

Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Fresh Graduate Universitas Negeri Surabaya

Desy Rizkyta Hariyati

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA. desy.17010664146@mhs.unesa.ac.id

Damajanti Kusuma Dewi

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA. damajantikusuma@unesa.ac.id

Abstrak

Pandemi Covid-19 mengakibatkan banyak perusahaan harus gulung tikar, sehingga menyebabkan persaingan *fresh graduate* untuk mendapatkan pekerjaan di tengah situasi pandemi semakin sulit. Kondisi tersebut membutuhkan peran *adversity quotient* sebagai kemampuan individu dalam merespon rintangan dan situasi sulit agar *fresh graduate* dapat menghadapi berbagai kesulitan dalam mencari pekerjaan di tengah pandemi. *Adversity quotient* dapat ditingkatkan melalui adanya keyakinan dan ekspektasi positif yaitu yang disebut dengan optimisme. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan optimisme dengan *adversity quotient* pada *fresh graduate* Universitas Negeri Surabaya. Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dengan rancangan korelasional. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala *adversity quotient* dari Stoltz (2007) dan skala optimisme LOT-R dari Carver dan Scheier (2002) yang diberikan secara *online* melalui *google form*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 212 orang yang diambil melalui teknik *purposive sampling* dengan kriteria yaitu *fresh graduate* S1 lulusan Universitas Negeri Surabaya tahun 2019-2020, tidak terikat kerja pada suatu instansi atau perusahaan, dan sedang mencari pekerjaan. Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan uji korelasi sederhana *product moment pearson* dan diperoleh korelasi sebesar 0,530 yang artinya terdapat hubungan yang cukup kuat antara optimisme dengan *adversity quotient* pada *fresh graduate* Universitas Negeri Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme menjadi suatu hal yang penting untuk meningkatkan *adversity quotient* pada *fresh graduate* agar dapat gigih berjuang menghadapi kesulitan dalam memperoleh pekerjaan.

Kata Kunci: optimisme, *adversity quotient*, *fresh graduate*

Abstract

The Covid-19 pandemic has resulted in many companies having to go out of business, which makes the competition for fresh graduates to get jobs in the midst of a pandemic situation increasingly difficult. This condition requires the role of the adversity quotient as an individual's ability to respond to obstacles and difficult situations so that fresh graduates can face various difficulties in finding work in the midst of a pandemic. Adversity quotient can be increased through positive beliefs and expectations, which is called optimism. The purpose of this study is to determine the relationship between optimism and adversity quotient on fresh graduates of the State University of Surabaya. This research is a quantitative research with a correlational design. The measuring instrument in this study uses the adversity quotient scale from Stoltz (2007) and the LOT-R optimism scale from Carver and Scheier (2002) which is given online via google form. The sample in this study was 212 people who were taken through a purposive sampling technique with the criteria of fresh graduate S1 graduates from the State University of Surabaya in 2019-2020, not bound to work in an agency or company, and looking for job. The data in this study were analyzed using a simple Pearson product moment correlation test and obtained a correlation of 0.530 which means that there is a fairly strong relationship between optimism and adversity quotient on fresh graduates of the State University of Surabaya. The results of the study show that optimism is an important thing to increase the adversity quotient of fresh graduates so that they can persistently struggle to face difficulties in getting a job.

Keyword: *optimism, adversity quotient, fresh graduate*

PENDAHULUAN

Adanya pandemi Covid-19 membawa berbagai dampak dalam aspek kehidupan utamanya pada aspek kesehatan dan ekonomi masyarakat. Berdasarkan data Kementerian Ketenagakerjaan terdapat lebih dari 3,5 juta karyawan yang diberhentikan dari pekerjaannya

(Karunia, 2020). Data Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional juga menunjukkan adanya peningkatan pengangguran sejumlah 3,7 juta orang akibat Covid-19, sehingga akumulasi pengangguran di Indonesia menjadi 9,7 juta (Fauzia, 2020). Tingginya angka pengangguran akan berdampak bagi *fresh graduate* dalam mencari pekerjaan di tengah situasi

pandemi. *Fresh graduate* merupakan individu yang baru saja menyelesaikan studi sarjana dengan pengalaman yang tidak banyak dalam kaitannya pada dunia kerja (Nindyasari, Sidiq, & Santosa, 2020). *Fresh graduate* umumnya memasuki usia dewasa awal yang mempunyai fokus perkembangan untuk mandiri secara finansial dengan mendapatkan penghasilan melalui bekerja (Santrock, 2009). *Fresh graduate* sebagai individu dewasa awal juga mempunyai tuntutan sosial untuk bekerja dan mandiri secara finansial (Rachmady & Aprilia, 2018). Proses untuk masuk dalam dunia kerja merupakan suatu tantangan dan pengalaman baru yang harus dihadapi oleh *fresh graduate*. Setelah lulus dari studi maka *fresh graduate* diharapkan dapat memperoleh pekerjaan yang layak dan sesuai dengan yang diharapkan melalui keterampilan dan *soft skill* yang dimilikinya.

Persaingan *fresh graduate* untuk mendapatkan pekerjaan di tengah situasi pandemi semakin sulit. Pandemi Covid-19 membuat banyak perusahaan harus gulung tikar atau terpaksa mengurangi jumlah karyawan dengan PHK besar-besaran. Lapangan kerja yang tersedia di masa pandemi semakin sedikit, sehingga terjadi ketimpangan yang besar antara jumlah pencari kerja dengan tenaga kerja yang dibutuhkan. *Fresh graduate* dari Universitas Negeri Surabaya harus bersaing dengan banyaknya para pencari kerja untuk memperoleh pekerjaan dan dengan segala keterbatasan akibat pandemi membuat *fresh graduate* lebih sulit untuk mencari kerja dibanding dengan situasi sebelum pandemi Covid-19. Tantangan dan kesulitan yang dihadapi *fresh graduate* dalam melamar kerja diantaranya yaitu belum memiliki banyak pengalaman dalam bekerja serta memiliki saingan kerja bukan hanya orang-orang satu angkatan tetapi juga orang-orang yang sudah berpengalaman kerja yang terkena PHK dari tempat kerjanya (Sagita, Hami, & Hinduan, 2020).

Studi pendahuluan melalui wawancara pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan menunjukkan bahwa *fresh graduate* merasa kesulitan dalam mencari kerja di tengah situasi pandemi yaitu beberapa kali ditolak kerja atau tidak kunjung ada panggilan kerja yang menimbulkan rasa tertekan, stres, kepikiran, dan menyalahkan keadaan. Perubahan proses seleksi kerja menjadi *online* juga menimbulkan kesulitan tertentu, misalnya mengalami kendala sinyal saat wawancara kerja dan mengalami *error* saat mengerjakan psikotes secara *online* yang dapat menjadi penghambat dalam proses melamar kerja. Kesulitan lain yang dialami yaitu adanya tuntutan dari keluarga untuk segera bekerja dan mandiri secara finansial, bahkan seringkali mendapatkan tekanan dengan dibanding-bandingkan dan diolok-olok oleh orang lain karena tidak kunjung mendapatkan kerja. Beberapa *fresh graduate* yang mencari kerja di tengah situasi pandemi juga mengakui bahwa lowongan kerja yang ada tidak sebanyak ketika sebelum pandemi dan kesempatan untuk diterima kerja semakin berat karena harus berkompetisi dengan angkatan sebelumnya serta orang-orang berpengalaman yang terkena PHK.

