

Pengaruh Optimisme dan Kesadaran Diri Terhadap *Adversity Quotient* Mahasiswa Skripsi Sambil Bekerja

Sabila Okta Syarafina¹, Duta Nurdibyanandaru², Wiwin Hendriani³

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga
e-mail: ¹sabilaoktaa@gmail.com

ABSTRACT *This study aims to determine the effect of optimism and self-awareness to adversity quotient in students at State University of Malang that took a final task (thesis) while working. The study was conducted at the State University of Malang, with a total of 88 students. Subjects were chosen using purposive sampling technique. The data collected use the optimism scale, self-awareness scale and adversity quotient scale. The optimism scale consists of 16 valid items with reliability 0.813 self awareness scale consisting of 21 valid items with reliability 0.907 and adversity quotient scale consisting of 38 valid items with reliability of 0.905. The data analysis technique uses multiple regression models using IBMSPSS statistic 20. The results of the regression have a significance $p < 0,01$ which explains there was effect of optimism and self-awareness simultaneously on adversity quotient in students at State University of Malang who take thesis while working at 54,3% while the rest can be influenced by other variables. The result of regression test separately was also known that optimism has a significant influence on adversity quotient, and self-awareness variable has a significant influence on adversity quotient too.*

KEYWORDS *Adversity quotient, self awareness, optimism*

CITATION Syarafina, S. O., Nurdibyanandaru, D., & Hendriani, W. (2019). Pengaruh optimisme dan kesadaran diri terhadap adversity quotient mahasiswa skripsi sambil bekerja. *Cognicia*, 7, (3), 295-307.

Suryo Bambang Sulisto selaku Ketua Kamar Dagang dan Industri Indonesia tahun 2014 menjelaskan permasalahan tentang ketenagakerjaan adalah hal utama yang sedang dihadapi oleh Negara Indonesia dewasa ini dan pada masa yang akan datang (Ummah, 2014). Terdapat beberapa permasalahan mendasar tenaga kerja di Indonesia, antara lain kesempatan kerja yang terbatas, kualitas angkatan kerja serta masih tingginya tingkat pengangguran. Badan Pusat Statistik melaporkan pada tahun 2018 kondisi ketenagakerjaan di Indonesia lulusan universitas meningkat sebesar 1,13% dari tahun 2017. Meningkatnya jumlah pengangguran terdidik lulusan universitas menunjukkan bahwa dengan tingkat pendidikan yang tinggi tidak menjamin seseorang akan mendapatkan pekerjaan.

Rachmawati (2012) menjelaskan faktor yang mempengaruhi seseorang menjadi pengangguran terdidik antara lain, permintaan pekerjaan melebihi pekerjaan yang tersedia, kebijakan permintaan akan pekerja kerap kali tidak terbuka, universitas belum berfungsi optimal untuk menjadi instansi yang menghasilkan lulusan yang siap bekerja, perubahan nomenklatur industri dan revolusi aktifitas ekonomi. Menteri

Tenaga Kerja tahun 2014 Muhaimin Iskandar memaparkan bahwa lapangan pekerjaan pada Negara Indonesia masih potensial namun level kompetisinya tinggi. Oleh sebab itu lulusan dari Strata 1 wajib memiliki kecakapan yang diikuti dengan level kerja yang kompeten, dengan demikian mampu memperoleh pekerjaan yang selaras dengan minat, bakat dan keinginan (Daniel, 2013).

Penyebab lulusan terdidik yang tidak bekerja sebenarnya selain dari faktor eksternal juga dari faktor internal seperti kompetensi dan motivasi diri seseorang untuk mencari kerja. Dalam menghadapi permasalahan pengangguran terdidik, maka diperlukan sarjana yang kompeten. Kompetensi dalam bidang akademik dapat diperoleh saat mahasiswa menjalani perkuliahan serta dibuktikan dengan menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Hal ini didukung oleh penelitian di Provinsi Sulawesi Selatan yang dilakukan oleh Nur, dkk., (2016) yang menunjukkan bahwa mutu atau kualitas sumber daya manusia berpengaruh signifikan terhadap tingkat pengangguran.

Kualitas sumber daya manusia dapat dilihat dari kompetensi seseorang pada bidang tertentu. Seseorang yang memiliki berbagai kompetensi akan meningkatkan kualitas dirinya, hal tersebut yang mengurangi peluang menjadi pengangguran terdidik. Pada dasarnya mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang perguruan tinggi (Departemen Pendidikan Nasional, 2012), yang diharapkan setelah lulus sebagai sarjana mendapat kerja yang sesuai dengan kemampuannya untuk mengaplikasikan ilmunya. Namun data di lapangan menunjukkan beberapa mahasiswa bekerja sebelum mereka mendapat gelar sarjana. Fenomena peran ganda pada mahasiswa, yakni kuliah sambil bekerja sudah banyak ditemukan (Robert & Saar, 2012). Fenomena ini banyak dijumpai diberbagai negara, baik di negara maju ataupun negara berkembang. Di Indonesia mahasiswa sambil bekerja dapat ditemukan di berbagai fakultas dan jurusan yang tersebar pada universitas negeri maupun universitas swasta. Sedangkan di negara maju seperti Amerika Serikat, tidak sedikit pula mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Data yang dirilis (King, 2003) mengindikasikan bahwa 80% dari mahasiswa Amerika bekerja pada tahun 1999-2000. Umumnya para mahasiswa memilih bekerja dengan sistem kontrak dalam jangka pendek (*short-term contracts*) dan kerja paruh waktu (*part-time jobs*) (Meer D.V, Peter & Wielers, 2015).

