

PERBEDAAN ADVERSITY QUOTIENT DITINJAU DARI PERBEDAAN JENIS KELAMIN PADA ANGGOTA HIMPUNAN PENCINTA ALAM UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA

Pratiwi Wahyunissa Pusparani

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, email : pratiwi.18043@mhs.unesa.ac.id

Miftakhul Jannah

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, email : miftakhuljannah@unesa.ac.id

Abstrak

Sebagai wadah pengembangan diri, mahasiswa pencinta alam memiliki proses pendidikan yang sulit dan berat sebagai syarat bergabung kedalam keanggotaan. Dampaknya terdapat perbedaan jumlah anggota laki-laki dan perempuan yang bertahan dalam organisasi yang dapat mempengaruhi dinamika organisasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui taraf kecerdasan adversitas yang dimiliki anggota himpunan pecinta alam Universitas Negeri Surabaya (Himapala Unesa) dalam memenuhi persyaratan sebelum dapat dilantik menjadi anggota penuh. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode kuantitatif komparatif. Subjek penelitian dipilih dengan teknik purposive sampling. Penelitian melibatkan 47 subjek dengan kriteria pernah atau sedang melaksanakan program pendidikan di tengah pandemi. Data diperoleh dari kuesioner yang dimodifikasi dari *Adversity Quotient Profile* (AQP) yang dirancang oleh Paul G Stoltz. Teknik analisis data yang digunakan adalah *independent sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan skor kecerdasan adversitas lebih tinggi dimiliki oleh perempuan dengan besaran korelasi efek rendah sebesar 0,202 yang berarti perbedaan tidak signifikan. Perempuan memiliki nilai unggul pada dimensi *control*, *reach* dan *endurance* sementara laki-laki unggul pada dimensi *origin-ownership*.

Kata Kunci: Adversity Quotient , Pecinta Alam, Himapala Unesa

Abstract

As self-development places, nature lovers has a hard and difficult learning process as a condition for joining membership. The impact is that there are differences in the number of male and female members who remain in the organization which can affect the dynamics of the organization . This study aims to determine the level of Adversity Quotient possessed by members of the association of nature lovers at the State University of Surabaya (Himapala Unesa) in fulfilling the requirements before be appointed as full members. The method used in this research is a comparative quantitative method. Research subjects were selected by purposive sampling technique. The study involved 47 subjects with the criteria which members that had or are currently implementing an learning program in the midst of a pandemic. Data were obtained from a modified questionnaire from Adversity Quotient Profile (AQP) designed by Paul G Stoltz. The data analysis technique used is the independent sample t-test. The results showed that the difference in Adversity Quotient scores was higher for women with a low effect correlation magnitude of 0.202, which means the difference is not significant. Women have higher scores on the dimensions of control, reach and endurance, while men is high on the dimensions of origin-ownership.

Keywords: Adversity Quotient , Nature Lovers, Himapala Unesa

PENDAHULUAN

Mahasiswa memiliki peran sebagai *agent of change* dimana dalam tanggung jawabnya untuk mendorong terjadinya perubahan dalam masyarakat, mahasiswa perlu mengoptimalkan peran dan potensi yang dimiliki individu (Cahyono, 2019). Universitas menanggung peran penting dalam mewadahi dan mendorong pengembangan diri mahasiswa melalui berbagai upaya pengamalan Tri Dharma perguruan tinggi (Istichomaharani & Habibah, 2016). Begitu pula dengan Universitas Negeri Surabaya yang merancang unit kegiatan kemahasiswaan sebagai tempat pengembangan bagi mahasiswa. Melalui unit organisasi yang ada, mahasiswa

didorong untuk mengasah kemampuan *softskill* termasuk cara bersosialisasi, manajemen kegiatan, hingga praktik langsung ilmu akademik yang dimiliki. Unit kegiatan ini terdiri dari organisasi kemahasiswaan (ormawa), organisasi mahasiswa daerah (ormada) serta unit kegiatan mahasiswa (UKM). Universitas Negeri Surabaya memiliki 39 UKM yang terbagi menjadi 3 bidang yakni bidang beladiri & olahraga, bidang minat & bakat dan bidang kerohanian (*Buku Pedoman Kemahasiswaan*, 2020).

Salah satu jenis unit kegiatan mahasiswa yang dapat ditemui adalah mahasiswa pencinta alam atau mapala. Mapala sebagai tempat bernaungnya mahasiswa yang memiliki latar belakang, ketertarikan, pengalaman, dan kedekatan dalam

berbagai hal dengan alam dalam petualangan alam bebas (Giovanni, 2017). Kegiatan mereka tergolong ke dalam bentuk olahraga eksterm dan umumnya melibatkan alam terbuka seperti pendakian gunung (*mountaineering*), pemanjatan (*climbing*), penelusuran gua (*caving*), penelusuran arus liar (*rafting*), penyelaman (*diving*), paralayang (*paragliding*), serta bidang lingkungan hidup seperti penerbitan media dan kampanye bertema lingkungan. Selain itu, mapala juga seringkali dilibatkan dalam bidang sosial seperti pengabdian masyarakat, juga *search and rescue* (SAR) ketika ada kecelakaan di alam serta bencana alam (Aditia, 2019)

Beragam kegiatan alam bebas seperti di atas memiliki resiko kegiatan yang termasuk tinggi. Hal ini disadari oleh anggota mapala terkait konsekuensi bagi pelaku kegiatan alam bebas (Aditia, 2019). Tak heran bila proses bergabung dan pembelajaran mapala terkenal berat dan sulit, hal ini ditujukan untuk mempersiapkan mental, fisik dan *skill* yang memadai dalam berkegiatan. Selain kemampuan fisik, ketangguhan mental juga perlu dimiliki anggota mapala. Umumnya, tiap mapala memiliki sistematika yang meliputi tahap pendidikan dasar dan lanjutan sebagai proses mempersiapkan regenerasi yang berkualitas. Sistematika ini meliputi pendidikan dasar (diksar) serta pendidikan lanjutan (dikjut) yang berbeda beda.

Tahap pendidikan dasar (diksar) ditujukan sebagai pengenalan organisasi, pengenalan kemampuan dasar bergiat di alam bebas, penumbuhan rasa solidaritas dan militansi. Serta mempersiapkan regenerasi selanjutnya agar memiliki pengalaman di bidang kepencahayaan (Aditia, 2019). Umumnya di tahap ini dikenalkan dasar kegiatan di alam bebas yang meliputi manajemen perjalanan, navigasi darat, tali temali, olahraga air, komunikasi serta kesehatan (PPGD).

Setelah diksar selesai, pembekalan diisi dengan sesi pendidikan lanjutan (dikjut) yang digunakan untuk mendalami suatu bidang/fokus kegiatan. Pola pendidikan yang diterapkan oleh tiap mapala berbeda satu sama lain, contohnya Mapala UI yang mengharuskan penyelesaian 3 tahap yang meliputi pengenalan skill, magang kepengurusan dan pelaksanaan ekspedisi/perjalanan ke taman nasional untuk dapat diangkat menjadi anggota (Humas Mapala UI, 2015), atau syarat penyelesaian pendidikan survival dan pendidikan dasar ditambah 2 kali melakukan pendakian di atas 3.000 serta pendakian pada tanggal 18 Agustus yang harus dilakukan untuk menjadi anggota Mapala Balance Mountaineer Club (Mapala BMC, n.d.). Selain itu ada pula mapala yang mewajibkan anggota lulus diklat untuk berkegiatan di seluruh divisi, seperti Metala FEB UMS yang menetapkan syarat pengangkatan anggota penuh meliputi pelaksanaan pengembaraan di divisi *rafting*, gunung dan rimba, *caving*, dan *rock climbing* secara berurutan (Metala FEB UMS, 2020)

Setiap mapala memiliki kurikulum masing-masing yang menjadi prasyarat diakuinya seseorang secara legal dalam menjadi anggota organisasi tersebut. Seluruh persyaratan harus dipenuhi demi mendapatkan gelar, nomor

induk keanggotaan serta *scarf* yang menjadi penanda dilantiknya seorang anggota mapala. Meskipun berat dan menguras fisik, finansial serta mental tetap harus dilalui sebab apabila ada syarat yang tidak lengkap, maka besar kemungkinan tidak dapat dilantik menjadi anggota penuh. Hal ini pula yang membedakan mapala dengan mahasiswa yang menjadi pegiat petualangan alam liar namun tidak bergabung dengan organisasi atau komunitas resmi. Panjangnya proses membuat mental mahasiswa yang tergabung dalam pencinta alam menjadi tertempa. Selain itu panjangnya proses yang perlu dilalui untuk mendapatkan legalitas sebagai anggota mapala sarat akan intimidasi dan stigma yang diberikan oleh lingkungan sekitar. Seperti anggapan sebatas kelompok anak muda yang hanya hobi naik gunung dan bersikap tidak sopan ataupun sebagai mahasiswa yang lulusnya paling lama (Anuraga, 2018).