Berbagai kesulitan dan tantangan yang dihadapi dalam mencari kerja pada situasi pandemi, maka *fresh*

graduate memerlukan adanya peran *adversity quotient*. *Adversity quotient* menjadi sebuah kapasitas kemampuan dan kecerdasan yang ada pada diri individu untuk menyelesaikan kesulitan-kesulitan yang ditemui agar dapat memiliki kekuatan dan daya juang untuk bertahan hidup (Khairunisa, Rahayuningsih, & Anggraini, 2018). Individu dengan *adversity quotient* yang tinggi akan berupaya untuk mengatasi rintangan dan kesulitan yang ditemui agar dapat bersaing untuk memperoleh pekerjaan yang sesuai (Aprilia & Khairiyah, 2018). *Adversity quotient* yang baik dalam konteks mencari kerja dapat membantu individu untuk merespon perubahan dengan baik, sehingga kesulitan dan hambatan yang ditemui *fresh graduate* dalam proses mencari pekerjaan di situasi pandemi dapat dijadikan sebagai tantangan untuk meningkatkan kemampuan dan adaptasi diri dalam persaingan dunia kerja (Hardianto & Sucihayati, 2019). *Adversity quotient* menjadikan *fresh graduate* memiliki ketekunan dan keuletan yang besar untuk mencari pekerjaan sesuai yang diharapkan. *Fresh graduate* penting untuk memiliki *adversity quotient* yang tinggi dalam proses mencari pekerjaan karena untuk mendapatkan kesuksesan perlu adanya usaha juang dalam merespon setiap kesulitan, sehingga dibutuhkan adanya *adversity quotient* sebagai sebuah kecerdasan yang menjadi kekuatan untuk mendorong keberhasilan bersaing mendapatkan pekerjaan di tengah masa pandemi. *Fresh graduate* akan dihadapkan pada berbagai kesulitan dan situasi ketidakpastian dalam proses mencari pekerjaan yang memicu terjadinya rasa gelisah dan tertekan atau yang biasa disebut dengan “*fresh graduate syndrom*” (Novitasari & Yuliawati, 2019). Tanpa adanya *adversity quotient* dalam menghadapi berbagai kesulitan dan masalah yang dihadapi para *fresh graduate* dalam mencari pekerjaan di tengah pandemi dapat menjadi stressor yang menimbulkan perasaan mudah kecewa, putus asa, dan mengakibatkan munculnya stres atau frustrasi.

Adversity quotient dapat ditingkatkan melalui adanya keyakinan untuk mampu melewati situasi yang ada serta tendensi untuk mengambil nilai positif atas sebuah kejadian yaitu yang disebut dengan optimisme (Gorsy & Panwar, 2016). Setelah lulus *Fresh graduate* sepatutnya memiliki sikap optimis dalam upaya mencari pekerjaan, namun tidak semua *fresh graduate* mampu memiliki optimisme yang baik. Sikap optimis yang ada pada *fresh graduate* dapat menjadi pendorong dari dalam diri dalam menanggulangi stres atau emosi negatif lainnya saat menghadapi kesulitan mencari kerja (Fauzan, 2020). *Fresh graduate* yang optimis akan mempunyai keyakinan dan kepercayaan diri serta fokus pada penyelesaian atas kesulitan yang dimilikinya dalam mencari pekerjaan di tengah situasi pandemi.

Penelitian mengenai optimisme dengan *adversity quotient* sudah pernah dilakukan sebelumnya oleh beberapa peneliti. Riset yang dilakukan oleh Muslimah dan Satwika (2019) membuktikan bahwa optimisme berhubungan erat dengan *adversity quotient* pada siswa XI SMAN 2 Pare yang berarti siswa yang berpikiran optimis akan lebih mudah mengatasi tantangan dan rintangan yang ada dalam proses pembelajaran

melalui kurikulum 2013. Riset yang dilakukan oleh Aprilia dan Khairiyah (2018) juga menunjukkan hubungan yang kuat antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa, sehingga optimisme yang tinggi pada mahasiswa untuk menghadapi dunia kerja maka semakin besar pula *adversity quotient* yang dimilikinya. Riset yang dilakukan oleh Syarafina, Nurdibyanandaru, dan Hendriani (2019) juga membuktikan bahwa adanya optimisme dan kesadaran diri yang baik dalam diri dapat meningkatkan *adversity quotient*, sehingga dapat membantu mahasiswa yang menyelesaikan skripsi sambil bekerja untuk menyelesaikan rintangan yang ditemui dan mampu menyelesaikan skripsi dengan baik. Riset yang diteliti oleh Amalia dan Dewi (2018) menghasilkan sebuah temuan bahwa karyawan di agen asuransi dengan optimisme yang tinggi memiliki *adversity quotient* yang baik dalam menyelesaikan kesulitan pekerjaan yang dihadapi. Riset yang dilakukan oleh Hariska, Akbar, dan Erlyani (2020) juga mendukung adanya hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* yaitu masyarakat Desa Pandahan yang optimis memiliki tingkat *adversity quotient* yang baik, sehingga masalah yang muncul di daerah rawa dapat dijadikan sebuah peluang. Riset yang sudah ada memiliki kesamaan yang menunjukkan bahwa optimisme dan *adversity quotient* memiliki hubungan yang positif, sedangkan pada penelitian ini terdapat perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian ini menggunakan subjek *fresh graduate* dan dilakukan dalam situasi pandemi Covid-19. Adanya perbedaan populasi dan situasi pandemi dapat berpengaruh pada hasil penelitian yang berbeda dengan penelitian-penelitian yang telah ada sebelumnya.

Riset yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya menunjukkan keterkaitan yang erat antara optimisme dengan *adversity quotient* untuk menghasilkan respon sikap yang positif dalam menyelesaikan kesulitan. Adanya optimisme dan *adversity quotient* yang baik dapat membantu *fresh graduate* untuk mengatasi segala perubahan, hambatan, rintangan, dan kesulitan selama mencari kerja di masa pandemi dengan penuh keyakinan serta dapat mengurangi timbulnya stres yang membawa dampak negatif. Menurut Puriani dan Dewi (2021) *adversity quotient* dapat dikatakan sebagai sebuah daya, kecerdasan, dan kemampuan individu untuk mengatur diri, mengarahkan arah berpikir serta pengambilan upaya sebagai wujud tindakan dalam mengatasi suatu permasalahan dan kesulitan yang ditemui. *Adversity quotient* dapat diartikan sebagai suatu kemampuan yang ada dalam diri individu dalam memaknai, mencermati, dan memproses kesulitan atau hambatan yang ditemui dengan segenap kecerdasan serta kekuatan diri dengan mengubahnya menjadi sebuah tantangan yang harus dicapai (Stoltz, 2007). *Adversity quotient* berguna untuk mengoptimalkan potensi diri agar suatu rintangan dan kesulitan dapat diubah menjadi sebuah tantangan yang memiliki tujuan tertentu untuk dicapai (Baharun & Adhimah, 2019). Individu dengan *adversity quotient* yang baik dapat menjadi pribadi yang mampu memiliki ketahanan daya juang dalam melewati setiap rintangan dan kesulitan yang muncul dalam kehidupan dengan

kapasitas kemampuan yang dimilikinya (Wahyu Kurniawan, Daharnis, & Karneli, 2020). *Adversity quotient* menjadi suatu kemampuan dan kecerdasan yang dimiliki individu dalam merespon hambatan, rintangan, dan kesulitan yang ditemui dengan menjadikannya sebagai peluang untuk berhasil dan sukses mencapai tujuan tertentu dengan mengoptimalkan potensi maksimal dari dalam diri individu.