Mahasiswa yang bekerja hampir tersebar diberbagai angkatan, tidak terkecuali pada mahasiswa yang sedang menempuh skripsi. Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja akan memunculkan respon yang berbeda dalam menyelesaikan skripsi. Penelitian yang dilakukan Ulfah (2010) di universitas swasta yang berlokasi di Surakarta, menunjukkan bahwa orang yang belajar di perguruan tinggi memerlukan durasi yang lama untuk mengakhiri masa belajarnya sehingga mengakibatkan kelulusan tak sesuai dengan durasi normal/tertunda, dengan latar belakang ketidak mampuan mengelola durasi bekerja dan menulis tugas akhir (skripsi). Namun berbanding terbalik dengan penelitian yang dilaksanakan Dudija (2012) justru menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki pekerjaan sembari mengerjakan tugas akhir memiliki motivasi yang lebih tinggi dibanding mahasiswa yang hanya mengerjakan tugas akhir. Perbedaan respon terhadap penyelesaian skripsi ini merupakan salah satu bentuk respon terhadap situasi yang dipandang sebagai tantangan dan hambatan. Respon terhadap tantangan dan hambatan erat kaitannya

dengan kemampuan seseorang dalam menghadapi serta menyelesaikan masalah atau biasa disebut dengan *adversity quotient* (Stoltz, 2004).

Survei yang dilakukan oleh peneliti di Universitas Negeri Malang, setidaknya terdapat 117 mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu. Terdapat hambatan selama penyusunan skripsi yaitu kurang terbiasa mengalokasikan waktu yang ada untuk mengerjakan skripsi, kesulitan mencari literatur serta masalah dengan dosen pembimbing. Mutadin (dalam Zakaria, 2017) menjelaskan terdapat hambatan lain yang seringkali dialami mahasiswa saat mengerjakan skripsi adalah rasa malas. Hambatan yang ada juga akan memunculkan perbedaan respon pada setiap mahasiswa. Perbedaan respon terhadap hambatan ini merupakan salah satu bentuk respon terhadap situasi yang dipandang sebagai situasi yang penuh tantangan dan tekanan. Untuk menghadapi tantangan dan tekanan dibutuhkan adanya kekuatan untuk menyelesaikannya (Laura & Sanjoyo, 2009).

Mahasiswa yang tidak mampu menghadapi dan menyelesaikan permasalahan skripsi sambil bekerja, maka mereka perlu mengoptimalkan kemampuannya dalam menghadapi dan menyelesaikan suatu masalah. Kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah dalam psikologi dikenal dengan istilah *adverity quotient*. (Stoltz Stoltz (2004) menjelaskan *adversity quotient* merupakan petunjuk tentang seberapa jauh performa seseorang ketika menemui hambatan dan mencari solusi akan sebuah masalah. Terdapat 4 dimensi *adversity quotient* tercakup dalam akronim CO₂RE (*Control, Origin dan Ownership, Reach, & Endurance*).

Dimensi pertama control atau adalah petunjuk seberapa jauh seseorang bisa dengan positif mempengaruhi situasi dan seberapa jauh seseorang mampu mengambil tindakan yang akan menghasilkan sebuah kendali terhadap suatu situasi. dimensi yang kedua yaitu *origin* (asal-usul) dan *ownership* (pengakuan) merupakan seberapa besar seseorang melihat dirinya sendiri sebagai penyebab pada suatu situasi (Stoltz, 2004). Dimensi selanjutnya *reach* atau jangkauan adalah petunjuk untuk menganalisa seberapa jauh orang mengacuhkan sebuah hambatan masuk kepada bagian-bagian hidup lainnya (Stoltz, 2004). Dimensi yang terakhir Dimensi *endurance* atau daya tahan mempertanyakan dua hal yang berkaitan dengan berapa lama kesulitan akan berlangsung dan berapa lama penyebab kesulitan akan berlangsung (Stoltz, 2004).

Ada beberapa hal yang diasumsikan bisa memberikan pengaruh *adversity quotient* yaitu optimisme. Optimisme sendiri merupakan pengharapan seseorang untuk hasil yang baik pada berbagai hal bahkan pada hal yang sulit (Segerstrom, Carver, & Scheier, 2017). Seligman (2008) menjelaskan terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada perasaan dirinya bernilai atau tidak. Seligman (2008) juga mengungkapkan terdapat 3 aspek yang mempengaruhi optimisme seseorang antara lain: *permanance* yaitu berkaitan dengan waktu, dimana individu melihat peristiwa yang bersifat sementara (*temporary*) atau menetap (*permanence*). kedua yaitu *pervasiveness* berkaitan dengan ruang, dimana individu dapat menjelaskan suatu akibat kejadian secara spesifik atau secara umum. Aspek ketiga *personalization* yaitu berkaitan dengan sumber kejadian yang meliputi internal atau eksternal. Dari ketiga aspek optimisme yang ada maka dapat dilihat seseorang tersebut termasuk dalam individu yang optimis atau pesimis.

