



Daya tangguh siswa SMA di Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan

Faradillah Firdaus¹, Asmulyani Asri²
^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

Abstract. Adversity Quotient (AQ) is size or standard used to determine the level of someone's ability in cope with and survive against life's problems and challenges. The ability to face all the difficulties is a process to build a personal development and potency, as well as to achieve goals. Adversity Quotient is intelligence possessed someone in overcoming difficulties and able to survive. Adversity Quotient is intelligence that arises because of pressure, difficulty and suffering. Stoltz argued that there are three forms that can be translated from the Adversity Quotient as a measurement of adversity intelligence, which is a conceptual framework in conducting the formulation to understand and improve success. It is a measure for knowing individuals response patterns against difficulties and challenges, and the series of skills that can be used in order to achieve a better response in dealing with problems.

Keywords: adversity quotient, response patterns, students

I. PENDAHULUAN

Setiap manusia akal dan pikiran. Manusia disebut sebagai makhluk sempurna karena memiliki dua hal ini. Setiap akal dan pikiran akan menimbulkan suatu hal yang ajaib dan mengagumkan yang pernah ada, hal itu adalah sebuah kecerdasan. *adversity quotient* atau kecerdasan dalam menghadapi tantangan. Cerdas (IQ) saja belum tentu bisa sukses. Matang secara emosional pun (EQ) demikian. Ada satu lagi faktor utama: AQ (*Adversity Quotient*). AQ adalah kecerdasan yang dimiliki seseorang dalam mengatasi kesulitan dan sanggup untuk bertahan hidup. Setiap orang yang hidup didunia ini pasti selalu punya masalah, baik berupa masalah yang ringan maupun yang berat. Berbagai bentuk masalah seperti kegagalan dalam mencapai tujuan, mendapat hukuman karena berbuat salah, mengalami kecelakaan, mengidap penyakit yang sulit disembuhkan, menerima perlakuan yang tidak adil dari pihak lain, kehilangan pekerjaan dan sumber nafkah hidup, bubarnya perkawinan, kematian sahabat, dan berbagai musibah lainnya yang mungkin sedang dialami telah membuat banyak orang merasa tidak berdaya. Ketidakterdayaan manusia ini dapat termotivasi dengan mewujudkan kompetensi, seseorang perlu melakukan langkah-langkah yang memungkinkan yang bersangkutan mengambil jalan yang paling taktis. Jalan taktis tersebut berguna untuk melakukan terobosan

penting agar kesuksesan menjadi nyata. Menurut Stoltz (2000), suksesnya pekerjaan dan hidup terutama ditentukan oleh *Adversity Quotient* (AQ).

AQ berakar pada bagaimana kita merasakan dan menghubungkan dengan tantangan-tantangan. Orang yang memiliki AQ lebih tinggi tidak menyalahkan pihak lain atas kemunduran yang terjadi dan mereka bertanggung jawab untuk menyelesaikan masalah. (Welles, 2000). Stoltz membagi tiga kelompok manusia yang diibaratkan sedang dalam perjalanan mendaki gunung yaitu pertama, *high AQ* dinamakan *Climbers*, kelompok yang suka mencari tantangan. Yang kedua, *low AQ* dinamakan *Quitters*, kelompok yang melarikan diri dari tantangan, dan yang ketiga AQ sedang/moderat (*campers*).

AQ mempunyai tiga bentuk (Stoltz, 2000) yaitu (1) AQ sebagai suatu kerangka kerja konseptual yang baru untuk memahami dan meningkatkan semua jenis kesuksesan, (2) merupakan suatu ukuran untuk mengetahui respon terhadap kesulitan, dan (3) merupakan serangkaian peralatan dasar yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon terhadap kesulitan.

Agar kesuksesan menjadi nyata maka Stoltz (2003) berpendapat bahwa gabungan dari ketiga unsur diatas yaitu pengetahuan baru, tolak ukur, dan peralatan yang praktis merupakan sebuah kesatuan yang lengkap untuk memahami dan memperbaiki komponen dasar meraih sukses. Dibanyak perusahaan dalam berbagai bidang industri termasuk Abbot Labs, Kaibab National Forest, Boehringer Ingelheim, W. L. Gore & Associates (Pembuat Goe-Tex), Delloite & Touche LLP, Minessota Power, ADC Telecommunications, dan U.S West, Stoltz sebagai tokoh AQ bersama rekan-rekannya yang lain, telah membuktikan bahwa mereka yang memiliki AQ lebih tinggi menikmati serangkaian manfaat termasuk kinerja, produktifitas, kreativitas, kesehatan, ketekunan, daya tahan, dan vitalitas yang lebih besar daripada rekan-rekan mereka yang AQ-nya rendah.

Pengetahuan tentang AQ perlu ditanamkan kepada siswa SMU yang akan masuk ke jenjang perkuliahan. Tujuannya agar para siswa mampu menghadapi tantangan dan menyelesaikan masalahnya sendiri dalam melakukan interaksi sosial di lingkungan masyarakat.