Terdapat aspek-aspek yang membentuk *adversity quotient* pada individu menurut Stoltz (2007) yang meliputi (1) Pengendalian diri yaitu adanya kemampuan untuk mengatur dan mengendalikan kesulitan yang ditemui agar tidak membawa dampak buruk yang dapat mempengaruhi aspek kehidupan serta menganggap bahwa pengendalian diri menjadi faktor penting dalam mengendalikan kesulitan yang ditemui oleh individu. (2) Asal usul dan kepemilikan atau *origin-ownership* yaitu berhubungan dengan interpretasi individu dalam memaknai sumber penyebab dari hambatan dan kesulitan yang ditemui dengan tidak menjadikan diri sendiri sebagai faktor tunggal penyebab kesulitan yang ada, namun tetap mempunyai tanggung jawab untuk menyelesaikan kesulitan yang ditemui oleh individu. (3) Jangkauan/*reach* yaitu pemaknaan individu dalam menganggap kesulitan dan hambatan tertentu yang ditemui menjangkau pada aspek kehidupan lainnya, sehingga tidak menganggap satu kesulitan mampu mempengaruhi aspek kehidupan seluruhnya. (4) Daya tahan/*endurance* yaitu interpretasi individu dalam menganggap suatu kesulitan yang ditemui bersifat hanya sebentar atau selamanya. Individu yang menganggap kesulitan tertentu hanya temporer/semantara dan akan cepat berlalu memiliki daya tahan yang lebih tinggi, sedangkan individu yang memiliki anggapan bahwa kesulitan yang ditemuinya menetap atau terjadi dalam waktu yang lama akan mudah merutuki diri sendiri dan memiliki daya tahan yang rendah dalam menyikapi suatu kesulitan.

Adversity quotient dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang disebutkan oleh Stoltz (2007) meliputi (1) Daya saing yaitu kekuatan dan kemampuan individu dalam menghasilkan suatu peluang sebagai suatu daya saing ketika menghadapi rintangan atau situasi sulit. (2) Optimisme yaitu keyakinan individu untuk mampu melewati dan menyelesaikan kesulitan yang ada serta mencapai tujuan yang ingin diraih. (3) Bakat yaitu serangkaian keterampilan dan pengetahuan dalam diri individu yang dapat membantu dalam menyelesaikan situasi sulit yang dihadapi. (4) Karakter yaitu sifat khas baik pada individu yang dapat membantu dalam meraih tujuan dan kesuksesan. (5) Motivasi yaitu daya dorong yang membantu individu untuk memecahkan masalah dan kesulitan dengan kemampuan maksimal yang ada pada diri. (6) Pengambilan resiko yaitu keyakinan dalam memilih suatu pilihan dan keberanian menerima konsekuensi sebagai suatu cara untuk merespon kesulitan yang ada. (7) Kecerdasan yaitu faktor dominan dalam diri pada bidang kecerdasan tertentu yang akan berpengaruh pada penyelesaian masalah dalam pekerjaan, pendidikan, dan aspek lainnya. (8) Kesehatan yaitu keadaan pada fisik maupun psikis yang baik akan memudahkan individu

dalam menyelesaikan kesulitan yang harus dihadapi dengan cara-cara yang baik. (9) Kinerja yaitu indikator yang dapat diamati dan diukur serta menjadi salah satu aspek yang mengarahkan keberhasilan dalam melewati kesulitan atau rintangan. (10) Pendidikan yaitu suatu bentuk pembelajaran yang dapat melatih kemampuan dan keterampilan diri serta membentuk sikap maupun perilaku yang baik. (11) Ketekunan yaitu sikap gigih dan ulet dalam usaha mengatasi kesulitan yang menimpa pada diri individu. (12) Perbaikan yaitu upaya-upaya yang dilakukan individu untuk menyelesaikan hambatan, rintangan, dan kesulitan yang ada agar tidak berdampak buruk pada aspek kehidupan lainnya. (13) Belajar yaitu suatu proses individu untuk mampu belajar dan mencapai prestasi dalam menghadapi kesulitan yang ditemuinya. (14) Lingkungan yaitu cara individu menyesuaikan diri dan bertindak atas kesulitan yang ditemuinya dengan banyak dipengaruhi oleh orang-orang maupun kondisi lingkungan sekitar individu.

Optimisme dapat diartikan sebagai pandangan dan keyakinan individu untuk dapat melihat suatu kesulitan dan tantangan dengan berpikir positif sehingga dapat mengarahkan individu untuk melewati situasi sulit dalam hidup (Sidabalok, Marpaung, & Manurung, 2019). Optimisme merupakan suatu ekspektasi positif dalam menghadapi segala sesuatu yang terjadi di kehidupan, sehingga dapat membantu individu untuk mendapatkan hasil yang baik sesuai ekspektasi positif yang diharapkan (Scheier & Carver, 2002). Menurut Sudiran (2020) sikap optimisme dapat mengarahkan individu untuk memiliki pandangan yang positif terhadap suatu masalah, membantu menemukan rencana solusi atas suatu kesulitan serta menjadikan suatu kegagalan menjadi peluang untuk tercapainya kesuksesan. Konsep optimisme menurut Scheier dan Carver (2002) disebut *dispositional optimism* yaitu adanya bentuk keyakinan individu secara umum terhadap hasil baik atau buruk yang diperoleh dalam kehidupan untuk menilai kecenderungan individu menjadi optimis maupun pesimis. Individu yang memiliki keyakinan secara umum terhadap hasil baik yang diperoleh dalam kehidupan maka memiliki kecenderungan menjadi optimis, sedangkan individu yang memiliki keyakinan secara umum terhadap hasil buruk yang akan diperoleh dalam kehidupan maka memiliki kecenderungan menjadi pesimis. Optimisme mengarahkan cara pandang seseorang yang positif dalam memaknai sebuah masalah, hambatan, rintangan, dan kesulitan yang ada dengan penuh rasa yakin dan percaya diri dalam menghadapi suatu permasalahan.

Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa optimisme menjadi suatu hal yang mempengaruhi *adversity quotient*. Berdasarkan hal tersebut dapat diprediksi bahwa optimisme dan *adversity quotient* memiliki hubungan positif yang berarti semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi tingkat *adversity quotient* pada individu. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya maka dapat ditentukan hipotesis yaitu:

Ha: Terdapat hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada *fresh graduate* Universitas Negeri Surabaya

H0: Tidak terdapat hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada *fresh graduate* Universitas Negeri Surabaya

Adanya latar belakang di atas menjadi dasar penulis untuk melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui Hubungan antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada *Fresh Graduate* Universitas Negeri Surabaya.

METODE

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dengan rancangan korelasional untuk meneliti hubungan optimisme dengan *adversity quotient* pada *fresh graduate* Universitas Negeri Surabaya yang sedang mencari pekerjaan. Populasi dalam penelitian ini adalah *fresh graduate* S1 Universitas Negeri Surabaya tahun 2019-2020 yang lulus pada wisuda periode 94-99 dengan jumlah 1.419 (PDDikti, 2020). Sampel dalam penelitian ini sejumlah 212 orang yang diperoleh berdasarkan perhitungan 15% dari keseluruhan populasi. Hal ini sesuai dengan ketentuan pengambilan sampel dari Arikunto (2006) yang menyebutkan bahwa jika jumlah populasi mencapai lebih dari 100, maka sampel yang digunakan dari total populasi yaitu 10%-15% atau 20%-25%. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling* yang didasarkan oleh karakteristik *fresh graduate* menurut Sagita, Hami, dan Hinduan (2020) yaitu individu yang baru menyelesaikan studi sarjana, belum memiliki banyak pengalaman kerja secara formal, dan mengalami transisi dari mahasiswa menjadi pekerja. Berdasarkan karakteristik tersebut, maka kriteria pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu (1) Merupakan *freshgraduate* S1 lulusan Universitas Negeri Surabaya tahun 2019-2020, (2) Tidak terikat kerja pada suatu instansi atau perusahaan, (3) Sedang mencari pekerjaan.