Selanjutnya, Carver (1975) menjelaskan bahwa ketika menghadapi sebuah tantangan, individu yang optimis akan percaya dan tekun dalam berjuang meskipun kemajuan atas usahanya melalui fase sulit dan berjalan lambat. Sementara individu yang pesimis akan mengalami keraguan. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan, dkk., (2015) yang menjelaskan bahwa diperlukannya optimisme dalam menyelesaikan skripsi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Utami, dkk., (2014) yang meneliti korelasi antara tingkat kepercayaan diri dan *adversity quotient* yang dimiliki seseorang yang sedang menempuh studi psikologi fakultas kedokteran UNS yang tengah menyelesaikan skripsi, dan hasil yang didapatkan yaitu adanya hubungan yang signifikan diantara keduanya.

Faktor lain yang diasumsikan dapat mempengaruhi *adversity quotient* adalah kesadaran diri. Kesadaran diri adalah perhatian terus-menerus terhadap keadaan batin diri (Goleman, 2007). Kesadaran diri termasuk dalam dimensi yang dijelaskan oleh Goleman (2005) dalam kecerdasan emosi yaitu kesadaran diri (*self awareness*); pengendalian diri (*self regulation*); motivasi (*motivation*); empati (*empathy*); serta keterampilan sosial (*social skills*). Goleman (2007) menyatakan bahwa menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan, pengendalian diri, semangat, ketekunan serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mampu untuk mengendalikan dorongan hati dan emosi, mengatur suasana hati, tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan mampu menjalin hubungan sosial dengan baik, kemampuan untuk menyelesaikan konflik, serta kemampuan untuk memimpin dan berbagai akibat yang ditimbulkannya serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan yang menekan.

Berdasarkan cakupan kecerdasan emosi di atas dapat diasumsikan bahwa kecerdasan emosi dapat mempengaruhi mahasiswa dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Setyoningtias (2017) yang menjelaskan adanya pengaruh yang besar antara *emotional quotient* terhadap *adversity quotient*, serta penelitian dari Cando dan Villacastin (2014) yang juga menjelaskan adanya hubungan antara *adversity quotient* dengan *emotional quotient* pada anggota CIT University. Dari kelima dimensi yang ada, kesadaran diri merupakan dimensi yang paling dasar dalam pembentukan kecerdasan emosi (Goleman, 2007). Menurut Goleman (2007) kesadaran diri sendiri memiliki 3 dimensi antara lain kesadaran emosional diri (*Emotional self awareness*) yaitu mencerminkan pentingnya mengenali perasaan sendiri, hal ini adalah kunci untuk menyadari kekuatan dan kelemahan sendiri (Goleman, 2007). Selanjutnya, Penilaian diri yang akurat (*Accurate self assessment*), yaitu bagaimana seseorang dapat mengenali kekuatan dan kelemahan diri. Dimensi terakhir yaitu kepercayaan diri (*Self confidence*) adalah keyakinan seseorang bahwa dia mampu melakukan tugas (Goleman, 2007).

Berdasarkan hal tersebut peneliti ingin mengetahui apakah optimisme dan kesadaran diri memiliki pengaruh pada *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa skripsi sambil bekerja. subjek penelitian mengenai *adversity quotient* yang dikaitkan dengan optimisme dan kesadaran diri pada umumnya banyak mengambil subjek pada mahasiswa, namun dalam penelitian ini akan dilakukan dalam konteks yang lebih

spesifik yaitu lebih memfokuskan pada subjek yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada mahasiswa mengenai perlunya dimiliki *adversity quotient* dalam menghadapi permasalahan pengerjaan skripsi sambil bekerja.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik analisis korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja, dengan sampel berjumlah 88 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* digunakan jika memiliki pertimbangan – pertimbangan tertentu dalam pengambilan sampelnya (Arikunto, 2010) Sampel dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria yakni mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja.

Pengumpulan data optimisme, kesadaran diri, dan *adversity quotient* menggunakan skala pengukuran yang disusun sendiri oleh peneliti. Adapun skala pengukuran yang digunakan yang yaitu skala *likert* dengan 4 jenis alternatif jawaban, yaitu selalu, sering, jarang, tidak pernah. Skala optimisme disusun berdasarkan 3 aspek yaitu *permanence*, *pervasiveness* dan personalisasi yang berjumlah 26 item, hal ini sesuai dengan pengertian optimisme yang merupakan kepercayaan diri seseorang pada peristiwa, baik terjadi bersifat pribadi, permanen dan *pervasive*. Skala kesadaran diri disusun berdasarkan 3 aspek yaitu *emotional self awareness*, *accurate self assesment* dan *self confidence* yang berjumlah 21 item. Sedangkan skala *adversity quotinet* disusun berdasarkan 4 dimensi yaitu *control*, *origin and ownership*, *reach* dan *endurance* yang terdiri dari 51 item. Berdasarkan uji reliabilitas pada skala optimisme diketahui koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,813, pada skala kesadaran diri sebesar 0,907 dan skala *adversity quotient* sebesar 0,905, sehingga dapat dikatakan bahwa ketiga skala tersebut layak digunakan.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis menggunakan uji regresi linier berganda, data terlebih dahulu dilakukan analisis deskriptif untuk dapat mendeskripsikan karakter subjek yang akan diteliti. Selanjutnya dilakukan uji asumsi meliputi uji normalitas, uji linieritas, uji penyimpangan asumsi klasik (autokorelasi, multikolinieritas dan Heterokedastisitas). Setelah data lolos uji asumsi maka dilakukan uji hipotesis menggunakan uji regresi linier berganda.