Kolaborasi hal ini yang mengharuskan daya juang, konsistensi serta komitmen dari tiap individu untuk terus melalui proses yang diperlukan. Jones, Hanton dan Connaughton (Galli & Vealey, 2008) menunjukkan bahwa para atlet olahraga ekstrem memiliki kecenderungan berperilaku secara intens untuk percaya diri dan fokus, berlatih dan mendorong diri mereka sendiri untuk bersaing secara efektif dengan berpegangan pada tujuan jangka panjang dan keyakinan dapat mengendalikan lingkungan dalam mengatasi tekanan.

Himapala Unesa sebagai organisasi resmi dan terstruktur bagi mahasiswa pencinta alam di Universitas Negeri Surabaya masuk ke dalam bidang pengembangan minat & bakat (*Buku Pedoman Kemahasiswaan*, 2020). Unit kegiatan ini mewadahi pergerakan bagi mahasiswa yang memiliki minat dan ketertarikan khusus dalam bidang olahraga luar ruang, konservasi, dan sosial pengabdian masyarakat (Khoir, 2020). Himapala Unesa menjalankan program kerja dengan mencakup 5 konsentrasi peminatan yang ada yakni, gunung hutan, panjat tebing, susur gua, olahraga arus deras (ORAD) dan selam (“Laporan Musyawarah Anggota Himapala Unesa,” 2020).

Setiap tahunnya, Himapala Unesa melakukan regenerasi melalui rekrutmen mahasiswa baru dalam program LKKH (Latihan Kepemimpinan dan Keterampilan Himapala). Program ini menjadi program awal bergabungnya mahasiswa sekaligus tahap pengenalan ilmu dasar kepencahayaan. Keikutsertaan dalam program ini juga menjadi prasyarat keanggotaan Himapala Unesa (Khoir, 2020). Setelah melalui pemberian materi dasar serta lintas alam LKKH, para mahasiswa baru akan mendapatkan status sebagai calon anggota (CA) untuk kemudian menempuh pendidikan sebagai tahap orientasi dan pendidikan sebelum pelantikan anggota penuh. Hal ini sesuai dengan ART yang dimiliki bahwa untuk menjadi anggota Himapala perlu menyelesaikan syarat administratif dan melalui tahap orientasi (“Anggaran Dasar - Anggaran Rumah Tangga Himapala Unesa,” 2015)

Proses pendidikan di Himapala Unesa terbagi menjadi beberapa model yakni sekolah divisi, *try out* 5 divisi,

serta ekspedisi kecil. Perbedaan ketiga model pendidikan terletak pada target serta jangka waktu pelaksanaan program. Keputusan model yang akan digunakan ditetapkan pada forum tertinggi yakni musyawarah anggota di akhir periode sebelumnya. Keseluruhan program kerja tersebut dilakukan melalui pembekalan materi, pelatihan ruang hingga aplikasi lapangan dengan didampingi oleh instruktur dan anggota yang berkapasitas di bidangnya (*Diklat Sekolah Divisi Himapala Unesa*, n.d.)

Namun, meskipun Himapala Unesa menampung banyak mahasiswa dari seluruh jurusan pada program regenerasi tahunannya, tidak banyak yang dapat melanjutkan proses pendidikan dan memenuhi persyaratan untuk dapat diangkat menjadi anggota (Khoir, 2020). Dalam pelaksanaan program pendidikan dibutuhkan latihan fisik rutin untuk meningkatkan kemampuan, serta mempersiapkan sumber daya manusia yang tangguh dan memadai, guna mengelola dan menjalankan kegiatan dengan semaksimal mungkin. Kerasnya proses kerap menjadi alasan berhentinya calon anggota dalam melanjutkan pendidikan.

Ditambah lagi, menghadapi kondisi pandemi, setiap unit kegiatan mahasiswa tentu memiliki kesulitan yang berbeda beda dalam melaksanakan program kerjanya. Kesulitan yang dihadapi bisa berupa kesulitan administratif, tekanan program kerja, hingga permasalahan internal organisasi (Nurpriani, 2011). Begitu juga dengan Himapala Unesa, sebagai unit kegiatan yang menekankan pada kegiatan fisik maka seluruh anggota dan jajaran pimpinannya perlu memiliki tingkat adaptasi dan ketahanan yang tinggi dalam menghadapi kondisi yang membatasi banyak kegiatan fisik serta tatap muka secara langsung agar roda organisasi tetap berjalan termasuk dengan terbatasnya upaya pelaksanaan program pendidikan.

Dapat dilihat dari data yang tersedia bahwa jumlah anggota yang mampu memenuhi syarat pelantikan sebagai anggota menurun dari tahun ke tahun. Studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara kepada enam anggota menunjukkan bahwa kendala yang ditemui dalam melakukan pendidikan di masa pandemi meliputi panjang dan banyaknya tuntutan yang harus dipenuhi sebelum dapat dilantik menjadi anggota, keterbatasan ruang gerak, tidak bisa berada di Surabaya terlalu lama, izin berkegiatan dari kampus, kebijakan pemerintah, dukungan lingkungan sosial termasuk restu orang tua, hambatan perekonomian hingga permasalahan internal seperti menurunnya semangat rekan yang lain dan sumber daya yang berkapasitas dalam menjalankan program.

Kesulitan ini yang mendorong perlunya individu untuk memiliki kemampuan memegang kendali dan merespon kesulitan secara positif (Wahyuni & Masykur, 2013). Penelitian yang berjudul "*Use of Psychological Skills by Risk Sport Athletes*" memaparkan keperluan keterampilan psikologis yang harus dimiliki pegiat olahraga ekstrem meliputi kemampuan mengatasi kesulitan (*adversity*), konsentrasi, kepercayaan diri dan motivasi, kemampuan penetapan tujuan dan persiapan mental, kesanggupan di bawah tekanan sebagai bentuk persiapan dalam menjalankan aktivitas olahraga mereka secara efektif berkaitan dengan lingkungan olahraga berisiko yang tidak terduga (Young & Knight, 2014)

Kemampuan ini atau yang biasa disebut sebagai *Adversity Quotient* hadir sebagai taraf kemampuan untuk menghadapi hambatan, dan mengatasi kesulitan yang perlu dimiliki oleh individu (Stoltz, 2000). *Adversity Quotient* digunakan untuk menggambarkan kemampuan seseorang untuk bertahan dan mengatasi kesulitan (Kandani, 2010). AQ (*Adversity Quotient*) juga didefinisikan sebagai kemampuan seseorang dalam memahami, menghadapi dan mengatasi segala permasalahan dan kesulitan dalam hidupnya untuk meraih kesuksesan dengan segala potensi yang dimiliki (Wahyuni & Masykur, 2013). Selanjutnya, AQ dianggap penting sebagai kecerdasan individu untuk mengatasi kesulitan dalam upaya bertahan hidup (Pranandari & Puspitawati, 2010)

Stoltz (2000) menunjukkan bahwa organisasi yang memiliki anggota dengan skor kolektif AQ yang lebih tinggi akan menunjukkan kinerja yang lebih besar, tingkat kreativitas yang beragam, serta daya tahan dan dapat diandalkan dalam berbagai sektor vital daripada organisasi dengan skor kolektif AQ yang rendah (Stoltz, 2000). Selain itu, AQ juga berfungsi sebagai sikap serta kemampuan individu untuk merespon kesulitan yang ada dan memanfaatkannya untuk menggapai tujuan di masa depan (Stoltz, 2000). Peran AQ dianggap sama pentingnya seperti IQ dan EQ dalam hal mendorong motivasi dan penggerak individu dalam mencapai tujuan (Hema & Gupta, 2015)

AQ digunakan untuk menangani hal yang dianggap tidak menyenangkan atau merugikan, itulah mengapa tingkat

Tabel 1. Perbandingan Pendidikan Himapala

Tahun	Model pendidikan	Jumlah Lulus Diksar	Jumlah Anggota yang dilantik	Lama Proses
2017	Ekspedisi Kecil	24 Calon Anggota	7 Anggota	11 bulan
2018	Try Out 5 Divisi	25 Calon Anggota	19 Anggota	5 bulan
2019	Sekolah Divisi Caving	13 Calon Anggota	4 Anggota	7 bulan
2020	Mini Pengembangan*	17 Calon Anggota	15 Anggota	12 bulan
2021	Sekolah Divisi	147 Calon Anggota	9 Anggota	10 bulan
2022	Sekolah Divisi	33 Calon Anggota	Belum terlaksana	Belum selesai

*Pendidikan 2020 bukan syarat pelantikan anggota

AQ menjadi individual dan berbeda satu sama lain (Hema & Gupta, 2015). Adaptasi dan tingkat AQ yang individual ini dipengaruhi oleh banyak hal yang berbeda antar individu (Aprilia, 2018). Persepsi terhadap kesulitan akan selalu berbeda satu sama lain (Harriman, 2016). Satu hal yang dianggap biasa saja bagi satu individu, dapat dianggap sebagai sebuah kesulitan bagi individu lain. Kesulitan dianggap sebagai konsekuensi dari kegagalan individu untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan perubahan (Tugade & Fredrickson, 2004). Penilaian individu terhadap suatu peristiwa yang dianggap tidak menguntungkan bergantung pada: (1) Seberapa besar dampak kesulitan tersebut; (2) Potensi keparahan akibat kesulitan; dan (3) Seberapa penting hal tersebut bagi seseorang (Stoltz & Weihenmayer, 2010).