Pengambilan data menggunakan data dokumentasi untuk mengetahui jumlah populasi serta menggunakan instrumen skala optimisme dan *adversity quotient*. *Adversity quotient* dalam penelitian ini merupakan kemampuan dan kecerdasan individu dalam mengarahkan proses berpikir dan bertindak terhadap suatu masalah, sehingga dapat merespon hambatan dan kesulitan yang ditemui dengan menjadikannya peluang untuk berhasil mencapai tujuan tertentu dengan mengoptimalkan potensi maksimal dari individu. Skala *adversity quotient* dalam penelitian ini menggunakan modifikasi skala *adversity quotient* dari (Stoltz, 2007) berdasarkan aspek-aspek yang terdiri atas *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance*. Sedangkan optimisme dalam penelitian ini merupakan cara pandang seseorang yang positif dalam memaknai sebuah masalah, rintangan, dan kesulitan yang ada, sehingga memiliki keyakinan dan kepercayaan diri dalam menghadapi suatu permasalahan. Skala optimisme dalam penelitian ini menggunakan modifikasi skala *Revised Life Orientation Test* (LOT-R) yang dikembangkan oleh Scheier & Carver (2002). Skala optimisme dan *adversity quotient* menggunakan bentuk likert yang dibagikan melalui *google form* untuk diisi oleh responden dengan pertimbangan kemudahan penelitian dalam situasi Covid-19. Validitas dalam

penelitian ini diukur melalui uji korelasi “*product moment pearson*” untuk setiap aitem dan reliabilitas diukur menggunakan uji “*alpha cronbarch*” untuk mengetahui taraf kepercayaan dari penelitian yang dilakukan.

Teknik analisa data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 25.0 for windows. Uji normalitas yang dilakukan untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh dalam penelitian menggunakan uji “*kolmogrov smirnov test for normality*”. Uji linieritas pada penelitian menggunakan uji “*anova table*” guna mengetahui arah dua variabel dalam penelitian. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan “*product moment pearson*” untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data kuesioner yang telah disebarakan melalui *google form* diperoleh subjek sejumlah 212. Data yang telah didapatkan dari hasil penelitian menunjukkan hasil sebaran data sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Sebaran Data

Data Demografi	Kriteria	Jumlah Subjek	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	61	29%
	Perempuan	151	71%
Fakultas	Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP)	42	20%
	Fakultas Bahasa dan Seni (FBS)	23	11%
	Fakultas Ilmu Olahraga (FIO)	23	11%
	Fakultas Ekonomi (FE)	38	18%
	Fakultas Teknik (FT)	30	14%
	Fakultas Ilmu Sosial & Hukum (FISH)	34	16%
	Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA)	22	10%

Hasil persebaran data pada penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa dalam penelitian terdapat 61 atau 29% subjek berjenis kelamin laki-laki dan 151 atau 79% subjek berjenis kelamin perempuan, sehingga dalam penelitian ini mayoritas lebih banyak subjek perempuan daripada laki-laki. Sebaran data fakultas dalam penelitian ini lebih banyak didominasi oleh FIP sejumlah 20% serta sebaran terendah yaitu pada FIO dan FBS sejumlah 11%.

Tabel 2. Hasil Kategorisasi Variabel Optimisme

Kategori	Norma	Skor	Frek	%
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5SD$	$X \leq 15,895$	14	7%
Rendah	$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$	$15,895 < X \leq 19,758$	51	24%
Sedang	$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$	$19,758 < X \leq 23,621$	74	35%
Tinggi	$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$	$23,621 < X \leq 27,484$	60	28%
Sangat Tinggi	$M + 1,5SD < X$	$27,484 < X$	13	6%

Sumber Kategori Norma: Azwar (2021)

Tabel di atas menunjukkan adanya pengelompokan tingkat optimisme menjadi lima tingkat. *Fresh graduate* yang memiliki tingkat optimisme sangat rendah berjumlah 14 orang atau 7% dari total subjek, kategori optimisme rendah terdapat 51 orang atau 24%, kategori optimisme sedang sejumlah 74 atau 35%, kategori optimisme tinggi sebesar 60 orang atau 28%, dan kategori optimisme sangat tinggi berjumlah 13 orang atau hanya 6%. Hal ini menunjukkan bahwa optimisme pada subjek tersebar dalam berbagai tingkatan, namun subjek pada penelitian ini paling banyak memiliki optimisme dengan tingkatan yang sedang yaitu mengindikasikan adanya keyakinan dan harapan positif yang tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah pada *fresh graduate* dalam proses mencari kerja.

Tabel 3. Hasil Kategorisasi Variabel Adversity Quotient

Kategori	Norma	Skor	Frek	%
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5SD$	$X \leq 48,81$	15	7%
Rendah	$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$	$48,81 < X \leq 56,763$	52	25%
Sedang	$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$	$56,763 < X \leq 64,716$	71	33%
Tinggi	$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$	$64,716 < X \leq 72,669$	58	27%
Sangat Tinggi	$M + 1,5SD < X$	$72,669 < X$	16	8%

Tabel di atas menunjukkan adanya pengelompokan *adversity quotient* menjadi lima tingkat. *Fresh graduate* yang memiliki tingkat *adversity quotient* sangat rendah berjumlah 15 orang atau 7% dari total

subjek, kategori *adversity quotient* rendah terdapat 52 orang atau 25%, kategori *adversity quotient* sedang sejumlah 71 atau 33%, kategori *adversity quotient* tinggi sebesar 58 orang atau 27%, dan kategori optimisme sangat tinggi berjumlah 16 orang atau hanya 8%. Data tersebut menunjukkan bahwa *adversity quotient* pada subjek tersebar dalam berbagai tingkatan, namun secara keseluruhan subjek pada penelitian ini paling banyak memiliki *adversity quotient* dengan tingkatan yang sedang. Hal tersebut mengindikasikan bahwa kemampuan *fresh graduate* dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan maupun rintangan yang ada dalam mencari kerja termasuk dalam kategori tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah.

Tabel 4. Hasil Uji Beda Jenis Kelamin Variabel Optimisme

Jenis Kelamin	N	Mean	Sig
Laki-Laki	61	22,16	0.261
Perempuan	151	21,5	

Pada tabel di atas menunjukkan uji beda variabel optimisme berdasarkan jenis kelamin pada subjek dalam penelitian ini. Jenis kelamin laki-laki mempunyai rata-rata skor 22,16 dan lebih tinggi daripada nilai rata-rata perempuan yaitu 21,5. Hal tersebut menunjukkan adanya tingkat optimisme pada laki-laki lebih tinggi daripada optimisme pada perempuan. Nilai sig. pada tabel di atas sebesar 0.261 ($p>0.05$) sehingga dapat ditafsirkan bahwa optimisme laki-laki dengan perempuan tidak memiliki perbedaan.

Tabel 5. Hasil Uji Beda Jenis Kelamin Variabel Adversity Quotient

Jenis Kelamin	N	Mean	Sig.
Laki-Laki	61	60,97	0,788
Perempuan	151	60,64	

Pada tabel di atas menunjukkan uji beda variabel *adversity quotient* berdasarkan jenis kelamin pada subjek dalam penelitian ini. Jenis kelamin laki-laki mempunyai rata-rata skor 60,97 dan lebih tinggi daripada nilai rata-rata perempuan yaitu 60,64. Hal tersebut menunjukkan adanya tingkat optimisme pada laki-laki lebih tinggi daripada optimisme pada perempuan. Nilai sig. pada tabel di atas sebesar 0.788 ($p>0.05$) sehingga dapat ditafsirkan bahwa optimisme laki-laki dengan perempuan tidak memiliki perbedaan.

Tabel 6. Hasil Uji Perbedaan Fakultas Variabel Optimisme

Fakultas	N	Mean	Sig
----------	---	------	-----

FIP	42	21.93	0.932
FBS	23	20.7	
FIO	23	22	
FE	38	21.74	
FT	30	21.8	
FISH	34	21.65	
FMIPA	22	21.82	

Tabel di atas menunjukkan hasil nilai sig sebesar 0,932 ($p>0,05$) yang mengindikasikan tidak adanya perbedaan optimisme pada setiap kelompok fakultas. Nilai rata-rata pada setiap fakultas tidak memiliki perbedaan yang terlalu jauh. Nilai rata-rata tertinggi terdapat pada kelompok FIP yaitu 21,93, sedangkan nilai rata-rata terendah terdapat pada kelompok FBS yaitu 20,7.