**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
LEMBAGA PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
ISBN: 978-602-555-459-9**

II. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah seminar tentang daya tangguh pada siswa-siswi SMU. Modul pelatihan ini disusun berdasarkan hasil analisis situasi yang menggambarkan kebutuhan siswa SMU.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Kegiatan

Salah satu yang mempengaruhi daya tangguh adalah akademik efikasi diri atau keyakinan terhadap kemampuan dirinya menghadapi kesulitan belajarnya maka daya juangnya akan semakin besar. Namun fenomena yang terjadi belakangan ini, menyatakan bahwa banyak siswa memiliki daya juang yang rendah, hal ini ditunjukkan saat mereka mengalami kesulitan akademik, banyak diantara mereka yang cepat merasa putus asa dan tidak ingin berjuang lagi. Semua orang pasti ingin merasa bahagia. Akan tetapi, banyak yang tidak menyadari bahwa kemampuan meraih kebahagiaan sangat tergantung pada masing-masing individu. Hal ini terkait dengan kekuatan kepribadian dan kemampuan masing-masing dalam merespon dan bertahan menghadapi hidup. Dalam istilah psikologi, Dr. Paul Stolz menciptakan istilah "*Adversity Quotient*" (AQ). Menurut definisi beliau, *Adversity Quotient* adalah "*the capacity of the person to deal with the adversities of his life. As such, it is the science of human resilience,*" atau bila diterjemahkan "kemampuan seseorang menghadapi tantangan kesengsaraan dalam hidupnya. Singkatnya, ini adalah ilmu tentang "daya kenyal" sendiri mungkin terdengar aneh. Karena itulah terjemahan yang saya dapat dari kamus Inggris-Indonesia "*standard*" yang disusun oleh John M. Echols dan Hassan Shadily. Istilah itu sendiri maksudnya adalah kelenturan. Jadi, AQ merupakan intelegensi khusus yang berkaitan dengan kelenturan seseorang menghadapi problema kehidupan. Makin lentur ia, makin mampu ia menghadapi kesulitan hidup. Sayangnya, seringkali seseorang begitu rendah AQ-nya, meski mungkin dianugerahi IQ tinggi. Karena itu, seringkali kita melihat ada orang yang pintar namun miskin. Ini karena ia tidak mampu menyalakan hidup. Sementara banyak orang tidak pintar namun kaya. Akan tetapi, jangan salah, pendidikan formal tetap perlu, karena ada yang lebih penting daripada ilmu yang dipelajari dalam pendidikan formal, yaitu wawasan, logika dan jaringan. Itulah yang dikembangkan oleh orang-orang hebat yang sukses di bidangnya.

Adversity Quotient (AQ) adalah ukuran atau standar yang dipakai untuk menentukan tingkat kemampuan seseorang dalam menghadapi dan bertahan terhadap kesulitan hidup dan tantangan yang dialami. Kemampuan menghadapi semua kesulitan tersebut sebagai suatu proses

untuk mengembangkan diri, potensi, dan mencapai tujuan. Menurut Stolz, AQ adalah kecerdasan untuk mengatasi kesulitan. "AQ merupakan faktor yang dapat menentukan bagaimana, jadi atau tidaknya, serta sejauh mana sikap, kemampuan dan kinerja anda terwujud di dunia," tulis Stolz. Pendek kata, orang yang memiliki AQ tinggi akan lebih mampu mewujudkan cita-citanya dibandingkan orang yang AQ-nya lebih rendah. *Adversity Quotient* adalah kecerdasan yang dimiliki seseorang dalam mengatasi kesulitan dan sanggup untuk bertahan hidup. *Adversity Quotient* (AQ) adalah ukuran atau standar yang dipakai untuk menentukan tingkat kemampuan seseorang dalam menghadapi dan bertahan terhadap kesulitan hidup dan tantangan yang dialami. Kemampuan menghadapi semua kesulitan tersebut sebagai suatu proses untuk mengembangkan diri, potensi, dan mencapai tujuan. *Adversity Quotient* adalah kecerdasan yang muncul karena tekanan, kesulitan dan penderitaan. Stolz berpendapat bahwa ada tiga bentuk yang dapat dijabarkan dari *Adversity Quotient* sebagai suatu pengukuran dari *Adversity Intelligence*, yaitu suatu kerangka kerja konseptual dalam melakukan perumusan untuk memahami perumusan untuk memahami dan meningkatkan kesuksesan, suatu ukuran untuk mengetahui pola-pola respon individu terhadap kesulitan dan tantangan, dan serangkaian kecakapan-kecakapan yang dapat diperbaiki untuk menuju pada respon yang lebih baik dalam menghadapi kesulitan.