Stoltz mengukur tingkat *Adversity Quotient* seseorang dari empat dimensi yang disingkat CORE (*Control, Ownership, Reach, dan Endurance*). Keempat dimensi tersebut diuraikan sebagai berikut: (1) Dimensi Kontrol (*control*) menggambarkan tekad tiap individu untuk mengendalikan situasi yang dianggap merugikan. Hal ini adalah aspek terpenting dalam *Adversity Quotient* (Phoolka & Kaur, 2012). Dimensi kontrol menunjukkan kadar persepsi kemampuan individu dalam mengendalikan kesulitan yang dihadapi. Selain itu bagaimana persepsi individu terhadap kendali atau perannya akan suatu peristiwa yang berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hidup juga digambarkan dengan baik oleh dimensi ini. Semakin besar keyakinan atas kendali permasalahan, maka semakin besar pula kemungkinan seseorang untuk dapat bertahan menghadapi kesulitan. (2) Dimensi asal usul dan kepemilikan (*origin-ownership*) yang menjawab pertanyaan “apakah kesulitan ini berasal dari internal (diri sendiri) atau dari hal di luar jangkauan?”. Dimensi ini mengungkapkan sejauh mana seseorang memandang penyebab dari kesulitan yang dirasakan, Hal ini menjadi penting karena menggambarkan bagaimana seseorang akan mengakui konsekuensi dari kesulitan dan bersedia bertanggung jawab atas kegagalan terlepas dari siapa atau apa penyebabnya (Cornista & Macasaet, 2012). (3) Dimensi jangkauan (*reach*) mengacu pada sejauh mana seseorang mempersepsikan suatu kesulitan dapat mempengaruhi aspek lain di luar situasi (Cornista & Macasaet, 2012). Orang dengan tingkat AQ tinggi akan membatasi pengaruh dari kesulitan sehingga memunculkan persepsi kesulitan sebagai sesuatu yang spesifik dan terbatas dan tidak mempengaruhi bidang lain dalam kehidupan (Enriquez & Estacio, 2009). (4) Dimensi daya tahan (*endurance*) menampilkan kadar persepsi seseorang tentang berapa lama efek buruk dari kesulitan akan bertahan. Seseorang dengan tingkat AQ tinggi akan menganggap kesulitan sebagai sesuatu hal yang bersifat sementara sehingga memiliki keyakinan bahwa kesulitan pasti akan berlalu (Stoltz & Weihenmayer, 2010)

Stoltz (2000) kemudian menggolongkan 3 tipe individu (Stoltz, 2000). Penggolongan ini berdasarkan bagaimana cara individu tersebut merespons kesulitan dan tingkat *Adversity Quotient* yang dimiliki. Tingkat AQ ini

digolongkan ke dalam 3 spesifikasi yakni, tipe *quitters, campers dan climbers*. (1) Tipe *Quitters* dikategorikan sebagai individu dengan kecenderungan untuk berhenti dan melemparkan masalah/tanggung jawab permasalahan karena merasa dirinya tidak mampu menghadapinya. Saat diberikan tantangan, individu dengan tipe *quitters* akan langsung menolak kesempatan yang ada. *Quitters* (orang yang berhenti) lebih memilih untuk berhenti dan lari dari masalah daripada mencoba memecahkan masalah atau mengendalikan kesulitan. (2) Tipe *Campers* yakni individu yang pada mulanya memiliki keinginan untuk menerima tantangan yang ada dan mencoba untuk mengatasi permasalahan yang perlu dihadapi, namun saat menemukan kegagalan yang lebih besar tipe ini akan berhenti dan mencari titik nyaman untuk beristirahat. Saat melakukan uji coba tantangan yang diberikan, individu *campers* mudah merasa cukup dengan bekal pengetahuan yang dimiliki dan menemukan zona nyamannya, ia akan sulit sekali dikembangkan karena berhenti dan tidak melanjutkan eksplorasi yang lebih optimal. *Campers* akan mencoba mengatasi kesulitan dan menghadapi tantangan, tetapi berhenti pada titik yang aman dan menolak perubahan. (3) Tipe *Climbers* yang memiliki sikap selalu siap sedia apabila menerima tantangan dan menyelesaikannya. Tipe ini akan selalu berusaha memecahkan masalah yang dihadapi dan berusaha mengembangkan diri serta lebih mudah menghadapi permasalahan karena memiliki optimisme tinggi dan orientasi ke depan. *Climbers* pantang menyerah dalam menghadapi kesulitan, selalu berusaha melihat harapan di balik permasalahan. Tipe ini akan berjuang seumur hidup, tidak peduli berapa banyak masalah yang datang, akan selalu memikirkan alternatif dan menganggap kesulitan atau peluang yang ada menjadi lebih maju (Cornista & Macasaet, 2012; Nurpriani, 2011; Stoltz, 2000)

Stoltz (2000), membagi pengkategorian skor *Adversity Quotient* menjadi lima kategori, yakni 1) Kategori rendah dengan skor <59, 2) Kategori menengah ke bawah dengan skor 60-94, 3) Kategori menengah dengan skor 95-134, 4) Kategori menengah ke atas dengan skor 135-165 dan 5) Kategori tinggi dengan skor 166-200 (Siwi Agustina & Tri Komalasari, 2014; Stoltz, 2000).

Stoltz (2010) menunjukkan bahwa individu yang memiliki AQ tinggi mampu menunjukkan perilaku yang lebih cemerlang dan kecenderungan untuk memotivasi diri sendiri, memiliki semangat tinggi, memiliki kendali yang lebih besar terhadap hidupnya, keterbukaan dalam mengakui suatu akibat dari perbuatan, tidak mudah melempar tanggung jawab dan menyalahkan orang lain, mampu menempatkan peran serta belajar dari kesalahan. Sementara individu dengan skor AQ yang rendah akan mudah menunjukkan sikap menyerah dan kewalahan, serta sulit konsentrasi (Stoltz & Weihenmayer, 2010).

AQ adalah hal individual yang dipengaruhi oleh sifat kepribadian yang berbeda. Ada beberapa faktor yang dapat melatarbelakangi perbedaan taraf AQ seseorang sehingga muncul berbagai perbedaan dari setiap individu seperti faktor internal yang dikategorikan meliputi genetika, keyakinan,

bakat, kemauan, karakter, kinerja, kesehatan dan faktor eksternal yang mencakup pendidikan lingkungan (Marselia & Karolina, 2019). Salah satu perbedaan antar individu adalah perbedaan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Damayanti (2013) menyebutkan perbedaan ini dipengaruhi oleh struktur anatomi, kognitif, konatif dan afektif yang dapat membentuk ciri khas dalam berperilaku (Marselia & Karolina, 2019).

Fisher (2011) yang menyatakan bahwa perbedaan antara dua jenis kelamin dikaitkan dengan aktivitas hormon individu. Seperti misalnya laki-laki yang dianggap memiliki kecenderungan pengendalian diri, meneliti pilihan dengan cermat tanpa emosi, senang bersaing, sistematis dan analitis, logis dan lugas (Fisher, 2011). Sementara wanita kebanyakan bernegosiasi, memiliki cara berpikir dengan menganalisis berbagai faktor, memanfaatkan kepekaan indera yang tinggi, sikap inisiatif, dan dorongan untuk memberikan respon yang tepat terhadap kebutuhan orang lain, memberi, dan selalu membantu orang lain (Meyers-Levy & Loken, 2015). Secara fisiologis, perbedaan antara jenis kelamin ini juga dapat dilihat dari hormon seks yang bertanggung jawab atas kapan stres diinduksi, dan berbagai perubahan internal yang terjadi dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk mengatasi permasalahannya. Hipotalamus-hipofisis-adrenal (HPA) atau sistem saraf simpatik (SNS) adalah bagian yang bertanggung jawab atas perubahan dan memediasi respon terhadap stres (Balhara et al., 2012). Selanjutnya, dipaparkan bahwa HPA dan SNS wanita berkurang sebagai akibat dari hormon yang dapat mengakibatkan wanita lebih rentan terhadap stres karena karena respons stres fisiologis mereka yang tertunda.

