

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan fondasi utama dalam mempersiapkan individu agar memiliki kualitas yang unggul. Peran pendidikan sangat vital dalam membina serta mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki manusia. Fokus pendidikan tidak hanya terbatas pada pencapaian akademik, melainkan juga mencakup pembentukan kepribadian, penguatan nilai-nilai sosial, serta penanaman nilai-nilai religius guna menciptakan pribadi yang utuh. Pendidikan memainkan peran krusial dalam membentuk karakter, sikap, dan kemampuan individu agar siap menghadapi tantangan kehidupan serta mampu memberikan kontribusi positif bagi masyarakat (Indriawati dkk, 2022).

Sekolah merupakan lembaga formal yang memiliki peran sentral dalam menunjang jalannya proses pendidikan secara menyeluruh. Pendidikan sendiri mencakup segala usaha yang dilakukan untuk mengembangkan potensi individu, tidak hanya dari sisi intelektual, tetapi juga dalam aspek emosional, sosial, dan moral. Dalam hal ini, sekolah berfungsi sebagai sarana utama yang secara terstruktur dirancang untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut. Sebagai institusi pendidikan formal, sekolah memiliki tanggung jawab dalam menyampaikan pengetahuan, mengasah keterampilan, serta menanamkan nilai-nilai yang penting bagi kehidupan peserta didik. Di samping itu, sekolah juga menjadi media untuk mengenalkan dan membiasakan siswa terhadap norma-norma sosial, nilai-nilai moral, serta budaya yang berlaku di tengah masyarakat. Proses ini merupakan

bagian penting dari pembentukan kepribadian siswa agar mereka mampu berperan aktif dan positif dalam kehidupan bermasyarakat (Jabar dan Susilo, 2021).

Siswa merupakan subjek utama dalam proses pendidikan di sekolah. Peran mereka tidak terbatas sebagai penerima materi pembelajaran, tetapi juga sebagai individu yang aktif dalam proses pengembangan karakter, sikap, serta keterampilan melalui berbagai aktivitas yang diselenggarakan di lingkungan sekolah (Anggraeni, 2020). Sekolah menyediakan ruang bagi siswa untuk belajar, berinteraksi, serta mengasah kemampuan berpikir kritis dan keterampilan sosial. Dalam proses pembelajaran, siswa juga dibimbing untuk menginternalisasi serta mempraktikkan nilai-nilai yang diperoleh, baik dari lingkungan sekolah maupun keluarga. Seperti yang dijelaskan oleh Jabar dan Susilo (2021), sekolah berperan penting sebagai tempat bagi siswa untuk mengembangkan potensi diri dan mengaplikasikan pengetahuan serta nilai-nilai yang telah mereka pelajari dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam menghadapi berbagai tantangan dan dinamika proses pendidikan, siswa tidak hanya dituntut untuk memiliki kecerdasan intelektual, tetapi juga kemampuan untuk bertahan dan bangkit dari kesulitan. Kemampuan ini menjadi semakin penting mengingat lingkungan belajar yang terus berkembang dan tantangan yang semakin kompleks, baik dalam aspek akademik maupun non-akademik. Oleh karena itu, diperlukan suatu indikator psikologis yang mampu menggambarkan sejauh mana siswa dapat mengatasi hambatan dan tekanan yang mereka alami selama proses belajar. Salah satu konsep yang relevan untuk menjelaskan hal tersebut adalah *Adversity Quotient* (AQ), yaitu kemampuan

individu dalam menghadapi, mengatasi, dan mengubah kesulitan menjadi peluang untuk berkembang.

Menurut Stoltz (dalam Serianti dkk, 2020), *Adversity Quotient* adalah suatu kepiawaian yang dimiliki oleh individu agar mampu bertahan segala bentuk kejadian yang dapat menimbulkan kesulitan dalam kehidupan individu tersebut. *Adversity Quotient* digunakan sebagai instrumen untuk menilai seberapa besar individu bisa memecahkan suatu persoalan yang penuh dengan tantangan. Seseorang yang mempunyai kemampuan bertahan ketika individu tersebut menghadapi sebuah persoalan maka individu tersebut akan terus berusaha dengan gigih, penuh semangat dan selalu termotivasi untuk melewati persalan yang dihadapi.

