU2oK5sx07ghZTIsrFj4EtGCl-

- Leman. (2007). *The Best of Chinese Life Philodophies*. Gramedia Pustaka Utama.
- Lingga, & Tuapattinaja. (2012). *Gambaran Virtue Mahasiswa Perantau*. 1(2004), 1–94.
- Masron Mensih, Fauziah Ibrahim, & Nazirah Hassan. (2021). Hubungan Antara Motivasi Pencapaian, Kecerdasan Emosi Dan Ketahanan Diri Dalam Kalangan Mahasiswa Kerja Sosial. *E-Bangi Journal of Social Science and Humanities*, 18(1 (2021)), 37–48.
- Miranda, C. A., & Uyun, M. (2023). Impact Academic Pressure and Academic Ability Against Academic Cheating Dampak Tekanan Akademik dan Kemampuan Akademik Terhadap Kecurangan Akademik. *Psikoborneo*, 11(1), 117–123.
- Muhson, A. (2015). *Pedoman Praktikum Aplikasi Komputer Lanjut*. 53(9), 1689–1699.
- Naim, M. (1984). *Merantau Pola Migrasi Suku Minangkabau*. Gajah Mada University Press.
- Nugraha, A. P., & Nuryana, I. (2017). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Efikasi Diri Pelajaran Matematika. *Universitas Islam Indonesia*.
- Nuralisa, A., Machmuroch, & Astriana, S. (2016). Hubungan antara adversity quotient dan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri mahasiswa perantauan tahun pertama fakultas teknik universitas sebelas maret surakarta. *Wacana*, 8(2), 1–12.
- Pantu, E. A. (2021). Moderasi Usia dalam Pengaruh Semester Terhadap Efikasi Diri Akademik pada Pembelajaran Online. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 78. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.4583>
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 30 Tahun 1990 Tentang Pendidikan Tinggi. (2019).
- Rikumahu, M. C. E., & Rahayu, M. N. M. (2022). Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Optimisme Selama Masa Pembelajaran Daring? *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 575. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8467>
- Risma, D. (2016). Analisis Self Resilience Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Prodi Pg Paud Fkip Universitas Riau. *Educhild*, 5(1), 1–7.
- Russell, J., & Russell, L. (2006). *The 2006 Pfeiffer Annual Training: measuring employee resilience*. Russell Consulting, Inc.
- Saidah, S., & Aulia, L. A.-A. (2014). Hubungan self-efficacy dan adversity quotient (AQ). *Jurnal Psikologi*, 2(2), 54–61. <https://jurnal.yudharta.ac.id/v2/index.php/ILMU-PSIKOLOGI/article/view/1069>
- Santos, M. C. J. (2013). Assessing The Effectiveness of The Adapted Adversity quotient Program in a Special Education School. *International Refereed Research Journal*, 11(4).
- Sholihah, A. A., Meiyuntaringsih, T., & Ramadhani, H. S. (2023). *Minat berwirausaha pada mahasiswa : Bagaimana peranannya self-efficacy dan adversity quotient ? Pendahuluan*. 2(4), 1004–1013.
- Stoltz, P. G. (2000). *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Tantangan*. PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sujono, S. (2014). Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) Dengan Problem Focused Coping Dalam Proses Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa FMipa Unmul. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 67–71. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i2.3639>
- Uyun, M. (2018). Orientasi Tujuan Dan Efikasi Akademik Terhadap Kecurangan Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Raden Fatah Palembang. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 4(1), 45–51. <https://doi.org/10.19109/psikis.v4i1.1938>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178.
- Wan Samhanin, S. (2019). *Pengaruh Gaya Perapatan, Gaya Keibubapaan, Strategi daya tindak dan ketahanan diri ke atas kepuasan hidup remaja di daerah Petaling Selangor*. University Kebangsaan Malaysia.
- Wardani, A. F., & Syah, M. E. (2022). Gambaran Self Efficacy Mahasiswa Angkatan Pertama dalam Proses Penyusunan Skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 671. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i4.8628>
- Wibowo, M. W. (2015). HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI , ADVERSITY QUOTIENT DAN EFIKASI DIRI PADA SISWA KELAS XII MADRASAH ALIYAH NEGERI 1 MAGELANG Moersito Wimbo Wibowo Masing-masing mencapai sekolah akan mengeluarkan kebijakan jam pelajaran tambahan untuk melatih. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 10(2), 186–200. <https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/1401>
- Wulandari, & Kumalasari, D. (2022). Resiliensi akademik pada mahasiswa: Bagaimana kaitannya dengan dukungan dosen? *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 19–30.