Beberapa penelitian terkait AQ telah dilakukan yang menunjukkan adanya perbedaan tingkatan AQ yang ditinjau dari jenis kelamin. Seperti penelitian yang berjudul "*Adversity Quotient of late adolescence: A lesson to build survival skill from early life*" yang menunjukkan bahwa peran gender maskulin secara aktif mengendalikan respon individu terhadap kesulitan (Aprilia, 2018). Dengan kemampuan analitis yang lebih kuat, individu dengan peran maskulin dapat memperjelas tanggung jawab (Aprilia, 2018). Selanjutnya, penelitian mengenai perbedaan gender dalam menangani stress dan gaya *coping* yang dipilih menyatakan perempuan memiliki kecenderungan dua kali lipat daripada laki-laki untuk mengalami depresi (Matud, 2004). Perilaku ini dapat menghadirkan perbedaan tingkat AQ dengan keterkaitan erat dengan dimensi inti dari *Adversity Quotient* yakni bagian dari kontrol dan kepemilikan dari kebiasaan merenungkan dan menganalisis secara mendalam permasalahan, dan persepsi terkait peristiwa kehidupan.

Selain itu penelitian terkait bidang akademik juga menunjukkan bahwa anak perempuan belajar mengasosiasikan kegagalan mereka dengan sifat-sifat permanen seperti merasa bodoh, tidak mampu; sedangkan anak laki-laki belajar menghubungkan kegagalan mereka dengan sumber daya yang lebih sementara, seperti kurangnya motivasi, kurang perhatian (Harriman, 2016). Selain itu ada pula perbedaan keterampilan analitis, dorongan kompetitif, motivasi, sosialitas, dan kemampuan belajar. Wanita

cenderung lebih rajin, disiplin, dan sabar dalam bekerja (Marselia & Karolina, 2019). Penelitian pada mahasiswa yang memiliki proyek berhadapan langsung dengan masyarakat juga dilakukan oleh Rahmalina (2020), yang menemukan bahwa laki-laki memiliki kecenderungan untuk memiliki AQ pada tingkat yang lebih tinggi karena dorongan untuk memastikan diri dalam kehidupan mendatang dan kesempatan yang lebih terbuka untuk bersosialisasi sebagai sumber kekuatan lain (Rahmalina et al., 2020).

Peran gender non-diferensiasi juga ditemukan berpengaruh signifikan terhadap *Adversity Quotient* dalam penelitian oleh Shen (2014) yang menunjukkan bahwa subjek androgini memiliki tingkat AQ lebih tinggi. Dikaitkan dengan dimensi CORE sebagai penilai *Adversity Quotient*, peran gender maskulin secara aktif mengendalikan kesulitan sementara gender feminin menurunkan cakupan efek dan durasi kesulitan dengan mengekspresikan perasaan mereka (Shen, 2014). Hal inilah yang dapat mengubah stress menjadi motivasi sehingga memiliki *Adversity Quotient* yang tinggi. Sejalan dengan apa yang disampaikan Price (2019) bahwa perbedaan AQ yang ditemukan antara laki-laki dan perempuan dipengaruhi oleh karakteristik yang berbeda karena faktor fisiologis dan psikologis seperti minat, bakat, dan motivasi (Price et al., 2019).

Sementara ditemukan pula penelitian yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan seperti milik Bintari (2000) yang menunjukkan tidak adanya perbedaan skor AQ yang signifikan berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi (Bintari, 2000), namun penelitian ini memiliki catatan kelemahan pemilihan subjek penelitian yang tidak representatif dengan hanya mengandalkan pada satu angkatan. Hanum (2018) mampu membuktikan lebih dengan menunjukkan bahwa AQ mahasiswa secara statistik tidak berbeda dalam hal jenis kelamin, meskipun perempuan memiliki nilai rata-rata yang lebih tinggi dalam dimensi kepemilikan (*ownership*) dengan subjek yang berasal dari program reguler dan ekstensi tanpa memandang tahun angkatan (Hanum, 2018). Kelemahan penelitian ini terletak pada lemahnya variabel kontrol terhadap perlakuan maupun program yang diikuti oleh mahasiswa. Penelitian lain menunjukkan tidak adanya perbedaan skor pada hasil penelitian AQ mahasiswa pria dan wanita yang mengikuti program mata kuliah pendampingan secara langsung ke masyarakat. Penelitian ini menunjukkan banyaknya faktor eksternal yang dapat mempengaruhi taraf *Adversity Quotient* mahasiswa selain di luar program yang dicanangkan seperti mahasiswa pria yang memiliki peran lebih banyak dalam pelaksanaan program. (Siwi Agustina & Tri Komalasari, 2014).

Dari temuan penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya, tidak selalu ditemukan perbedaan yang signifikan yang dipengaruhi oleh berbagai hal diantaranya keseragaman proses yang dilalui dalam penempuhan program, minat serta tahun angkatan mahasiswa yang menjadi subjek.

Penelitian di atas mengaitkan erat antara *Adversity Quotient* dengan kesuksesan akademik mahasiswa, sementara referensi peran *Adversity Quotient* dalam bidang non akademik masih sangat sedikit. Penelitian ini diajukan mempertimbangkan kasus kesadaran peran gender dalam kelompok mahasiswa pencinta alam.

Pada penelitian ini tidak menutup kemungkinan dapat menimbulkan hasil berbeda yang menjadi pembaharuan pada topik penelitian dengan meminimalisir perbedaan faktor eksternal. Berdasarkan uraian di atas peneliti membahas mengenai perbedaan *Adversity Quotient* atau kemampuan untuk mengatasi hambatan yang ditemui anggota pencinta alam dalam menyelesaikan program pendidikan di masa pandemi, dengan meninjau dari jenis kelamin individu.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif untuk melihat fenomena yang ada. Hasil data yang dikumpulkan akan dianalisis dalam wujud angka dan hanya dapat digunakan untuk keperluan pendeskripsian penelitian serupa. Penelitian kuantitatif dapat didefinisikan sebagai metode penelitian dengan cara mengumpulkan data penelitian untuk kemudian dianalisis secara statistik dalam bentuk angka (Jannah, 2018)

Ruang lingkup penelitian ini yaitu anggota unit kegiatan pencinta alam Himapala Unesa yang memiliki total 87 anggota. Selanjutnya populasi akan dipilih dengan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah metode penelitian dengan pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan peneliti yang ditujukan untuk menyasar permasalahan yang khas (Sudjana, 2005). Pertimbangan tersebut diterapkan dalam karakteristik yang dikenakan.

Karakteristik subjek yang dalam penelitian yaitu 1) Terdaftar sebagai bagian dari Himapala Unesa 2) Telah menyelesaikan program pendidikan dasar Himapala Unesa (LKKH) 3) Telah/Sedang menyelesaikan proses pendidikan lanjutan di masa pandemi 4) Bersedia menjadi subjek penelitian. Karakteristik penyelesaian proses pendidikan lanjutan di masa pandemi dikenakan sebagai variabel kontrol penelitian. Sesuai dengan karakteristik di atas dipilihlah anggota dan calon anggota angkatan 2020-2021 dengan jumlah total 47 subjek.

Data penelitian diperoleh dari kuisioner 20 item yang diadaptasi dari *Adversity Quotient Profile* (AQP) rancangan Paul G Stoltz. Instrumen ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0.91 dari hasil nilai *cronbach alpha*. Modifikasi dilakukan terhadap alat ukur dengan mengondisikan *item-item* agar lebih sesuai dengan situasi yang berada di sekitar mahasiswa pencinta alam tanpa mengubah konteks. Instrumen AQP yang digunakan mencakup empat dimensi *Adversity Quotient*, yaitu *control, origin & ownership, reach, dan endurance*. *Skoring* dilakukan dengan skala likert, rentang nilai yang dipilih diberi skor 1-5 untuk menghindari bias dan kecenderungan pemilihan jawaban netral. Kemudian, perhitungan lebih lanjut disesuaikan dengan panduan

Psychometric Properties and Analysis of the AQ PROFILE - Online Version 8.1 (Grandy, 2009).

Analisis data dilakukan dengan aplikasi JASP 0.14.1.0 for windows. Teknik analisis data yang digunakan untuk mengukur perbedaan adalah *independent sample t-test* dengan nilai signifikansi kurang dari 0,05. Uji satu pihak ini dilakukan apabila data kedua kelompok telah berdistribusi normal dan homogen. Uji asumsi distribusi data tersebut terdiri dari uji normalitas uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Shapiro Wilk Test* karena jumlah data yang kecil yakni kurang dari 50. Uji ini menetapkan data dengan nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka data tersebut dapat dikatakan berdistribusi normal. Namun apabila nilai signifikan yang didapat kurang dari 0,05 maka data tersebut dianggap tidak berdistribusi normal (Widhiarso, 2011).