Menurut Hikmatussyarifah (dalam Astuti, 2023) berpendapat bahwa *Adversity Quotient* merupakan bentuk kecerdasan yang melatarbelakangi kesuksesan seseorang dalam menghadapi sebuah tantangan disaat terjadi kesulitan atau kegagalan. *Adversity Quotient* diperlukan oleh setiap individu sebagai bekal dalam menjalani kehidupan yang penuh dinamika dan ketidakpastian. Dalam konteks pendidikan, pekerjaan, maupun kehidupan sosial, individu dengan AQ tinggi cenderung memiliki ketangguhan mental, keuletan, serta kemampuan untuk mengambil pelajaran dari kegagalan, sehingga lebih berpeluang untuk mencapai kesuksesan. Individu dengan *Adversity Quotient* yang tinggi cenderung lebih sukses dalam berbagai aspek, baik pribadi, sosial, belajar, maupun karir. Jika *Adversity Quotient* rendah akan mengakibatkan perilaku negatif dan penurunan kesehatan fisik.

Menurut Wangsadinata (dalam Ratnasari dan Islamiyyah, 2023), *Adversity Quotient* adalah suatu kemampuan atau kecerdasan ketangguhan berupa seberapa baik individu bertahan atas cobaan yang dialami dan seberapa baik kemampuan individu dapat mengatasinya. Di bidang pendidikan, mahasiswa atau pelajar dengan AQ tinggi umumnya memiliki motivasi yang lebih kuat untuk bangkit dari kegagalan akademik. Sementara dalam kehidupan pribadi, AQ berperan dalam membentuk ketahanan mental dan emosional yang membantu seseorang tetap tegar dan positif di tengah keterpurukan.

Menurut Stoltz (2000), salah satu aspek penting yang membentuk *Adversity Quotient* (AQ) seseorang adalah optimisme. Dalam kerangka teori AQ yang dikemukakan oleh Stoltz, optimisme paling tepat dikaitkan dengan faktor keyakinan. Optimisme, sebagai keyakinan positif terhadap masa depan dan kemampuan diri untuk mengatasi rintangan, menjadi sumber utama dari semangat dan dorongan internal tersebut. Individu yang optimis cenderung tidak mudah menyerah, memiliki ketahanan mental yang tinggi, serta mampu melihat kesulitan sebagai peluang untuk tumbuh. Dengan demikian, optimisme memperkuat dimensi kemauan dalam AQ dan menjadi elemen penting dalam membantu individu bertahan dan bangkit dari tekanan atau kegagalan. Keterkaitan ini menunjukkan bahwa pengembangan sikap optimis dapat secara langsung meningkatkan *Adversity Quotient* seseorang melalui penguatan motivasi dan resiliensi internal.

Menurut Seligman (dalam Setiadi dan Selviana, 2024), optimisme yaitu seperangkat cara yang dapat diupayakan dalam rangka membantu seseorang untuk

merealisasikan cita-cita yang selama ini diinginkan. Optimisme bukan sekadar berpikir positif secara pasif, tetapi lebih pada keyakinan aktif bahwa seseorang mampu menghadapi dan mengatasi tantangan yang muncul di sepanjang perjalanan menuju tujuan hidupnya. Individu yang optimis cenderung memandang kegagalan sebagai hal yang bersifat sementara dan spesifik, bukan sebagai gambaran diri yang menyeluruh dan permanen. Dengan pola pikir seperti ini, mereka lebih gigih, tidak mudah menyerah, dan mampu menemukan makna serta pelajaran dari setiap hambatan yang dihadapi.

Rahayu dan Ad (2023) berpendapat bahwa optimisme artinya tinjauan secara totalitas, memiliki sudut pandang yang baik, memiliki prinsip yang positif, mengenal diri sendiri dengan baik, serta dapat membantu seseorang untuk merealisasikan cita-cita yang selama ini diinginkan. Optimisme bukan sekadar sikap optimis biasa, melainkan juga mencakup prinsip-prinsip yang positif yang menjadi landasan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Selain itu, optimisme juga berkaitan erat dengan kemampuan seseorang untuk mengenal dirinya sendiri secara mendalam, sehingga individu mampu memahami kekuatan, kelemahan, serta potensi yang dimilikinya. Dengan pemahaman dan sikap tersebut, optimisme menjadi faktor penting yang dapat membantu seseorang untuk merealisasikan cita-cita dan tujuan hidup yang selama ini diinginkan.