Tabel 7. Hasil Uji Perbedaan Fakultas Variabel Adversity Quotient

Fakultas	N	Mean	Sig
FIP	42	60.6	0.99
FSB	23	60.87	
FIO	23	60.7	
FE	38	60.63	
FT	30	61.4	
FISH	34	60.76	
FMIPA	22	60.14	

Tabel di atas menunjukkan hasil nilai sig sebesar 0,99 ($p>0,05$) yang mengindikasikan tidak adanya perbedaan *adversity quotient* pada setiap kelompok fakultas. Nilai rata-rata pada setiap fakultas saling berdekatan atau tidak memiliki perbedaan yang jauh. Nilai rata-rata tertinggi terdapat pada kelompok FT yaitu 61,4 sedangkan nilai rata-rata terendah terdapat pada kelompok FIP yaitu 60,6.

Data yang telah didapatkan dari hasil penelitian dilakukan pengukuran secara *descriptive statistic* guna mengetahui gambaran data pada penelitian. Hasil *descriptive statistic* disajikan melalui tabel berikut:

Tabel 8. Statistik Deskriptif

	N	Min.	Maks.	Mean	Std. Deviasi
Optimisme	212	9	30	21,67	3,863
Adversity Quotient	212	39	80	60,74	7,953

Hasil pengukuran statistik deskriptif pada tabel di atas dapat diketahui bahwa subjek pada penelitian yaitu berjumlah 212 subjek. Variabel optimisme dari data hasil penelitian yang diujikan pada 212 *fresh graduate* memiliki nilai *minimum* sebesar 9, nilai *maximum* sebesar

30 dengan *mean* atau rata-rata data sejumlah 21,67 dan memiliki nilai standar deviasi 3,863. Variabel *adversity quotient* dari data hasil penelitian yang diujikan pada 212 *fresh graduate* memiliki nilai *minimum* sebesar 39, perolehan nilai *maximum* sebesar 80 dengan *mean* atau rata-rata data sejumlah 60,74 dan memiliki nilai standar deviasi 7,953.

A. Analisa Data

1. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas pada data hasil penelitian dilakukan pengukuran dengan uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk mengetahui apakah data bersifat normal atau tidak normal. Hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* disajikan melalui tabel berikut:

Tabel 9. Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Nilai sig.	Keterangan
Optimisme	0,263	Data berdistribusi normal
<i>Adversity Quotient</i>	0,252	Data berdistribusi normal

Nilai signifikansi (asyp sig.) yang didapatkan pada variabel optimisme dalam uji *Kolmogorov-Smirnov* di atas yaitu 0,263 dan lebih besar dari 0,05 ($0,263 > 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa data pada variabel optimisme termasuk dalam data berdistribusi normal. Nilai signifikansi (asyp sig.) yang didapatkan pada variabel *adversity quotient* dalam uji *Kolmogorov-Smirnov* di atas yaitu 0,252 dan lebih besar dari 0,05 ($0,252 > 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa data pada variabel *adversity quotient* termasuk dalam data berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui variabel optimisme dan *adversity quotient* memiliki hubungan yang linier atau tidak. Hasil uji linieritas disajikan melalui tabel berikut:

Tabel 10. Hasil Uji Linieritas

	Nilai sig.	Keterangan
Optimisme * <i>Adversity Quotient</i>	0,199	Linier

Hasil pengukuran uji linieritas yang ada pada tabel di atas diketahui bahwa variabel optimisme dan *adversity quotient* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,199. Menurut Sugiyono (2014) suatu data bersifat linier apabila nilai signifikansi yang diperoleh dari hasil perhitungan mendapatkan skor di atas 0,05 dan apabila data mempunyai nilai signifikansi di bawah 0,05 maka hubungan antara variabel bersifat tidak linier. Hasil uji linieritas pada tabel menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,199 dan lebih besar dari 0,05 ($0,199 > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel optimisme dan *adversity quotient* memiliki hubungan yang linier.

2. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *product moment* karena data dari penelitian menunjukkan berdistribusi normal. Uji korelasi *product moment* dilakukan untuk mengetahui tingkat korelasi antara variabel optimisme dan *adversity quotient*. Hasil dari uji korelasi *product moment* dapat dikelompokkan dalam beberapa tingkat yaitu sebagai berikut:

Tabel 11. Pengelompokan Tingkat Korelasi

Interval	Tingkat Korelasi
0,00 – 0,199	Sangat Lemah
0,20 – 0,399	Lemah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Kuat

Sumber: Sugiyono (2014)

Data yang telah didapatkan dari penelitian dilakukan uji korelasi *product moment* untuk mengetahui hasil penelitian. Berikut hasil uji korelasi *product moment* disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis

		Optimisme	<i>Adversity_Quotient</i>
Optimisme	Pearson	1	.530
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		.000
<i>Adversity_Quotient</i>	Pearson	.530	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	212	212

Tabel di atas menunjukkan bahwa data penelitian yang telah dilakukan uji hipotesis melalui uji korelasi *product moment* memperoleh hasil nilai korelasi sebesar 0,530. Nilai korelasi 0,530 jika dikategorikan menurut pengelompokan tingkat korelasi yang dikemukakan oleh Sugiyono (2014) maka hubungan antara variabel optimisme dan *adversity quotient* termasuk dalam kategori cukup kuat. Semakin tinggi tingkat optimisme maka semakin tinggi pula *adversity quotient*. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis H_a dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada *fresh graduate* UNESA.

Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menyelidiki keterkaitan hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada *fresh graduate* Universitas Negeri Surabaya. Hasil pengukuran data melalui uji hipotesis dengan korelasi *product moment* didapatkan nilai korelasi sejumlah 5,30 dan jika dikelompokkan dalam tingkat kategori korelasi masuk antara 0,40-0,599 yang berarti adanya tingkat korelasi yang cukup kuat. Uji hipotesis melalui korelasi *product moment* menghasilkan temuan bahwa optimisme memiliki korelasi yang cukup kuat dengan *adversity quotient*. Data yang didapatkan dalam

penelitian menunjukkan hubungan antara variabel optimisme dengan *adversity quotient* yang memiliki arah korelasi bersifat positif yaitu semakin besar optimisme yang ada dalam diri individu maka semakin besar pula skor *adversity quotient* yang dimilikinya dan berlaku sebaliknya yaitu semakin kecil tingkat optimisme yang ada dalam diri individu maka semakin kecil pula skor *adversity quotient* yang dimilikinya.

Beberapa penelitian terkait optimisme dan *adversity quotient* menghasilkan temuan adanya keterkaitan antara kedua variabel tersebut. Penelitian dari Aprilia dan Khairiyah (2018) menunjukkan hubungan yang kuat antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa, sehingga optimisme yang tinggi pada mahasiswa untuk menghadapi dunia kerja maka semakin besar pula *adversity quotient* yang dimilikinya. Penelitian tersebut serta beberapa penelitian yang telah ada mendukung temuan dalam penelitian ini bahwa meningkatnya sikap optimisme dalam diri akan mendorong meningkatnya tingkat *adversity quotient* pada individu. Individu dengan sikap optimisme yang tinggi akan mempunyai *adversity quotient* yang bagus untuk mampu menghadapi kondisi sulit yang penuh rintangan dan hambatan yang harus dilalui.