Selanjutnya uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan *Levene's test* yang ditujukan untuk mengetahui bahwa varians di dua kelompok tidak berbeda secara signifikan (Sampson, 2019). Kehomogenan varian dapat dilihat dari nilai signifikansi *p value* lebih besar dari 0,05. Nilai *p value* diukur dari hasil perhitungan masing-masing distribusi dibandingkan dengan distribusi dasar (Guttman et al., 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis *Adversity Quotient* pada anggota pencinta alam dalam menyelesaikan program pendidikan di masa pandemi, dengan meninjau perbedaannya dari jenis kelamin individu. Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode pendekatan kuantitatif melalui perhitungan data menggunakan statistik. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 47 anggota Himapala Unesa, peneliti mendapatkan data yang kemudian diolah dengan menggunakan aplikasi JASP 0.14.1.0 for windows. Pengolahan tersebut menghasilkan data statistik deskriptif sebagai berikut:

Tabel 2. Statistik Deskriptive

	Adversity Quotient	
	Laki-laki	Perempuan
Valid	21	26
Mean	142.286	144.769
Std. Deviation	12.669	12.014
Minimum	124.000	126.000
Maksimum	172.000	174.000

Berdasarkan tabel di atas diperoleh subjek berjenis kelamin laki-laki sebanyak 20 subjek, dan subjek kelamin perempuan sebanyak 26 subjek. Diperoleh nilai minimum variabel *Adversity Quotient* bagi subjek laki-laki yaitu 124 dengan nilai maksimum 172 dengan nilai rata-rata atau *mean* yang diperoleh yaitu sebesar 142,29 sehingga dapat diartikan bahwasannya subjek memiliki skor kecerdasan adverstas

cukup tinggi. Sedangkan nilai minimum bagi subjek perempuan sebesar 126 dengan nilai maksimum sebesar 174, kelompok subjek ini memiliki nilai rata-rata atau *mean* sebesar 144,77 sehingga dapat diartikan subjek memiliki skor kecerdasan *adveristas* cukup tinggi. Nilai standar deviasi yang diperoleh dari kedua kelompok subjek berturut turut, laki-laki dan perempuan adalah 12,669 dan 12,014. Nilai standar deviasi yang sekian terbilang lebih kecil daripada nilai *mean*, yang artinya memperlihatkan bahwa penelitian memiliki data rata-rata yang bervariasi.

Tabel 3. Perbandingan Statistik Berdasar Jenis Kelamin

Scale	Laki-Laki		Perempuan	
	Mean	Std. Deviation	Mean	Std. Deviation
Control	17.429	2.087	17.462	1.749
Origin & Ownership	20.762	2.755	20.615	2.531
Reach	17.381	3.584	18.731	2.459
Endurance	15.524	3.655	15.577	2.887
Adversity Quotient	142.286	12.669	144.769	12.014

Berdasarkan table di atas diperoleh nilai yang berbeda dari tiap dimensi *Adversity Quotient* yang dimiliki kelompok subjek laki laki dan perempuan. Pada dimensi *Control*, kelompok subjek laki-laki memiliki rerata nilai lebih rendah dari perempuan sebesar 17,429 sementara kelompok subjek perempuan mendapatkan rerata 17,462. Pada dimensi *Origin & Ownership* kelompok subjek laki-laki memiliki rerata nilai lebih tinggi dari perempuan sebesar 20,762 sementara kelompok subjek perempuan mendapatkan rerata 20,615. Pada dimensi *Reach* kelompok subjek laki-laki memiliki rerata nilai lebih rendah dari perempuan sebesar 17,381 sementara kelompok subjek perempuan mendapatkan rerata 18,731. Pada dimensi *Endurance* kelompok subjek laki-laki memiliki rerata nilai lebih rendah dari perempuan sebesar 15,524 sementara kelompok subjek perempuan mendapatkan rerata 15,577. Perbedaan dari tiap dimensi inilah yang membawa perbedaan pada skor akhir *Adversity Quotient* antara kelompok laki-laki dan perempuan.

Uji Normalitas

Uji normalitas atau penyelidikan normalitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak (Sudjana, 2005). Uji normalitas yang dilakukan dalam penelitian menggunakan teknik analisis *Shapiro Wilk Test* dengan syarat terpenuhinya asumsi data berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05. Hasil uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik analisis *Shapiro Wilk Test* pada JASP 0.14.1.0 nilai signifikansi data variabel bagi kelompok subjek laki laki adalah 0,521 sementara bagi subjek perempuan sebesar 0,306. Dari hasil di atas dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal ($p > 0,05$), sehingga data dapat dilanjutkan dengan analisis parametrik.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan salah satu tahapan dari analisis data yang bertujuan untuk mengetahui kesamaan varian populasi. Uji homogenitas dilakukan untuk menunjukkan bahwa perbedaan benar terjadi dalam uji statistik parametrik bukan karena adanya perbedaan dalam kelompok melainkan sebagai akibat dari perbedaan antar kelompok (Usmadi, 2020). Dalam penelitian ini uji homogenitas yang dilakukan dengan bantuan aplikasi JASP 0.14.1.0 *for windows* adalah *Levene's Test* dengan syarat yang harus terpenuhi dalam melakukan uji homogenitas yaitu apabila nilai probabilitas lebih besar dari 0,05 ($p \text{ value} > 0,05$). (Guttman et al., 2019). Berdasarkan dari hasil uji homogenitas yang dilakukan menunjukkan hasil nilai probabilitas variabel *Adversity Quotient* sebesar 0,895. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa data penelitian bersifat homogen dengan ($p > 0,05$).

Uji Hipotesis

Uji hipotesis penelitian ini menggunakan uji beda atau penyelidikan yang ditujukan untuk mengetahui perbedaan antar dua kelompok dengan menekankan pada *mean* kelompok. Dalam penelitian digunakan *Independent Sample T-Test*. Uji ini adalah uji parametrik membandingkan reratae antara dua kelompok yang tidak berpasangan Syarat dilakukannya *independent sample t-test* adalah data numerik dengan skala interval atau rasio serta harus berasal dari kelompok yang berbeda. Selain itu data harus berdistribusi normal dan dengan varian antara kedua kelompok sama (homogen) (Sampson, 2019).

Ho penelitian adalah rerata sampel sama dengan kondisi awal sampel (Sampson, 2019). Hipotesis yang akan dibuktikan dalam penelitian ini adalah H1 yaitu "Terdapat perbedaan *Adversity Quotient* yang dimiliki anggota laki-laki dan perempuan himpunan mahasiswa pencinta alam Himapala Unesa". Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu menggunakan fitur *independent sample t-test* pada aplikasi JASP 0.14.1.0 *for windows*.

Kaidah keputusan dalam uji beda ini yaitu apabila nilai probabilitas ($\text{Sig} > 0,05$) maka Ho diterima, sementara apabila kedua variabel memiliki nilai probabilitas ($\text{Sig} < 0,05$) maka H1 diterima. Hal ini dapat diartikan apabila nilai probabilitas (Sig) lebih besar dari 0,05 maka tidak ada perbedaan antara kedua kelompok. Begitu pula dengan sebaliknya, apabila nilai probabilitas (Sig) kurang dari 0,05 maka dapat diartikan ada perbedaan antara kedua kelompok. Hasil dari uji hipotesis memperlihatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Beda (Independent Sample T-Test)

	t	df	p	Cohen's d
Adversity Quotient	-0.688	45	0.495	-0.202

Note. Student's t-test.

Pada tabel *independent sample test*, dapat dilihat probabilitas (Sig) adalah 0,495 $> 0,05$ maka Ho diterima, artinya tidak ada perbedaan antara kecerdasan *adversitas* yang

dimiliki anggota laki-laki dan perempuan dalam himpunan pencinta alam Himapala Unesa.

Hasil tersebut dapat memperlihatkan hipotesis H1 diterima dan H0 ditolak yang dapat diartikan “tidak ada perbedaan antara kecerdasan adversitas yang dimiliki anggota laki-laki dan perempuan dalam himpunan pencinta alam Universitas Negeri Surabaya (Himapala Unesa)”. Nilai besaran efek perbedaan dapat dilihat dari Cohen’s *d* sebesar 0,202 dengan korelasi negative

Berikut ialah ketentuan dari interpretasi nilai Cohen’s menurut Becker (2000) : 1) Tidak terkategoriisasi apabila nilai berada pada rentang 0,0-0,1 dengan hasil presentase efek sebesar 50% - 54%, 2) Rendah apabila nilai berada pada rentang 0,2 – 0,4 dengan hasil presentase efek sebesar 58% - 66%, 3) Sedang apabila nilai berada pada rentang 0,5 – 0,7 dengan hasil presentase efek sebesar 69% - 76%, 4) Tinggi apabila nilai berada pada rentang 0,8 – 2,0 dengan hasil presentase efek sebesar 79% - 97,7% (Becker, 2000).

Bedasarkan dari tingkat hubungan tersebut, dapat diketahui bahwasannya nilai besaran efek yang diperoleh dari penelitian ini sebesar 0,202 yang berarti nilai perbedaan tersebut termasuk ke dalam kategori yang rendah. Hasil tersebut dapat diartikan bahwasannya terdapat perbedaan *Adversity Quotient* antara anggota laki-laki dan perempuan dengan kategori yang rendah.