HASIL

Hasil analisis deskriptif dari ketiga variabel yaitu optimisme, kesadaran diri dan *adversity quotient* menunjukkan nilai minimum, maksimum, *mean* dan standar deviasi sebagaimana disajikan pada tabel 1, untuk subjek pada variabel optimisme memiliki nilai terendah sebesar 29, nilai tertinggi sebesar 53 dan nilai rata – rata subjek sebesar 40,28. Selanjutnya, pada variabel kesadaran diri memiliki nilai terendah sebesar 39, nilai tertinggi 78 dan rata-rata nilai subjek sebesar 57,32. Sedangkan pada variabel *adversity quotient* nilai terendah sebesar 83, nilai tertinggi sebesar 136 dan rata-rata nilai subjek sebesar 106,39.

Hasil kategorisasi, pada variabel optimisme terdapat 45 mahasiswa memiliki optimisme yang tinggi dan 43 mahasiswa memiliki optimisme rendah. Pada variabel kesadaran terdapat 43 mahasiswa memiliki kesadaran diri tinggi dan 45 mahasiswa memiliki kesadaran diri yang rendah, sedangkan variabel *adversity quotient* terdapat 46 mahasiswa memiliki *adversity quotient* yang tinggi dan 42 mahasiswa memiliki *adversity quotient* yang rendah.

Tabel 1. Data deskriptif

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean
Optimisme	88	29	53	40,28
Kesadaran diri	88	39	78	57,32
<i>Adversity quotient</i>	88	83	136	106,39

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*, hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah variabel penelitian telah terdistribusi secara normal atau tidak. Data dikatakan terdistribusi normal jika taraf signifikansi atau $p > 0.05$ (Priyatno, 2011) Hasil dari uji normalitas, terlihat bahwa variabel dependen (Y) yaitu *adversity quotient* memiliki nilai signifikansi 0,705 atau lebih dari 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa data *adversity quotient* berdistribusi normal. Sedangkan variabel independen (X1 dan X2) yaitu optimisme memiliki nilai signifikansi 0,468 dan kesadaran diri sebesar 0,224 nilai keduanya lebih dari 0,05, hal ini menunjukkan data pada variabel optimisme dan kesadaran diri berdistribusi normal. Sehingga data dari ketiga variabel yang ada telah lolos uji asumsi normalitas.

Berdasarkan hasil pengukuran linieritas diperoleh nilai signifikansi 0,437 atau nilai signifikansi $>$ dari 0,05 yang menjelaskan bahwa antara variabel X1 (optimisme) ke variabel Y (*adversity quotient*) terdapat hubungan yang linier. Serta diperoleh nilai signifikansi 0,378 atau nilai signifikansi $>$ dari 0,05 yang artinya terdapat hubungan linier secara signifikan antara variabel X2 (kesadaran diri) ke variabel Y (*adversity quotient*). Sehingga, dari hasil uji linieritas antara optimisme dengan *adversity quotient* maupun kesadaran diri dengan *adversity quotient*, menyatakan bahwa data yang ada telah lolos uji asumsi yang linieritas.

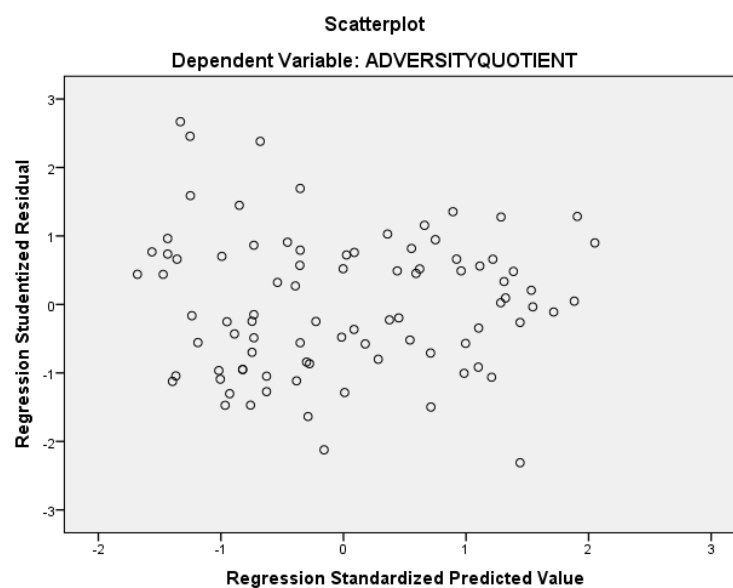
Dari uji autokorelasi didapatkan nilai *Durbin-Watson* sebesar 1,923. Selanjutnya, nilai tersebut akan dibandingkan dengan nilai tabel dengan signifikansi 0,05, serta jumlah sampel 88, dan jumlah variabel independen 2 ($K=2$). Diperoleh nilai DL yaitu 1,6071 dan DU 1,6999. Nilai DL lebih kecil dari batas atas DW ($1,6071 < 1,923$) dan DW lebih besar dari DU ($1,923 > 1,6999$). Nilai $4-DW$ ($4-1,923 = 2,077$) lebih besar dari DL ($1,6071 < 2,077$). Perbandingan nilai diatas menunjukkan bahwa tidak terdapat autokorelasi. Sehingga, dari hasil uji autokorelasi menyatakan bahwa data yang ada telah lolos uji asumsi yang autokorelasi.