Weinsetin dkk (dalam Ifania dan Sugiasih, 2021) menjelaskan bahwa optimisme dalam kehidupan sosial pada jangka waktu yang panjang akan memiliki manfaat bagi kesejahteraan, kesehatan fisik dan mental, karena hal tersebut dapat mengupas masalah kehidupannya, serta mengurangi masalah

psikologis, dapat menikmati kepuasan hidup serta merasakan bahagia. Individu yang memiliki optimisme yang tinggi akan mempunyai daya fikir untuk bertahan dalam kesulitan maupun tantangan. Menurut Darmawangsa (dalam Ifania dan Sugiasih, 2021), jika individu yang optimis sering kali mengalami kejadian buruk, maka kemungkinan besar individu yang optimis akan berusaha menuju kesuksesan yang ingin dicapai dengan cara mengakui kesalahan dan mengambil tanggung jawab untuk mengubah situasi yang sulit atau dihadapi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa SMKN 1 Painan pada tanggal 21 Mei 2025, terlihat bahwa 6 dari 10 siswa SMKN 1 Painan belum mampu mengendalikan emosi dan pikiran siswa ketika dihadapkan pada tekanan belajar, seperti tugas yang menumpuk atau nilai yang rendah. Siswa mudah merasa panik dan stres, sehingga kesulitan untuk berpikir jernih dalam mencari solusi. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kontrol siswa masih rendah, karena siswa belum mampu mengatur respons internal siswa secara efektif dalam menghadapi tantangan yang muncul. Kurangnya kemampuan mengelola stres dan emosi ini dapat berdampak negatif pada pengambilan keputusan dan keberhasilan akademik siswa.

Dari hasil wawancara juga ditemukan bahwa banyak siswanya belajar bukan karena dorongan dari diri sendiri, melainkan semata-mata karena disuruh oleh orang tua atau mengikuti tuntutan sekolah. Siswa juga cenderung menyalahkan faktor luar seperti guru dan teman saat mereka mendapatkan nilai yang rendah. Selain itu, juga menemukan bahwa terdapat siswa yang ketika mengalami kegagalan sekali dalam tugas cenderung merasa seolah-olah seluruh

aspek kehidupannya turut terdampak. Kondisi tersebut membuat mereka menjadi murung, menarik diri dari pergaulan, dan kehilangan motivasi untuk belajar. Siswa juga cenderung mudah merasa lelah dan kehilangan semangat ketika dihadapkan pada tekanan berkepanjangan atau kesulitan yang terjadi secara berulang. Siswa kerap memandang masalah yang dihadapi seolah-olah tidak akan berakhir dalam waktu dekat, bahkan menganggapnya sebagai hambatan permanen dalam hidup.

Kondisi ini dipertegas dengan tanggapan dari Wakil Kepala Sekolah Bidang Kesiswaan SMK N 1 Painan yang mengatakan bahwa banyak siswa mengalami kesulitan dalam mengendalikan reaksi dan sikap saat menghadapi masalah, seperti tekanan akademik dan konflik sosial. Siswa cenderung cepat putus asa dan merasa kurang berdaya, serta belum mampu mengambil tanggung jawab atas masalah yang dialami, sering menyalahkan faktor eksternal. Selain itu, siswa juga membesar-besarkan masalah sehingga merasa kewalahan dan mudah menyerah. Daya tahan mental siswa juga masih perlu diperkuat karena banyak yang mudah lelah secara mental saat menghadapi tekanan bertubi-tubi. Kondisi ini menunjukkan rendahnya *Adversity Quotient* siswa yang menghambat kemampuan siswa dalam menghadapi dan bangkit dari kesulitan.

Kemudian peneliti melanjutkan wawancara kembali pada tanggal 23 Mei 2025 dengan siswa SMKN 1 Painan, hasil wawancara ditemukan bahwa awalnya siswa merasa sangat percaya diri menghadapi pelajaran dan tugas. Namun, jika mendapat nilai kurang baik atau mengalami kesulitan, siswa langsung merasa tidak senang dan menurunkan semangat belajar siswa. Ada juga siswa yang

mengaku bahwa siswa lebih optimis pada pelajaran yang siswa sukai, seperti teknik komputer dan jaringan. Tetapi, ketika harus mengikuti kegiatan di luar bidang tersebut, seperti olahraga atau seni, siswa merasa kurang percaya diri dan kurang semangat.

Dalam mencermati penyebab keterlambatan pengerjaan tugas, siswa tidak sepenuhnya menyalahkan dirinya sendiri. Ia mengakui bahwa ada kekurangan dalam manajemen waktu dan tanggung jawab pribadi, namun juga mengidentifikasi adanya kendala dari faktor eksternal seperti pembagian tugas kelompok yang tidak merata. Dengan mempertimbangkan baik faktor internal maupun eksternal secara proporsional, siswa ini menunjukkan bahwa ia tidak terjebak dalam sikap menyalahkan diri secara berlebihan, tetapi juga tidak lepas dari rasa tanggung jawab.