Optimisme merujuk pada ekspektasi positif dalam menghadapi segala sesuatu yang terjadi di kehidupan, sehingga dapat membantu individu untuk mendapatkan hasil yang baik sesuai ekspektasi positif yang diharapkan (Scheier & Carver, 2002). Individu yang optimis memiliki harapan yang baik dengan cara mengarahkan sudut pandang dan arah berpikirnya menjadi lebih positif (Kurniawan, 2019). Individu dengan sikap optimisme akan mengharapkan segala sesuatu yang baik akan terjadi pada dirinya dan berupaya mencari jalan untuk menggapai tujuan yang diharapkan. Optimisme dapat berfungsi sebagai penggerak dan semangat untuk menciptakan usaha maupun kinerja yang terbaik dalam merespon keadaan yang penuh rintangan dan tantangan untuk dilalui (Muslimah & Satwika, 2019). *Fresh graduate* yang mempunyai rasa optimisme yang tinggi akan lebih yakin terhadap diri dan segenap kemampuan yang dimilikinya, sehingga dapat percaya diri dan memiliki keyakinan penuh untuk melakukan upaya yang maksimal khususnya dalam mencari pekerjaan.

Penelitian ini membuktikan bahwa sikap optimisme menjadi suatu aspek yang memegang peranan penting dalam mempengaruhi tingkat *adversity quotient* seseorang. *Adversity quotient* diartikan sebagai tingkat kapasitas dan kemampuan individu ketika menemui kesengsaraan yang terjadi dalam hidup serta menjadi suatu aspek penting dalam menentukan keberhasilan individu (Dorji & Singh, 2019). *Adversity quotient* yang baik dapat mengarahkan individu untuk menemukan penyelesaian masalah secara mandiri dan memanfaatkan rintangan yang ditemui menjadi suatu peluang (Baharun & Adhimah, 2019). Keberhasilan individu dalam meraih harapan dan tujuan dipengaruhi oleh kemampuan ketahanan beradaptasi ketika dihadapkan pada halangan maupun rintangan dalam upaya menyelesaikan masalah yang ada. Menurut Muslimah dan Satwika (2019) *adversity quotient* dapat mendukung individu untuk

mendapatkan cara merespon yang sesuai dalam meraih tujuan meskipun ada pada keadaan yang sulit.

Pada penelitian ini optimisme dan *adversity quotient* mempunyai tingkat korelasi yang cukup signifikan yaitu berarti individu yang memiliki optimisme yang bagus akan mendorong terbentuknya *adversity quotient* dalam mencari pekerjaan. Optimisme dengan *adversity quotient* pada penelitian ini mempunyai hubungan yang cukup kuat dapat ditunjukkan dari beberapa indikator yang sifatnya berkaitan yaitu indikator optimisme berdasarkan konsep *dispositional optimism* dari Scheier dan Carver (2002) mengenai ekspektasi positif yang menganggap keyakinan individu secara umum terhadap hasil yang baik membawa kecenderungan untuk menjadi optimis. *Fresh graduate* yang optimis mempunyai keyakinan dan ekspektasi yang positif dalam mencari kerja, sedangkan *fresh graduate* yang pesimis mempunyai keyakinan dan ekspektasi buruk dalam mencari kerja. Hal tersebut berhubungan dengan aspek pada *adversity quotient* yaitu *control* atau pengendalian diri karena *fresh graduate* yang optimis memiliki ekspektasi positif terhadap dirinya, sehingga dapat mengatur dan mengendalikan kesulitan yang ada termasuk mampu mengendalikan pikiran agar dapat mengarahkan perilakunya dalam menghadapi kesulitan yang ditemui selama mencari kerja.

Aspek *origin-ownership* (asal-usul masalah) pada *adversity quotient* berkaitan dengan indikator ekspektasi positif dalam optimisme yaitu *fresh graduate* yang yakin dan mempunyai ekspektasi positif bahwa hal-hal baik akan terjadi pada dirinya maka dapat mengatur interpretasi dalam memaknai sumber penyebab dari hambatan dan kesulitan dalam mencari pekerjaan. *Fresh graduate* dengan *adversity quotient* yang bagus tidak akan berlebihan untuk menyalahkan diri sendiri sebagai penyebab utama dari kesulitan tersebut, melainkan muncul kesadaran bahwa situasi sulit dan rintangan yang ada dapat disebabkan oleh banyak faktor yang tidak dapat dikontrol oleh diri sendiri.

Aspek *reach* (jangkauan masalah) pada *adversity quotient* berkaitan dengan indikator ekspektasi positif dalam optimisme yaitu dengan adanya ekspektasi positif maka *fresh graduate* dapat memaknai rintangan dengan lebih positif dengan mengarahkan upaya dan berfokus untuk mengatasi kesulitan yang ditemui dalam mencari kerja, sehingga kesulitan yang ada dapat teratasi dan tidak mengganggu hal-hal lain dalam hidup. *Fresh graduate* dengan *adversity quotient* yang bagus tidak menganggap satu kesulitan dalam mencari kerja mampu mempengaruhi aspek kehidupan lainnya.

Aspek *adversity quotient* yang terakhir yaitu *endurance* (daya tahan) juga berkaitan dengan indikator ekspektasi positif dalam optimisme yaitu dengan adanya keyakinan dan ekspektasi positif dalam mencari kerja membuat *fresh graduate* tidak terlalu larut dalam satu lubang kesulitan dan segera mengarahkan tindakannya untuk mengatasi rintangan yang ada, sehingga rintangan yang menghadang mampu dianggap sebagai masalah yang bersifat sementara. *Fresh graduate* dengan *adversity quotient* yang bagus menganggap kesulitan yang harus dihadapi hanya bersifat sementara waktu dan

lebih mudah untuk *move on* ketika menemui kegagalan dalam proses mencari kerja di masa pandemi.

Fresh graduate umumnya memasuki usia dewasa awal yang mempunyai fokus perkembangan untuk mandiri secara finansial dengan mendapatkan penghasilan melalui bekerja (Santrock, 2009). Mencari kerja dan bisa mandiri secara finansial bagi individu dewasa awal juga merupakan bagian dari tuntutan sosial (Rachmady & Aprilia, 2018). *Fresh graduate* sebagai individu dewasa awal memiliki tuntutan dari orangtua, keluarga, lingkup pertemanan, dan lingkungan masyarakat untuk segera mendapatkan pekerjaan setelah lulus dari kuliah. Namun, proses untuk mendapatkan pekerjaan di tengah pandemi Covid-19 bukan hal yang mudah karena membutuhkan usaha, kesabaran, dan kegigihan yang lebih. Tantangan dan kesulitan yang dihadapi *fresh graduate* dalam melamar kerja yaitu berkurangnya lapangan kerja akibat pandemi Covid-19, terbatasnya pengalaman dalam bekerja serta memiliki saingan kerja bukan hanya orang-orang satu angkatan tetapi juga orang-orang yang sudah berpengalaman kerja yang terkena PHK dari tempat kerjanya (Sagita, Hami, & Hinduan, 2020).

Fresh graduate akan menemui rintangan dan tantangan untuk bisa memasuki babak baru dalam dunia kerja khususnya dalam hal tekanan persaingan kerja. Pada dasarnya, setiap individu memberikan respon terhadap kesulitan dan rintangan dengan jalan yang berbeda. Beberapa orang menjadikan kesulitan sebagai tantangan yang menumbuhkan motivasi untuk dapat melakukan kinerja yang lebih baik, sebagian orang lain menganggap kesulitan sebagai penghalang yang menyusutkan motivasi diri yang dapat berakibat putus asa dalam menyelesaikan masalah (Puspitacandri, Warsono, Soesatyo, Roesminingsih, & Susanto, 2020). Melalui peran *adversity quotient* yang baik maka *fresh graduate* dapat lebih tangguh dan gigih untuk bisa mengatasi kesulitan-kesulitan yang ada untuk mendapatkan pekerjaan sesuai dengan tujuan dan harapan yang ingin dicapai.