Menurut Paul G. Stolz, dengan kecerdasan ini kita dapat mengubah hambatan menjadi peluang, karena kecerdasan ini merupakan penentu seberapa jauh kita mampu bertahan dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan hidup. Faktor penentu kesuksesan tidak hanya kecerdasan intelektual dan emosional saja. "jauh lebih penting mengetahui, bagaimana menghadapi hal-hal yang negatif (kesulitan) daripada menghadapi hal-hal yang positif (menyenangkan). Ada rumus menghadapi kesulitan dilihat dari sisi kita. Peristiwa tidaklah penting, tetapi respon kita atas peristiwa tersebut adalah segala-segalanya dan menentukan masa depan. Orang yang merespon kesulitan atau masalah sebagai suatu yang berlangsung lama dan berlarut-larut, dan diluar kendali, mereka akan menderita. Orang yang merespon kesulitan sebagai suatu yang pasti cepat, terbatas dari eksternal dan berbeda dalam kendali, mereka akan bangkit dan berkembang.

Respon seseorang terhadap kesulitan mempengaruhi semua segi efektifitas kerja dan kesuksesan. *Saya tidak membagi dunia ini menjadi yang lemah dan yang kuat, atau yang sukses dan yang gagal. Saya membagi dunia menjadi pembelajar dan non pembelajar* (Benyamin Barber Sosiolog). Belajar duduk, merangkak, berdiri, berjalan, berlari, mendengar, bicara, membaca, menulis, naik sepeda. Semua dilakukan berulang-ulang, tidak mempersolakan cerdas dan berbakat atau tidak, melalui



**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
LEMBAGA PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
ISBN: 978-602-555-459-9**

proses yang tak kenal menyerah dengan satu target. AQ, seseorang diukur kemampuannya dalam mengatasi setiap persoalan. Faktor dominan pembentuk AQ adalah sikap pantang menyerah. AQ akan menjadi faktor penentu sukses, jika orang lain gagal, sementara kesempatan dan peluang yang miliki sama. Banyak yang mengidentifikasi kebahagiaan dengan kesuksesan. Sementara kesuksesan dianggap setali tiga uang dengan kekayaan. Padahal, itu tidak betul. Kebahagiaan juga tidak berarti kita harus selalu tersenyum atau tertawa. Karena itu berarti kebahagiaan identik dengan kesenangan dan rasa senang. Padahal, kebahagiaan jauh lebih luas daripada itu. Kebahagiaan bisa didapat dari banyak hal. Salah satu aspek yang sering diajarkan orang-orang tua di Jawa adalah sikap “nrimo ing pandum”. Dalam Islam, dikenal istilah “qona’ah”. Ini merupakan perwujudan sikap menerima apa yang kita dapat-dengan pengertian dianugerahkan oleh Tuhan sebagai berkah-setelah berikhtiar. Jadi, semua harus didahului ikhtiar atau usaha, bukan dengan berpangku tangan dan berkeluh-kesah. Adversity Quotient adalah kemampuan untuk “nrimo ing pandum” atau “qona’ah” tadi. Dalam segala yang kita hadapi dan terima, kita harus mampu mencari “*blessing in disguise*” nya. Dalam setiap kesulitan, pasti ada kemudahan. Ini berarti, pribadi dengan AQ tinggi akan mampu mencari jalan keluar atau solusi dari masalahnya dengan berupaya memecahkan sumber masalahnya langsung, bukan dengan berkeluh-kesah dan menyalahkan orang lain. Ia akan tangguh berjuang menghadapi hidup dan menaklukkannya. Dalam proses itulah kebahagiaan diraih.

B. Faktor Pendorong

Faktor pendorong dalam kegiatan seminar ini adalah fasilitas pendukung, penyediaan tempat dan peserta yang diberikan oleh pihak Dinas Pendidikan Kabupaten Pangkajene Kepulauan.

C. Faktor Penghambat

Faktor penghambat dalam kegiatan seminar ini adalah waktu yang kurang maksimal untuk mengeksplorasi bakat-bakat dari siswa-siswa di Kabupaten Pangkajene Kepulauan.

putus asa terhadap masalah-masalah pendidikan yang dihadapinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, Ary Ginanjar. 2001. *Rahasia sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan Rukun Iman dan Rukun Islam*. Jakarta: Arga Wijaya Persada.
- Leman. 2007. *Memahami Adversity Quotient*. Anima (Indonesia Psychological Journal).
- Nashori. 2007. *Pelatihan Adversity Intelligence untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Remaja Panti Asuhan*. Jurnal Psikologi 23-2007.
- Stoltz, P.G. 2000. *Adversity Quotient; Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: Grasindo.
- Wangasadinata, Wiratman, Suprayitno. 2008. *Rooseno: Jembatan dan Menjabatani*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.

IV. KESIMPULAN

Dalam pelaksanaan kegiatan seminar ini dapat disimpulkan beberapa hal, yaitu:

1. *Adversity Quotient* (AQ) adalah ukuran atau standar yang dipakai untuk menentukan tingkat kenanpuan seseorang dalam menghadapi dan bertahan terhadap kesulitan hidup dan tantangan yang dialami.
2. Peranan *Adversity Quotient* dalam pendidikan adalah membantu siswa untuk tidak mudah menyerah, lebih tahan kemalangan, dan tidak mudah