Kemudian, untuk permasalahan di kelas tentang keterlambatan dalam pengerjaan tugas, beberapa siswa tidak sepenuhnya disebabkan oleh kelalaiannya sendiri. Ia mengakui bahwa dirinya masih mengalami kesulitan dalam mengatur waktu dan kurang konsisten dalam menjalankan tanggung jawab pribadi. Namun, ia juga menyoroti adanya kendala dari luar dirinya, khususnya dalam konteks kerja kelompok, di mana pembagian tugas dirasa tidak merata dan kurang adil. Hal ini mengindikasikan bahwa adanya permasalahan optimisme dilihat dari aspek *personalization*.

Fenomena ini juga dipertegas dengan pendapat dari Waka Kesiswaan yang juga mengungkapkan bahwa sikap optimisme siswa tergolong rendah. Hal ini dapat dilihat dari siswa yang hanya cenderung menunjukkan sikap percaya diri

dan optimis dalam pelajaran yang siswa sukai, tetapi saat menghadapi kegiatan ekstrakurikuler atau masalah sosial di sekolah, optimisme siswa menurun. Ini menjadi permasalahan karena siswa belum sepenuhnya mengembangkan optimisme secara menyeluruh dalam berbagai aspek kehidupan sekolah, sehingga perlu adanya program pengembangan karakter yang lebih holistik. Selain itu, beberapa siswa cenderung menyalahkan diri sendiri secara berlebihan ketika menghadapi kegagalan. Siswa mengambil kesalahan sebagai sesuatu yang permanen dan personal, sehingga menurunkan rasa percaya diri dan motivasi belajar.

Penelitian tentang hubungan optimisme dengan *adversity quotient* telah sering dilakukan, salah satunya pernah dilakukan oleh Ifania dan Sugiasih (2021) dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada Mahasiswa Universitas Islam Nahdhatul Ulama Jepara yang Bekerja. Hasil penelitiannya menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Adversity Quotient* dan optimisme. Artinya, semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi *Adversity Quotient*. Kemudian, penelitian dari Rahayu dan Ad (2023) dengan judul Optimisme Dengan *Adversity Quotient* Pada Siswa Kelas XIII SMA Kartika Padang juga menemukan bahwa ada hubungan antara optimisme dengan *Adversity Quotient* pada siswa kelas XIII SMA Kartika Padang. Dilihat dari korelasi yang kuat dan berarah positif atau searah antara kedua variabel tersebut disimpulkan bahwa semakin tinggi optimisme, maka *Adversity Quotient* pada siswa semakin tinggi juga, sebaliknya jika semakin rendah optimisme, maka *Adversity Quotient* pada siswa juga akan rendah.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya yaitu penelitian ini dilakukan pada siswa yang bersekolah di SMKN 1 Painan. Selain itu, penelitian ini memiliki keterbaharuan periode penelitian, dimana penelitian ini dilakukan pada tahun 2025.

Berdasarkan fenonema dan latar belakang yang di uraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Optimisme Dengan *Adversity Quotient* pada Siswa Kelas XII di SMKN 1 Painan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : apakah terdapat hubungan optimisme dengan *adversity quotient* pada siswa di SMKN 1 Painan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat apakah hubungan antara optimisme dengan *Adversity Quotient* pada Siswa di SMKN 1 Painan

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan yang telah dijelaskan, maka penelitian ini diharapkan memberikan beberapa manfaat yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Bagi Siswa

Memberikan kesadaran pada siswa akan pentingnya *Adversity Quotient* dalam kehidupan bermasyarakat, sebab manusia hakikatnya adalah makhluk sosial

b. Bagi guru

Guru berperan aktif di Sekolah sehingga harus maksimal mengurangi resiko rendahnya *Adversity Quotient* pada peserta didik sehingga dapat mempersiapkan siswa pada era globalisasi dengan membangun nilai dan karakter di lingkungan sekolah..

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi awal dan pijakan teoritis bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji lebih dalam mengenai hubungan antara optimisme dan *Adversity Quotient* pada siswa. Hasil temuan ini dapat memperkaya khasanah keilmuan dalam bidang psikologi perkembangan, khususnya terkait dengan strategi peningkatan daya juang dan ketahanan mental siswa di lingkungan pendidikan kejuruan.