Adversity quotient pada *fresh graduate* dapat ditingkatkan salah satunya dengan cara meningkatkan sikap optimisme dalam diri. Menurut Wardani dan Sugiharto (2020) berbagai permasalahan, kesulitan, dan rintangan yang harus ditemui membuat individu merasa tidak nyaman dan terbebani, namun melalui sikap optimis maka kesulitan yang ada mampu diselesaikan dengan baik. *Fresh graduate* yang optimis mampu memiliki keyakinan dan tekad yang bersifat positif dan akan memiliki harapan yang baik pula untuk menyelesaikan setiap rintangan dan kesulitan yang ditemui dalam proses mencari kerja di tengah pandemi Covid-19. Muniroh (2018) menyatakan bahwa optimisme akan mengarahkan terciptanya keyakinan dan harapan-harapan baik yang akan datang di masa mendatang dalam menjalani berbagai tanggung jawab dan keinginan yang ingin diraih. *Fresh graduate* yang optimis memiliki harapan dan pemikiran positif yang akan membentuk perilaku untuk berfokus pada penyelesaian masalah dan keberhasilan dalam mencari pekerjaan serta mengontrol

diri dari perasaan takut maupun pemikiran buruk terhadap kegagalan.

Menurut Muslimah dan Satwika (2019) individu yang optimis cenderung memaknai kemampuannya secara positif untuk mencapai hasil kinerja yang maksimal. Optimisme yang dimiliki *fresh graduate* akan membantu *fresh graduate* untuk yakin dengan segenap kemampuan baik *soft skill* maupun *hard skill* yang telah dimilikinya. Hal tersebut akan membantu *fresh graduate* untuk lebih percaya diri dan yakin dengan apa yang dilakukan saat melamar pekerjaan, sehingga dapat melakukan upaya-upaya yang maksimal dalam proses melamar kerja. *Fresh graduate* dengan optimisme yang tinggi akan berjuang dengan tidak mudah menyerah ketika menemui kegagalan dalam proses mencari kerja dan akan terus berusaha mencoba hingga tujuan dan harapannya dapat diraih dengan baik.

Peran optimisme yang tinggi menjadi salah satu hal yang dapat meningkatkan *adversity quotient* yang baik pada *fresh graduate*. Menurut Candra, Bernhard, dan Kurniawan (2021) *adversity quotient* dapat merepresentasikan bagaimana individu mampu untuk bertahan dan memberikan respon yang sesuai pada situasi yang sulit. *Adversity quotient* memiliki peran yang besar dalam menciptakan arah berpikir yang lebih positif dalam menanggapi kesulitan dan menyesuaikan dengan persoalan yang ditemui. *Adversity quotient* yang baik dari dalam diri individu menjadi indikator bahwa individu tersebut dapat teguh dalam mengatasi rintangan dan menjadikannya sebuah kesempatan untuk berhasil meraih tujuan kesuksesan (Jasak, Sugiharsono, & Sukidjo, 2020). *Fresh graduate* yang memiliki kemampuan *adversity quotient* yang baik maka dapat gigih dan mampu bertahan dalam melewati serangkaian tahap pencarian kerja yang tidak mudah di masa pandemi Covid-19. Beberapa kesulitan yang harus dihadapi oleh *fresh graduate* dalam proses mencari kerja yaitu adanya tuntutan untuk mampu menyelesaikan serangkaian tes kerja dengan baik seperti seleksi kandidat, psikotes, wawancara, tes kesehatan, dan berbagai tuntutan tes yang lain dengan persaingan yang sangat ketat. *Adversity quotient* yang baik membuat *fresh graduate* gigih dalam melamar kerja dan memanfaatkan kesulitan yang ditemui sebagai cara untuk memperbaiki kualitas diri agar dapat bersaing secara baik dalam memperoleh pekerjaan sesuai dengan yang diharapkan. Peran *adversity quotient* membantu *fresh graduate* untuk memanfaatkan peluang dan kesulitan guna mengembangkan karir dan meraih pekerjaan yang diimpikan.

Fresh graduate sangat penting untuk memiliki optimisme akan keberhasilan yang dapat mendukung meningkatnya *adversity quotient* yang dibutuhkan untuk melewati semua kesulitan, rintangan, dan hambatan dalam mencari kerja di tengah masa pandemi Covid-19. Melalui optimisme dan *adversity quotient* yang baik maka kegagalan selama mencari kerja dapat teratasi dengan baik. Selain itu, *fresh graduate* yang optimis dan memiliki *adversity quotient* yang baik akan lebih mudah menghadapi berbagai kesulitan dan situasi ketidakpastian dalam proses mencari pekerjaan, sehingga rasa gelisah

dan tertekan atau yang biasa disebut dengan “*fresh graduate syndrome*” dapat diatasi dengan baik (Novitasari & Yuliawati, 2019).

Tanpa adanya *adversity quotient* dalam menghadapi berbagai kesulitan dan masalah yang dihadapi para *fresh graduate* dalam mencari pekerjaan di tengah pandemi dapat menjadi stressor yang menimbulkan perasaan mudah kecewa, putus asa, dan mengakibatkan munculnya stres atau frustrasi yang mengakibatkan terhambatnya pengembangan karir. Sikap optimis dan *adversity quotient* yang baik diharapkan membantu *fresh graduate* memahami hal-hal yang perlu dilakukan untuk melewati rintangan dan situasi sulit dengan berfokus pada solusi masalah. Sikap optimis dan *adversity quotient* yang baik akan menjaga harapan baik terhadap kesulitan yang harus dihadapi serta dapat membantu agar berhasil berjuang mendapatkan pekerjaan sesuai dengan apa yang diharapkan.

PENUTUP

Simpulan

Penelitian ini menghasilkan sebuah temuan yaitu adanya hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*. Hasil uji korelasi menggunakan pengukuran *product moment* menghasilkan nilai korelasi sebesar 0,530 yang berarti hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini diterima yaitu ada hubungan yang cukup kuat antara optimisme dengan *adversity quotient* pada *fresh graduate* Universitas Negeri Surabaya. Semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi pula *adversity quotient* dan semakin rendah tingkat optimisme maka semakin rendah pula *adversity quotient*. Peran optimisme yang tinggi menjadi salah satu hal yang dapat meningkatkan *adversity quotient* yang baik pada *fresh graduate*. *Adversity quotient* yang tinggi diharapkan dapat membantu *fresh graduate* untuk lebih tangguh menghadapi kesulitan-kesulitan selama mencari kerja di tengah pandemi dan menjadikan kesulitan tersebut sebagai peluang untuk pengembangan diri dan karir yang lebih baik.

Saran

Penelitian yang telah dilakukan memperoleh beberapa hal yang dapat dijadikan sebagai masukan dan saran bagi beberapa pihak, diantaranya yaitu:

1. Bagi *Fresh Graduate*

Fresh graduate diharapkan mampu menumbuhkan dan memelihara optimisme dalam diri agar dapat memiliki *adversity quotient* yang baik, sehingga mampu menghadapi dan menyelesaikan hambatan, rintangan, maupun tuntutan yang ditemui selama proses mencari pekerjaan.

2. Bagi Pihak Universitas

Pihak Universitas sebaiknya melakukan kegiatan yang dapat menumbuhkan sikap optimisme dalam rangka persiapan untuk menghadapi dunia kerja. Universitas Negeri Surabaya sebaiknya diarahkan untuk membentuk program-program melalui layanan Unesa Career Center yaitu seperti program untuk mengadakan seminar maupun pelatihan yang dapat meningkatkan optimisme sebagai bekal *fresh graduate* dalam persiapan menghadapi dunia kerja. Selain itu, hasil dari

penelitian yang telah dilakukan dapat dijadikan masukan dalam membuat kurikulum pembelajaran khususnya pengembangan *soft skill* agar *fresh graduate* memiliki bekal *adversity quotient* dalam menghadapi dunia kerja.