Pembahasan

Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan *Adversity Quotient* antara anggota laki-laki dan perempuan pada anggota himpunan pencinta alam Himapala Unesa. Perbedaan ini ditunjukkan dengan nilai efek sebesar 0,202 atau berdasarkan pada kategori tingkat korelasi yang ditunjukkan Becker (2000) nilai tersebut berada pada kategori rendah dengan perkiraan korelasi sebesar 58%. Korelasi efek yang dihasilkan menunjukkan tanda negatif yang artinya subjek penelitian memiliki perbedaan yang bersifat negative, artinya semakin tinggi skor *Adversity Quotient* subjek perempuan maka kelompok subjek laki-laki akan memiliki *Adversity Quotient* yang semakin rendah.

Perbedaan ini dapat muncul meskipun proses yang dilalui oleh kelompok laki-laki dan perempuan adalah sama, namun perlakuan serupa tidak menjamin subjek memiliki persepsi dukungan dan kesejahteraan yang serupa (Amina & Handayani, 2020). Stoltz berkeyakinan bahwa kesulitan yang kerap dihadapi individu setiap hari, dapat menjadi sarana yang matang sebagai proses belajar yang dapat menghasilkan kecerdasan adversitas (Stoltz & Weihenmayer, 2010). Hal ini berkaitan dengan proses belajar yang bergerak dengan perubahan perilaku individu yang relatif permanen (Price et al., 2019). Pembelajaran ini terjadi dalam berbagai aspek, termasuk secara informal dalam berbagai lini kehidupan sosial dan bermasyarakat di sekitar individu (Rahmalina et al., 2020). Pembelajaran informal yang terjadi dalam kehidupan mahasiswa didapatkan melalui berbagai unit kegiatan, termasuk salah satunya adalah unit kegiatan mahasiswa

pencinta alam. Mahasiswa bergabung bersama kelompok tertentu dengan harapan akan dapat mengembangkan kemampuan diri, memiliki kesibukan dan relasi, juga untuk memenuhi persyaratan kewajiban akademik. Selain itu, didapatkan pula rasa “aman”, tidak sendirian, perasaan “berfungsi” serta pengakuan sosial (Siwi Agustina & Tri Komalasari, 2014). Hal - hal inilah yang mendorong mahasiswa baru bergabung dengan unit kegiatan, salah satunya Himapala Unesa.

Namun, proses bergabung dengan mapala terkenal sulit dan berisikan rangkaian proses yang harus ditempuh sehingga terasa berat. Mulai dari pendidikan dasar hingga pendidikan lanjutan tidak hanya menyita tenaga, namun juga pikiran, waktu dan materi (Nurpriani, 2011). Kendala seringkali ditemui dalam penyelesaian proses ini. Ditambah pula, kondisi pandemi yang membatasi kegiatan berbasis pertemuan fisik menjadi satu tantangan yang menekan sisi dukungan sosial individu. Butuh kemampuan khusus untuk mengubah hambatan yang ada agar menjadi pelecut dan dapat memotivasi individu untuk melalui permasalahan dan menyelesaikan tuntutan atau target yang diberikan. Peran *Adversity Quotient* hadir sebagai pelengkap kecerdasan individu dalam manajemen kehidupannya.

Pola pendidikan Himapala Unesa dimulai dari mahasiswa baru yang mendaftar untuk bergabung diarahkan untuk mengikuti pendidikan dasar (LKKH) yang bertujuan sebagai media pengenalan ilmu kepencaharian dasar. Setelah menyelesaikan tahap ini, mahasiswa baru akan menyandang gelar sebagai calon anggota dan memiliki kesempatan untuk melanjutkan pendidikan melalui berbagai metode yang telah disiapkan. Keseluruhan proses memakan waktu kurang lebih selama 9 bulan.

Dalam pelaksanaannya, para calon anggota akan mendapat pengawasan dan pendampingan oleh seksi dikbang (pendidikan dan pengembangan). Peran dikbang dalam hal ini adalah untuk memandu, memberi kekuatan serta alternatif solusi apabila terjadi kendala atau hambatan dalam pencapaian target pendidikan. Kesempatan pemilihan konsentrasi peminatan dalam pendidikan lanjutan seringkali tidak tersedia, karena program telah direncanakan pada tahun sebelumnya sehingga tugas calon anggota terbatas pada menyelesaikan pendidikan sebagai sarana pengembangan diri dan pemenuhan syarat pelantikan anggota tetap.

Analisis pengkategorian skor *Adversity Quotient* didasarkan pada kategorisasi yang telah diberikan oleh Stoltz. Apabila didasarkan pada hasil dimensi *Adversity Quotient* secara keseluruhan, maka anggota Himapala Unesa menunjukkan kondisi AQ yang cukup tinggi dengan kategori menengah ke atas (nilai rerata kelompok sebesar 144 & 142).

Sementara untuk tiap dimensi, Stoltz menjabarkan dengan lebih rinci untuk setiap masing-masing dimensi variable yakni 1) Kategori rendah untuk skor 10-18, 2) Kategori menengah ke bawah untuk skor 19-23, 3) Kategori menengah untuk skor 24-32, 4) Kategori menengah ke atas untuk skor 33-38, dan 5) Kategori tinggi untuk skor 30-50 (Siwi Agustina & Tri Komalasari, 2014; Stoltz, 2006)

Menurut kategori ini perbedaan antar kelompok laki-laki dan perempuan dapat dianalisis. Dimulai dari dimensi *control*, dimana data menunjukkan anggota laki-laki dan perempuan sama-sama masuk ke dalam kategori rendah dengan perolehan rerata sebesar 17. Meskipun ditemukan kelompok laki-laki memiliki skor *Adversity Quotient* yang lebih rendah dengan perolehan nilai sebesar 0,33 di bawah nilai rerata kelompok perempuan, namun perbedaan yang begitu kecil menjadi sangat lemah.

Skor lemah di dimensi ini berkorelasi dengan aturan yang telah mengikat dan tuntutan yang harus dipenuhi calon anggota dalam proses penempuhan pendidikan tanpa memiliki kesempatan untuk turut berkontribusi mengenai model pendidikan yang diterima. Skor ini juga menunjukkan bahwa calon anggota ataupun anggota yang menempuh pendidikan di masa pandemi tidak merasa memiliki kendali atas kesulitan yang menghalangi mereka. Artinya meskipun mereka telah berupaya melakukan yang terbaik sesuai kemampuan yang dimiliki, tetap saja bermuara pada hasil yang tidak optimal.

Hal ini berbeda dengan hasil penelitian Rahmalina (2020) yang menunjukkan skor tinggi dimensi *control*, termasuk optimalisasi dan semangat mahasiswa dalam berkegiatan dengan masyarakat di masa pandemi (Rahmalina et al., 2020). Perbedaan muncul dari pola pelaksanaan kegiatan, dimana pada penelitian Rahmalina program tersebut dilakukan tiap tahun secara lepas, sementara pada program pendidikan Himapala terdapat aturan, budaya serta standarisasi organisasi yang mengikat dan membatasi gerak sehingga tidak mudah beradaptasi dalam perubahan.

Selanjutnya, pada dimensi *Origin & Ownership* dimana kelompok subjek laki-laki memiliki rerata nilai lebih tinggi dari perempuan sebesar 20,762 sementara kelompok subjek perempuan mendapatkan rerata 20,615. Kedua skor ini masuk ke dalam kategori menengah ke bawah, yang artinya *Adversity Quotient* yang dimiliki adalah cukup. Perbedaan yang ditunjukkan juga relatif sama kecilnya yakni sebesar 0,147 sehingga perbedaan yang tampak tidak begitu signifikan.

Skor cukup di dimensi ini menunjukkan semangat belajar dan acuan target penyelesaian yang menjadi motivasi individu. Sesuai dengan penjelasan Stoltz dan Weihenmayer (2010) bahwa individu dengan skor *Adversity Quotient* yang cukup akan berusaha belajar dari permasalahan yang dihadapi diiringi dengan rasa tanggung jawab untuk memperbaiki keadaan apapun penyebabnya (Stoltz & Weihenmayer, 2010). Hal ini berkorelasi dengan peran sie dikbang yang berfungsi sebagai pembimbing dan pemberi alternatif solusi permasalahan, sama seperti peran dosen dan perwakilan manajer dalam penelitian Marselia dan Karolina (2019) yang diwadahi melalui sesi untuk mendapatkan arahan secara berkelompok dalam penyelesaian program.

Skor tinggi laki-laki sejalan dengan penelitian Fitriyawati (2020) yang membahas tentang keterkaitan dengan dominasi peran gender yang lebih kuat ketika menghadapi permasalahan. Dominasi ini muncul sejalan

dengan kegiatan mapala yang dianggap “maskulin” dan lebih umum diikuti oleh laki-laki dengan kecenderungan ingin memimpin dan melindungi. Dominasi ini memunculkan rasa tanggung jawab lebih untuk dapat membedakan apa dan siapa yang menyebabkan permasalahan sehingga lebih dapat menentukan sikap dan mengetahui posisi dirinya saat terjadi masalah atau kendala (Fitriyawati, 2020).