Hasil dari uji multikolinieritas dengan menggunakan IBM SPSS 20 didapatkan hasil pada variabel optimisme dan kesadaran diri yaitu pada nilai *tolerance* sebesar 0,397 dan VIF sebesar 2,520. Nilai *tolerance* hitung lebih besar dari nilai *tolerance* banding ($0,397 > 0,10$), sedangkan nilai VIF hitung lebih kecil daripada nilai VIF

banding ($2,520 < 10,00$), sehingga dapat disimpulkan tidak terjadi multikolinieritas pada variabel optimisme dan kesadaran diri.

Hasil Uji Heterokedastisitas

Untuk mengetahui ketidaksamaan residual dari satu pengamatan ke pengamatan lain atau tidak dalam model regresi dibutuhkannya uji Heterokedastisitas. Hasil uji yang menunjukkan homoskedastisitas akan menjelaskan bahwa dari satu pengamatan ke pengamatan yang lain varians residual sama atau tetap, sedangkan heteroskedastisitas jika dari satu pengamatan ke pengamatan yang lain varians residual berbeda. Uji heterokedastisitas dapat dilihat melalui plot antara residual dengan hasil regresi bergandanya. Hasil uji heteroskedastisitas dapat dilihat pada Grafik 4.1



Gambar 1. Hasil Uji Heterokedastisitas

Gambar 1 menunjukkan penyebaran titik-titik menyebar secara acak, dan tidak membentuk pola tertentu, melainkan membentuk pita antara nilai -2 sampai dengan 2. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas residual pada hasil model regresi. Sehingga, dari hasil uji heterokedastisitas menyatakan bahwa data yang ada telah lolos uji asumsi heterokedastisitas.

Prosedur yang ditempuh untuk memutuskan apakah hipotesis diterima atau ditolak yaitu melakukan uji hipotesis. Penelitian ini menggunakan teknik regresi berganda untuk pengujian hipotesis. Memprediksi besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat merupakan tujuan dari uji regresi berganda. Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh optimisme dan kesadaran diri terhadap adversity quotient pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang menempuh skripsi sambil bekerja. Hasil hipotesis sebagaimana disajikan pada tabel 2 dan tabel 3 serta pembahasan hipotesis lebih lanjut akan dijelaskan melalui uji F dan uji t berikut ini.

Hasil Uji F (Uji Hipotesis Mayor)

Keberartian koefisien regresi dimana variabel optimisme (X1) dan variabel kesadaran diri (X2) secara bersama mempengaruhi variabel adversity quotient (Y) merupakan tujuan dilakukannya uji F. Berdasarkan hasil uji F diketahui nilai signifikansi $0,001 < 0,05$ yaitu hipotesis penelitian ini H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh yang signifikan secara simultan (bersama-sama) antara optimisme dan kesadaran diri terhadap Adversity Quotient.

Tabel 2. Hasil hipotesis Uji F

	Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	8122,526	2	4061,263	50,452	,000 ^b
	Residual	6842,337	85	80,498		
	Total	14964,864	87			

Selanjutnya, berdasarkan uji determinasi diperoleh nilai *R square* atau r^2 sebesar 0,543 atau 54,3%. Nilai tersebut menunjukkan bahwa persentase sumbangan pengaruh variabel bebas (optimisme dan kesadaran diri) terhadap variabel terikat (*adversity quotient*) sebesar 54,3%. Dengan kata lain, variasi variabel optimisme dan kesadaran diri mampu menjelaskan 54,3% variasi variabel adversity quotient, sedangkan sisanya 45,7% dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini.

Hasil dari uji t atau uji hipotesis minor yaitu :

1. Nilai t hitung untuk variabel optimisme (X1) adalah sebesar 3,540 dengan taraf signifikansi 0,001. Taraf signifikansi ($0,001 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan antara variabel optimisme terhadap variabel adversity quotient.
2. Nilai t hitung untuk variabel kesadaran diri (X2) adalah sebesar 3,173 dengan taraf signifikansi 0,002. Taraf signifikansi ($0,002 < 0,05$), maka hipotesis H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan antara variabel kesadaran diri terhadap variabel adversity quotient.