3. Bagi Dosen/Tenaga Pendidik

Dosen sebagai fasilitator dalam proses perkuliahan sebaiknya untuk menumbuhkan nilai optimisme dalam kegiatan belajar mengajar dan senantiasa memberikan kalimat-kalimat yang positif di awal ataupun di akhir pembelajaran untuk membiasakan mahasiswa menjadi lebih optimis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Mengingat studi mengenai *adversity quotient* khusus pada *fresh graduate* masih minim, maka peneliti selanjutnya sebaiknya mengkaji lebih dalam mengenai *adversity quotient* pada *fresh graduate* melalui aspek-aspek yang lain guna memperkaya sumber literasi ilmiah. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mengkaji *adversity quotient* pada *fresh graduate* dengan cakupan subjek yang lebih luas agar penelitian menghasilkan temuan yang lebih bervariasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, M. D., & Dewi, M. P. (2018). Relationship between optimism and adversity quotient (AQ) on insurance agent. *International Journal for Social Studies*, 4(7), 82–87. <https://doi.org/10.26643/ijss.v4i7.6328>
- Aprilia, E. D., & Khairiyah, Y. (2018). Optimisme menghadapi persaingan dunia kerja dan adversity quotient pada mahasiswa. *Seurune Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(1), 18–33. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v1i1.9922>
- Arikunto, S. (2006). *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: Bima Aksara.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala psikologi*. Jogjakarta: Pustaka Belajar.
- Baharun, H., & Adhimah, S. (2019). Adversity quotient: Complementary intelligence in establishing mental endurance santri in pesantren. *Jurnal Ilmiah Islam Futura*, 19(1), 128–143. <https://doi.org/10.22373/jiif.v19i1.3502>
- Candra, I., Bernhard, J., & Kurniawan, H. (2021). Hubungan antara kecerdasan adversitas dengan adaptabilitas karier pada karyawan BNI Cabang Rengat. *Psyche Journal*, 14(1), 79–87. <https://doi.org/10.29165/psikologi.v14i1.1470>

- Dorji, R., & Singh, D. K. (2019). Role of adversity quotient in learning. *International Journal of Education*, 11(46229), 119–125. Retrieved from <http://ijoe.vidyapublications.com>
- Fauzan. (2020). Analisis soft skill dan hard skill serta pengaruhnya terhadap optimisme calon lulusan Prodi Manajemen Unihaz Bengkulu. *Creative Research Management Journal*, 3(1), 11–18. <https://doi.org/10.32663/crmj.v3i1.1280>
- Fauzia, M. (2020, July 28). Akibat covid-19, jumlah pengangguran RI bertambah 3,7 juta. *Kompas*. Retrieved from <https://money.kompas.com/read/2020/07/28/144900726/akibat-covid-19-jumlah-pengangguran-ri-bertambah-3-7-juta>
- Gorsy, C., & Panwar, N. (2016). Optimism as a correlate of happiness among working women. *International Journal of Indian Psychology*, 3(2), 20–29. <https://doi.org/10.25215/0302.174>
- Hardianto, Y., & Sucihayati, R. B. (2019). Hubungan adversity quotient dengan career adaptability pada koas angkatan 2015 FKG “X” di RSGM. *Psibernetika*, 11(2), 79–90. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v11i2.1433>
- Hariska, C., Akbar, S. N., & Erlyani, N. (2020). Hubungan optimisme dengan kecerdasan adversitas pada masyarakat yang tinggal di daerah Rawa Desa Pandahan Kecamatan Bati-Bati. *Kognisia*, 3(1), 6–14. <https://doi.org/10.20527/jk.v3i1.1567>
- Jasak, F., Sugiharsono, & Sukidjo. (2020). The Role of Soft Skills and Adversity Quotient on Work Readiness among Students in University. *Dinamika Pendidikan*, 15(1), 26–39. <https://doi.org/10.15294/dp.v15i1.23530>
- Karunia, A. M. (2020, August 4). Imbas corona, lebih dari 3,5 juta pekerja kena PHK dan dirumahkan. *Kompas*. Retrieved from <https://money.kompas.com/read/2020/08/04/163900726/imbas-corona-lebih-dari-3-5-juta-pekerja-kena-phk-dan-dirumahkan?page=all>
- Khairunisa, U., Rahayuningsih, T., & Anggraini, R. (2018). Hubungan budaya organisasi dengan adversity quotient pada karyawan di Apotek Mandiri Group. *Psychopolytan (Jurnal Psikologi)*, 1(1), 19–27. Retrieved from <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/psi/article/view/555/382>
- Kurniawan, Wahyu, Daharnis, & Karneli, Y. (2020). Contribution of adversity quotient, self awareness and demographic factors to student career maturity. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 4(1), 70–75. <https://doi.org/10.24036/00261za0002>
- Kurniawan, Willytiyo. (2019). Relationship between think positive towards the optimism of psychology student learning in Islamic University of Riau. *Nathiqiyah*, 2(1), 126–147. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/327946-relationship-between-think-positive-towa-0ace5cee.pdf>
- Muniroh, A. (2018). Hope dan optimisme: Diskursus perkembangan ekonomi syariah di Indonesia. *Journal of Sharia Economics*, 1(1), 1–9. Retrieved from <file:///C:/Users/user/Downloads/291-Article-Text-460-1-10-20190220.pdf>
- Muslimah, I., & Satwika, Y. W. (2019). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pare. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 1–7. Retrieved from <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/26958/24672>
- Nindyasari, N., Sidiq, F. U., & Santosa, T. D. (2020). Role of citizens and entrepreneurship unemployment rate in pressing college graduates. *Ligahukum*, 1(1), 110–119. Retrieved from <http://ligahukum.upnjatim.ac.id/index.php/ligahukum/article/download/102/15/>
- Novitasari, N. D., & Yuliawati, L. (2019). Hubungan antara presence of purpose terhadap career indecision making pada fresh graduate di Surabaya. *Psychopreneur*, 3(2), 47–54. Retrieved from <https://journal.uc.ac.id/index.php/psy/article/view/1>

390/1155

- PDDikti. (2020). Profil Perguruan Tinggi. Retrieved from https://pddikti.kemdikbud.go.id/data_pt/Q0IxMTU0QjQtMTBCQS00NzEyLUI5MTYtMzYwNTFCQTdDMzJG
- Puriani, R. A., & Dewi, R. S. (2021). *Konsep adversity & problem solving skill*. Palembang: Bening Media Publishing.
- Puspitacandri, A., Warsono, Soesatyo, Y., Roesminingsih, E., & Susanto, H. (2020). The effects of intelligence, emotional, spiritual and adversity quotient on the graduates quality in Surabaya Shipping Polytechnic. *European Journal of Educational Research*, 9(3), 1075–1087. <https://doi.org/10.12973/EU-JER.9.3.1075>
- Rachmady, T. M. N., & Aprilia, E. D. (2018). Hubungan Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Freshgraduate Universitas Syiah Kuala. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 54–60. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.632>
- Sagita, M. P., Hami, A. El, & Hinduan, Z. R. (2020). Development of Indonesian work readiness scale on fresh graduate in Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 19(3), 297–314. <https://doi.org/10.14710/jp.19.3.297-314>
- Santrock, J. W. (2009). *Remaja* (11th ed.; B. Widiasinta, Ed.). Jakarta: Erlangga.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 102–111. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.102>
- Sidabalok, R. N., Marpaung, W., & Manurung, Y. S. (2019). Optimisme dan self esteem pada pelajar Sekolah Menengah Atas. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 3(1), 48–58. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v3i1.1319>
- Stoltz, P. G. (2007). *Adversity quotient: Mengubah hambatan menjadi peluang* (Hermaya, Ed.). Jakarta: Grasindo.
- Sudiran. (2020). *Membangun optimisme meretas kehidupan baru dalam dunia pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- 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. <https://doi.org/10.22219/cognicia.vol7.no3.295-307>
- Wardani, I. A., & Sugiharto, D. Y. P. (2020). Hubungan adversity quotient dan dukungan sosial dengan optimisme akademik pada siswa SMP Negeri 1 Wanadadi. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 4(2), 160–178. <https://doi.org/10.21043/konseling.v4i2.7975>