Penilaian dimensi *Reach* kelompok subjek laki-laki kembali memiliki rerata lebih rendah dari perempuan sebesar 1,35 namun kedua kelompok tergolong ke dalam kategori rendah. Artinya dalam kondisi pandemi tat kala menghadapi permasalahan dalam pendidikan, kedua kelompok tidak mampu menunjukkan batasan permasalahan sehingga permasalahan tidak tercampur aduk dengan aspek lainnya. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Argaheni (2020) yang menunjukkan bahwa performa mahasiswa di masa pandemi Covid-19 menjadi pasif, serta penumpukan dan tercampurnya informasi yang diterima membuat rancu dan meningkatkan stress mahasiswa (Argaheni, 2020).

Pada dimensi *Endurance* kelompok subjek laki-laki memiliki rerata nilai lebih rendah dari perempuan. Perbedaan yang tidak signifikan sebesar 0,053 ini menunjukkan bahwa pada tahap daya tahan yang dirasakan individu baik laki-laki maupun perempuan tidak ada perbedaan. Hal ini mengindikasikan kemampuan individu anggota Himapala yang menempuh proses pendidikan dalam mempersepsi kesulitan dan kekuatan dalam menghadapi kesulitan sehingga mampu menyelesaikan masalah.

Penelitian yang dilakukan pada anggota ataupun calon anggota yang mengikuti pendidikan lanjutan Himapala Unesa di masa pandemi ini menunjukkan persepsi kontribusi dan peletakan target pemenuhan syarat pelantikan sebagai motivasi utama, dan bukan bagian dari pengembangan diri dalam mempersiapkan keadaan yang lebih rumit kelak. Selain itu, peran penting sosok mentor yang mampu menawarkan alternatif solusi dapat meningkatkan dimensi pembentuk *Adversity Quotient*. Tingkat *Adversity Quotient* yang ada menunjukkan perbedaan yang tidak signifikan antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan pada anggota Himapala Unesa.

Adversity Quotient dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk di dalamnya kinerja, bakat dan kemauan, kecerdasan, kesehatan dan karakter, genetika, pendidikan dan keyakinan (Stoltz, 2000) serta faktor eksternal seperti pendidikan dan lingkungan (Marselia & Karolina, 2019). Ditinjau dari segi lingkungan, besaran nilai *Adversity Quotient* yang lebih tinggi sejalan dengan kesadaran dan kesetaraan gender yang mulai merebak. Kegiatan kepencaharian masih identik dengan maskulinitas (Amina & Handayani, 2020) namun peran perempuan dalam mapala sudah mampu menempati posisi yang tinggi dalam struktural organisasi seperti jajaran ketua, ketua pelaksana/koordinator serta sekretaris (Mahadewi, 2019). Selain itu, proporsi jumlah anggota yang didominasi oleh perempuan juga diperkirakan menjadi salah satu faktor pendukung akan hal ini, seperti apa yang ditemukan oleh Norrahman (2020) bahwa banyaknya

jumlah dan tingkat kohesivitas kelompok yang tinggi akan meningkatkan nilai *Adversity Quotient* individu (Norrahan, 2020).

PENUTUP

Kesimpulan

Unit kegiatan mahasiswa muncul sebagai salah satu wadah pengembangan kemampuan diri dan pembelajaran mahasiswa. Salah satu unit kegiatan yang ada adalah mahasiswa pencinta alam. Proses bergabung ke dalam mapala umumnya terdiri dari dua bagian yakni pendidikan dasar serta pendidikan lanjutan. Berbagai persyaratan lain juga dikenakan sebelum seorang mahasiswa dapat secara resmi dilantik menjadi anggota penuh mapala. Persyaratan ini terkenal sulit dan berat serta mengukur tenaga, waktu, mental hingga materi. Proses ini mengakibatkan jumlah anggota yang dilantik secara penuh tidak sebanding dengan jumlah anggota yang menyelesaikan pendidikan dasar.

Selain itu, stigma dan hambatan lain juga ditemui termasuk kondisi pandemi dengan berbagai peraturan yang ada. Untuk dapat mengatasi hal ini dan mencapai tujuan utama, diperlukan *Adversity Quotient* untuk dimiliki setiap anggota dalam menghadapi rintangan dan permasalahan. Tingkatan *Adversity Quotient* terdiri dari *climber*, *camper*, *quitter*. Beberapa penelitian menunjukkan nilai *Adversity Quotient* yang berbeda antara laki-laki dan perempuan. Namun ada pula penelitian lain yang menunjukkan hal sebaliknya. Perbedaan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal.

Penelitian dilakukan pada himpunan mahasiswa pencinta alam Himapala Unesa yang memiliki prasyarat pelantikan anggota penuh berupa penyelesaian pendidikan dasar LKKH dan pendidikan lanjutan, yang modelnya telah ditetapkan sebelumnya. Pelaksanaan pendidikan dilaksanakan sepenuhnya oleh calon anggota dengan didampingi dengan sie dikbang untuk mentoring serta pemberian alternatif solusi bila menghadapi permasalahan.

Penelitian dilakukan dengan dibatasi pada anggota Himapala yang telah/sedang menempuh pendidikan di masa pandemi dengan jumlah total subjek yang memenuhi kriteria sebanyak 47 orang. Menunjukkan perbedaan nilai *Adversity Quotient* yang tidak signifikan pada anggota Himapala Unesa bila ditinjau dari perbedaan jenis kelamin. Kelompok perempuan memiliki nilai *Adversity Quotient* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok laki-laki. Dari tiap dimensi, dimensi *origin-ownership* adalah satu satunya dimensi yang nilainya lebih tinggi pada subjek laki-laki. Sementara ketiga dimensi lain yakni *control*, *reach* dan *endurance* lebih tinggi nilainya pada subjek perempuan.

Dengan interpretasi skor *Adversity Quotient* yang rendah diasumsikan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Namun faktor yang diduga menjadi pendorong besarnya nilai *Adversity Quotient* kelompok perempuan adalah perbandingan jumlah anggota perempuan dan laki laki yang tidak seimbang, merebaknya paham kesetaraan gender dan kesempatan kesetaraan gender yang setara di kelompok

mapala saat ini. Sehingga meskipun masih identik dengan maskulinitas, kelompok perempuan mapala dapat dianggap setara bahkan lebih besar dari kelompok laki-laki.

Saran

Penelitian ini dapat menjadi referensi mengenai *Adversity Quotient* yang dimiliki anggota pencinta alam. Selain itu, penelitian juga menunjukkan *Adversity Quotient* yang lebih tinggi pada anggota perempuan dibanding anggota laki-laki. Penelitian ini juga dapat dijadikan bahan referensi untuk pertimbangan pelaksanaan pendidikan lanjutan bagi Himapala serta penentuan program pengembangan atau pengelolaan keanggotaan karena telah dibuktikan kelompok perempuan memiliki nilai *Adversity Quotient* yang lebih tinggi. Berdasarkan hasil penelitian, dapat dilakukan upaya preventif dan kuratif dalam mempertahankan dan meningkatkan tingkat *Adversity Quotient* anggota yang dapat diimplementasikan dalam aturan, program kerja rutin ataupun dalam referensi pelaksanaan kegiatan seperti pelaksanaan *focus grup discussion* yang mengangkat tema yang dekat dengan pengalaman kegiatan atau keorganisasian. FGD dapat meningkatkan *Adversity Quotient* anggota dalam rentang waktu yang pendek dengan meningkatkan keterbukaan serta rasa saling percaya antar anggota kelompok (Nanda Nurvita, 2019). Selain itu dapat dikuatkan melalui program yang mengandalkan kegiatan klasikal yang memberikan kesempatan diskusi atau tukar pikiran seperti acara latihan bersama, diskusi film atau diskusi kasus (Putro, 2009).

Upaya kuratif dapat dilakukan melalui pola bimbingan dan konseling bagi anggota baru dalam mempelajari organisasi, seperti *sharing session* sehingga ketika terjadi permasalahan atau menghadapi hambatan, para anggota dapat saling berbagi pengalaman yang sama dan memberikan solusi. Hal ini dapat meningkatkan kedekatan kelompok dan keyakinan bahwa hambatan tersebut dapat dilalui. Secara khusus dapat meningkatkan skor dimensi *endurance* dan *control* yang rendah.

Penelitian ini hanya berfokus pada jenis kelamin sebagai pembeda, sehingga tidak semua faktor yang mempengaruhi *Adversity Quotient* dapat dipertimbangkan dan dianalisis dengan mendetail. Penelitian selanjutnya dapat mengulik dengan perspektif yang lebih luas meliputi faktor internal dan eksternal, serta faktor demografis lain dan juga dengan pertimbangan masa keanggotaan agar dapat menunjukkan hasil yang lebih optimal. Penelitian selanjutnya dapat mendalami lebih lanjut terkait perbedaan tiap dimensi dan faktor yang mempengaruhinya, khususnya dimensi *control*, *reach* dan *endurance* yang dominan dimiliki perempuan serta dimensi *origin-ownership* yang dominan dimiliki laki-laki.