Berdasarkan hasil analisis di atas maka variabel optimisme (X1) dan variabel kesadaran diri (X2) sama-sama memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap adversity quotient (Y)

Tabel 3. Hasil hipotesis Uji t

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	42,134	6,519		6,464	,000
1 Optimisme	,882	,249	,412	3,540	,001
Kesadaran diri	,501	,158	,369	3,173	,002

DISKUSI

Hasil analisis dari data yang telah didapatkan di lapangan pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja menunjukkan beberapa hal terkait dengan tingkat optimisme, kesadaran diri dan *adversity quotient*, serta hasil pengaruh optimisme dan kesadaran diri terhadap *adversity quotient*. Hasil analisis deskriptif ketiga variabel tersebut diketahui bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat optimisme, kesadaran diri serta tingkat *adversity quotient* yang tinggi.

Dari uji hipotesis data penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa optimisme secara parsial mempunyai pengaruh terhadap *adversity quotient* mahasiswa. Artinya semakin tinggi optimisme pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja maka akan semakin tinggi pula *adversity quotient*, dan berlaku sebaliknya. Maka dari itu hipotesis yang menyatakan ada pengaruh optimisme dengan *adversity quotient* pada Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja diterima.

Hasil penelitian yang telah didapat menjelaskan, ada beberapa alasan yang dapat menjelaskan terdapat pengaruh positif yang signifikan pada optimisme dan *adversity quotient* pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja. Dalam menghadapi kesulitan, Seligman (2008) menjelaskan seseorang yang memiliki optimisme rendah ia akan menyerah dan jatuh dalam depresi, pernyataan tersebut sama halnya dengan yang dijelaskan oleh Stoltz, (2004) seseorang yang memiliki *adversity quotient* yang rendah ia akan cenderung menghindari kewajiban, mundur dan berhenti. Stoltz (2004) menjelaskan seseorang dilahirkan dengan satu dorongan untuk terus mendaki. Mendaki disini memiliki arti yang lebih luas yaitu menggerakkan tujuan hidup kedepan. Pada seseorang yang memiliki *adversity quotient* tinggi mereka memiliki keyakinan pada sesuatu yang lebih besar pada mereka, mereka yakin bahwa segala hal bisa dan akan terlaksana. Hal tersebut menunjukkan bahwa *adversity quotient* yang dimiliki seseorang secara tidak langsung dipengaruhi oleh keyakinan yang ada pada dirinya. Keyakinan tersebut merupakan kepercayaan diri pada peristiwa baik akan terjadi atau dapat disebut optimisme.

Pada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi sambil bekerja, mereka memiliki respon yang berbeda terhadap skripsi. Jika pada mahasiswa tidak memiliki ekspektasi yang baik pada skripsinya mereka akan cenderung mundur untuk tidak melanjutkan skripsinya, berbeda dengan mahasiswa yang memiliki ekspektasi baik pada skripsinya, ia akan cenderung bangkit dan memulai lagi menyelesaikan skripsi serta akan memikirkan kemungkinan-kemungkinan atas hambatan yang menghalangi pengerjaan skripsinya. Selanjutnya, dilihat dari dimensi yang ada pada optimisme erat hubungannya dengan *adversity quotient* yang harus dimiliki mahasiswa yang menyelesaikan skripsi sambil bekerja. Dimensi *Permanence* (permanen) pada optimisme merupakan bagaimana individu melihat peristiwa bersifat sementara atau menetap. Ketika mahasiswa memiliki optimisme yang tinggi maka ia akan melihat suatu hambatan dalam pengerjaan skripsinya bersifat sementara, hal tersebut akan mempengaruhi kemampuan mahasiswa untuk menghadapi hambatan dalam pengerjaan skripsi. Sama halnya dengan penjelasan Stoltz (2004) bahwa seseorang yang beranggapan hal buruk bersifat menetap atau permanen akan memunculkan

perasaan tak berdaya atau hilang harapan, mereka cenderung kurang bertindak terhadap kesulitan yang dianggap permanen. Maka dapat disimpulkan bahwa daya tahan seseorang untuk menyelesaikan masalah dipengaruhi oleh bagaimana seseorang melihat masalah bersifat permanen atau sementara.

Dimensi kedua pada optimisme adalah *pervasiveness* (meluas). *Pervasiveness* berkaitan dengan ruang. Ketika mahasiswa memiliki optimisme yang tinggi maka ia akan dapat memberikan penjelasan terhadap masalah yang terjadi secara spesifik bukan memberikan penjelasan bersifat universal. Penjelasan tersebut akan mempengaruhi sejauh mana kesulitan yang dihadapi mahasiswa akan menjangkau pada bagian lain kehidupannya. Mahasiswa yang dapat menjelaskan secara spesifik hambatan yang dialami selama pengerjaan skripsi, maka ia akan paham akar permasalahannya pada 1 bagian saja. Sementara mahasiswa yang menjelaskan hambatan pengerjaan skripsi secara universal maka ia akan cenderung berimbas pada bagian kehidupan lainnya, karena ia tidak menyadari awal permasalahan secara spesifik.

Selanjutnya Seligman (2008) menjelaskan personalisasi yang merupakan sikap yang berkaitan dengan sumber dari penyebab kejadian tersebut, meliputi internal dan eksternal. Mahasiswa optimis ia akan melihat hambatan muncul dari luar dirinya seperti karena dosen, referance, waktu. Namun menyalahkan faktor eksternal secara berlebihan juga tidak disarankan, karena memiliki rasa bersalah juga memiliki fungsi penting yaitu sebagai penyesuaian tingkah laku untuk kedepannya, merenungkan apa yang telah dilakukan serta sebagai pembelajaran. Pembelajaran yang dilakukan merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi penempatan rasa bersalah secara tepat dan peran individu terhadap suatu keadaan.

Hasil dari penjabaran di atas menjelaskan bahwa penelitian ini memperkuat penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Utami, dkk., (2014) menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS yang mengerjakan skripsi. Sedangkan dalam penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh optimisme terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja.

Selanjutnya, analisis regresi yang didapatkan dalam penelitian ini menunjukkan pula bahwa kesadaran diri mempunyai dampak yang berarti terhadap *adversity quotient*. Artinya semakin tinggi tingkat kesadaran diri mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja maka semakin tinggi pula tingkat *adversity quotient*, dan berlaku sebaliknya. Maka dari itu hipotesis yang menyatakan ada pengaruh kesadaran diri dengan *adversity quotient* pada Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja diterima.

Terdapat beberapa alasan yang dapat menjelaskan bahwa pengaruh positif yang signifikan antara kesadaran diri dan *adversity quotient* yang terdapat pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja melalui dimensi yang ada pada kesadaran diri. Dimensi yang pertama adalah kesadaran emosi, dimulai dengan penyesuaian diri terhadap perasaan yang ada, kemudian mengenali bagaimana emosi dapat membentuk persepsi, pikiran dan perbuatan. Bagi para mahasiswa mereka harus mengetahui bahwa emosi mereka dapat mempengaruhi

interaksi dengan orang lain. Mahasiswa yang unggul dalam hal ini mereka akan mampu merasakan apakah kehidupan kuliah, kerja, kesehatan dan kepentingan keluarga saling seimbang. Dengan dijalannya beberapa aspek kehidupan secara seimbang maka mahasiswa akan dapat memilah dengan baik antara hal yang berhubungan dengan perkuliahan maupun pekerjaan.

Dimensi penilaian diri secara akurat, Goleman (2005) menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki kecakapan penilaian diri yang baik maka ia akan menyadari tentang kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya. Ketika mahasiswa memiliki kesadaran diri yang tinggi maka ia akan mengetahui kelemahan dirinya dalam penyelesaian skripsi serta kelebihan yang dapat ia gunakan dalam proses penyelesaian skripsi. Ketika mahasiswa mengetahui kelemahan dan kelebihannya, maka ia dapat melihat bahwa kendala yang dihadapi merupakan akibat dari kelemahan dirinya atau dari faktor luar dirinya., sehingga mahasiswa dapat menempatkan rasa bersalah secara wajar dalam suatu keadaan.

Dimensi yang terakhir yaitu kepercayaan diri, ketika mahasiswa memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi maka ia akan berani menyatakan bahwa kuliah yang dijalani bersamaan dengan bekerja adalah hal yang positif, serta mahasiswa bisa secara tegas membuat keputusan yang terbaik untuk hambatan yang ia hadapi dalam kuliah maupun dalam pekerjaannya. Ketika mahasiswa dapat membuat keputusan, maka ia bertindak sesuai dengan keputusan yang diambil, dengan begitu maka mereka akan menghasilkan kendali dalam keadaan yang dihadapi. Hasil penjabaran di atas menjelaskan bahwa kesadaran diri memiliki pengaruh yang positif terhadap *adversity quotient*, sehingga mahasiswa yang mampu mamahami, menerima dan mengelola seluruh potensi untuk pengembangan hidup di masa depan akan mempengaruhi cara mereka dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan.

Hasil analisis data pada penelitian yang dilakukan berdasarkan hasil uji F menunjukkan, secara simultan berpengaruh secara substansial antara optimisme dan kesadaran diri kepada *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang dalam pengerjaan skripsi sambil bekerja. Diterimanya uji hipotesis di atas dapat menjelaskan ketika mahasiswa memiliki pengharapan terhadap dirinya untuk selalu dapat menyelesaikan skripsi serta kemampuan mahasiswa memahami dan menerima potensi yang ada dalam dirinya dapat untuk dapat menyelesaikan skripsi akan mempengaruhi bagaimana mahasiswa tersebut menghadapi dan menyelesaikan permasalahan skripsinya.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara optimisme dan kesadaran diri terhadap *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja. Berdasarkan hasil uji determinasi menunjukkan presentase besarnya pengaruh variabel optimisme dan kesadaran emosi terhadap *adversity quotient* adalah sebesar 0,543. Hal ini menunjukkan 54,3 persen pengaruh optimisme dan kesadaran diri terhadap *adversity quotient* mahasiswa yang mengerjakan skripsi sambil bekerja sedangkan 45,7 persen variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini juga memiliki pengaruh.

SIMPULAN

Hasil penelitian serta pembahasan yang telah dilaksanakan oleh peneliti, dapat memberi kesimpulan bahwa ada pengaruh secara signifikan antara optimisme dan kesadaran diri terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang tengah mengerjakan skripsi sambil bekerja. Kedua variabel secara parsial juga dapat mempengaruhi optimisme dan kesadaran diri terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh antara optimisme dan kesadaran diri terhadap *adversity quotient*, serta data menunjukkan bahwa tingkat optimisme, kesadaran diri serta *adversity quotient* mahasiswa tergolong tinggi. Dimilikinya nilai yang tinggi dari ketiga variabel tersebut, diharapkan mampu membantu dalam penyelesaian skripsi, sehingga perlu adanya keinginan mahasiswa untuk mengaplikasikannya.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa tingkat optimisme, kesadaran diri serta *adversity quotient* mahasiswa tergolong tinggi. Namun, tingginya tingkat *adversity quotient* pada mahasiswa dirasa belum dapat menyelesaikan permasalahan skripsi sambil bekerja, hal ini dilihat dari temuan penelitian lebih dari 50% mahasiswa yang memiliki *adversity quotient* tinggi belum dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu. Sehingga, pada peneliti selanjutnya diharapkan untuk mempertimbangkan adanya variabel lain yang dapat mempengaruhi penyelesaian skripsi pada mahasiswa sambil bekerja.

REFERENSI

- Arikunto. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Carver, S. (1975). Physical Aggression as a Function of Objective Self-Awareness and Attitudes Toward Punishment. *Journal of Experimental Social Psychology*, 11, 510–519.
- Daniel. (2013). 360.000 Sarjana di Indonesia Masih Menganggur. *DetikFinance*. Retrieved from <https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/d-2259348/360000-sarjana-di-indonesia-masih-menganggur>
- Departemen Pendidikan Nasional. (2012). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa Edisi Keempat (keempat)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- Dudija, N. (2012). Perbedaan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Antara Mahasiswa Yang Bekerja Dengan Mahasiswa Yang Tidak Bekerja. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 8(2), 195–206. <https://doi.org/10.26555/HUMANITAS.V8I2.464>
- Goleman, D. (2005). *Working with emotional intelligence : Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- Goleman, D. (2007). *Kecerdasan emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Terjemahan. Gramedia Pustaka Umum.
- Utami, I.B., Hardjono, & Karyanta, N.A. (2014). Hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 2(5), 154–167.
- King, J. E. (2003). Nontraditional Attendance and Persistence: The Cost of Students' Choices. *New Directions for Higher Education*, 2003(121), 69–83. <https://doi.org/10.1002/he.102>
- Kurniawan, S., Priyatama, A. N., & Karyanta, N. A. (2015). Hubungan konsep diri dengan optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa prodi psikologi fakultas kedokteran UNS. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 3, 275–285.

- Laura & Sanjoyo. (2009). Pengaruh Adversity Quotient terhadap kinerja karyawan: sebuah studi kasus pada Holiday Inn Bandung. Universitas Kristen Maranatha.
- Meer D.V, Peter & Wielers, R. (2015). The Increased Labour Market Participation of Dutch Student. *Work, Employment and Society*, 15(1), 055–071.
- Nur, M., Zain, M. Y., & Fattah, S. (2016). Pengangguran Terdidik di Provinsi Sulawesi Selatan. *Jurnal Analisis*, 5(1), 29–33.
- Priyatno, D. (2011). *Buku Saku SPSS Analisa Statistik Data Lebih Cepat, Efisien, dan Akurat*. Yogyakarta: Mediakom.
- Rachmawati E, Y. (2012). Hubungan Antara Self Efficacy dengan Kematangan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Awal dan Tingkat Akhir di Universitas Surabaya. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1), 1–10.
- Robert, P., & Saar, E. (2012). Learning and working: The impact of the “double status position” on the labour market entry process of graduates in CEE countries. *European Sociological Review*, 28(6), 742–754. <https://doi.org/10.1093/esr/jcr091>
- Segerstrom, S. C., Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2017). Optimism. *The Happy Mind: Cognitive Contributions to Well-Being*, 30, 195–212. https://doi.org/10.1007/978-3-319-58763-9_11
- Seligman, M. E. . (2008). *Menginstal optimisme*. Bandung: Momentum.
- Stoltz. (2004). *Adversity Quotient: Mengubah hambatan menjadi peluang*. Jakarta.
- Ulfah H, S. (2010). efikasi diri mahasiswa yang bekerja pada saat penyusunan skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ummah, R, S. (2014). Ketenagakerjaan Paling Krusial di Indonesia. *Investordaily*. Retrieved from <https://investor.id/archive/ketenagakerjaan-masalah-paling-krusial-indonesia>
- Zakaria, D. (2017). Tingkat stres mahasiswa ketika menempuh skripsi skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.