DAFTAR PUSTAKA

Aditia, M. Y. (2019). *Dinamika risk taking behavior pada anggota ukm mapala tursina universitas islam negeri maulana malik ibrahim malang*. <http://etheses.uin->

- malang.ac.id/15342/1/14410140.pdf
- Amina, M., & Handayani, S. (2020). *Pergulatan batin menjadi perempuan mapala : Studi kasus organisasi pencinta alam Kapalasastra UGM*.
<http://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/183861>
- Anggaran dasar - Anggaran rumah tangga Himapala Unesa. (2015). In *Himapala Unesa*.
- Anuraga, J. L. Y. (2018). Pencinta Alam Sebagai Bentuk Peran Pemuda Di Tengah Tantangan Kehidupan Kota. *Jurnal Studi Pemuda*, 5(2), 447.
<https://doi.org/10.22146/studipemudaugm.37946>
- Aprilia, E. D. (2018). Adversity quotient of late adolescence: A lesson to build survival skill from early life. *Proceedings of the International Conference on the Roles of Parents in Shaping Children's Characters (ICECED)*, 332–343.
<http://jurnal.unsyiah.ac.id/ICECED/article/view/13716>
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis review : Dampak perkuliahan daring saat pandemi covid-19 terhadap mahasiswa indonesia. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 99–108.
- Balhara, Y. S., Verma, R., & Gupta, C. (2012). Gender differences in stress response: Role of developmental and biological determinants. *Industrial Psychiatry Journal*, 20(1). <https://doi.org/10.4103/0972-6748.98407>
- Becker, L. A. (2000). *Effect Size (ES)*.
<http://web.uccs.edu/lbecker/Psy590/es.htm>
- Bintari. (2000). *Perbedaan adversity quotient berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa fakultas psikologi. Buku pedoman kemahasiswaan*. (2020). Universitas Negeri Surabaya.
https://statik.unesa.ac.id/profileunesa_konten_statik/uploads/fio/file/97702fe1-be34-4682-a0ed-2e3888ea7c31.pdf
- Cahyono, H. (2019). Peran mahasiswa di masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudhi*, 1(1), 32–43.
<https://stkipsetiabudhi.e-journal.id/DeBode>
- Cornista, G. A. L., & Macasaet, C. J. A. (2012). *Adversity quotient and achievement motivation of selected third year and fourth year psychology students of de la salle lipa A.Y. 2012-2013*.
https://www.peaklearning.com/wp-content/uploads/2019/05/PEAK_GRI_cornista-macasaet.pdf
- Diktat Sekolah Divisi Himapala Unesa*. (n.d.).
- Enriquez, J. M., & Estacio, S. D. L. (2009). The effects of mentoring program on adversity quotient of selected freshmen college students of FAITH. In *The Effects of Mentoring Program on Adversity Quotient of Selected Freshmen College Students of FAITH*.
<http://stitchestm>.
- Fisher, Y. (2011). The sense of self-efficacy of aspiring principals: Exploration in a dynamic concept. *Social Psychology of Education*, 14(1), 93–107.
<https://doi.org/10.1007/s11218-010-9136-9>
- Fitriyawati, D. (2020). *Konflik Peran Ganda pada Mahasiswa yang Telah Menikah Ditinjau dari Kecerdasan Adversitas (Adversity Quotient)*.
<http://etheses.uin-malang.ac.id/21910/1/16410139.pdf>
- Galli, N., & Vealey, R. S. (2008). "Bouncing Back" From Adversity: Athletes' Experiences of Resilience. In *The Sport Psychologist* (Vol. 22).
<https://doi.org/https://doi.org/10.1123/tsp.22.3.316>
- Giovanni, A. R. (2017). Persepsi mahasiswa pecinta alam Surabaya terhadap program acara my trip my adventure di trans tv. *Jurnal E-Komunikasi*, 5(1), 1–9.
<https://media.neliti.com/media/publications/189579-ID-persepsi-mahasiswa-pecinta-alam-surabaya.pdf>
- Grandy, J. (2009). *Psychometric Properties and Analysis of the AQ PROFILE®*.
- Guttman, I., Jayalath, K. P., & Gupta, B. C. (2019). *Statistics and probability with applications for engineers and scientists using MINITAB, R and JMP*. John Wiley & Sons.
- Hanum, L. (2018). *Differences in Student Adversity Intelligence by Gender*.
www.journals.mindamas.com/index.php/honai
- Harriman, L. (2016). *Measuring millennials' adversity quotient and its correlation with individual performance in project teams*.
https://www.peaklearning.com/wp-content/uploads/2019/05/PEAK_GRI_Harriman.pdf
- Hema, G., & Gupta, S. M. (2015). Adversity quotient for prospective higher education. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(3), 49–64.
<http://www.ijip.in/>
- Humas Mapala UI. (2015). *Open recruitment : BKP MAPALA UI 2015 "Buku, Pesta dan Cinta!"*
<https://mapala.ui.ac.id/2015/02/open-recruitment-bkp-mapala-ui-2015-buku-pesta-dan-cinta>
- Istichomaharani, I. S., & Habibah, S. S. (2016). Mewujudkan peran mahasiswa sebagai "Agent of change, social control dan iron stock." *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Ke-2 "Pengintegrasian Nilai Karakter Dalam Pembelajaran Kreatif Di Era Masyarakat Ekonomi ASEAN."*
- Jannah, M. (2018). *Metodologi penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Unesa university Press.
- Kandani, H. (2010). *The achiever: Semua pencapaian sukses anda berawal di sini* (3rd ed.). PT Elex Media Komputindo.
- Khoir, M. S. (2020). *Strategi rekrutmen calon anggota unit kegiatan mahasiswa himpunan mahasiswa pencinta alam Universitas Negeri Surabaya*.
- Laporan musyawarah anggota Himapala Unesa. (2020). In *Himapala Unesa*.
- Mahadewi, N. M. A. S. (2019). Perempuan pencinta alam sebagai wujud ekofeminisme. *Jurnal Ilmiah Widya Sosiopolitika*, 1(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.24843/JIWSWP.2019.v01.i01.p02>
- Mapala BMC. (n.d.). *Syarat menjadi anggota tetap*. Retrieved December 12, 2021, from
<https://mapalabmc.wordpress.com/syarat-syarat-menjadi-anggota-tetap/>
- Marselia, R., & Karolina, M. E. (2019). Adversity quotient pada perawat rumah di rumah sakit ditinjau dari faktor demografis. *JURNAL PSIKOLOGI JAMBI*, 4(2), 43–60. <https://online-journal.unja.ac.id/jpj/article/view/10336>
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37(7).
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>
- Metala FEB UMS. (2020). *Menerjang rimba Gunung Lawu via Singolangu, sebagai ajang pengembaraan dan pelantikan anggota penuh Metala 2020*.
<https://metala.ukm.ums.ac.id/2020/10/pengembaraan->

dan-pelantikan-anggota.html?m=0

- Meyers-Levy, J., & Loken, B. (2015). Revisiting gender differences: What we know and what lies ahead. *Journal of Consumer Psychology*, 25(1). <https://doi.org/10.1016/j.jcps.2014.06.003>
- Norrahman, M. F. (2020). The role of prosocial behavior and adversity quotient against social loafing in sekolah tinggi ilmu administrasi (STIA) amuntai. *UrbanGreen Journal*, 1(1), 16–25. <http://journal.urbangreen.co.id/index.php/eduinfomedia>
- Nurpriani, S. A. (2011). *Perbedaan adversity quotient antara mahasiswa anggota dan bukan anggota pecinta alam Universitas Negeri Jakarta*. <http://repository.unj.ac.id/3246/>
- Nurvita, D. N. (2019). Peningkatan Adversity Quotient Melalui Strategi Focus Group Discussion pada Mahasiswa. *Jurnal At-Taujih Bimbingan Konseling Islam*, 2(1), 54–72. <http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih>
- Phoolka, E. S., & Kaur, N. (2012). Adversity quotient: A new paradigm in management to explore. *The International Journal's : Research Journal of Social Science and Management*, 3(4), 67–79. www.theinternationaljournal.org
- Pranandari, K., & Puspitawati, I. (2010). *Adversity quotient viewed from the difference problem-focused emotion-focused coping and parents in the single women*.
- Price, C. A., Kares, F., Segovia, G., & Loyd, A. B. (2019). The effect of adversity quotient and gender to learning outcome of high school students. *Applied Developmental Science*, 23(3), 239–254. <https://doi.org/10.1080/10888691.2017.1398090>
- Putro, E. A. (2009). *Upaya Meningkatkan Adversity Quotient Melalui Pelaksanaan Bimbingan Klasikal (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMKN 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009)*.
- Rahmalina, R., Tririzky, R., & Fitri, A. (2020). Adversity Quotient Mahasiswa Praktek Lapangan Kependidikan (PLK) Prodi Pendidikan Bahasa Jepang UNP dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Lingua Didaktika*, 14(2), 132–144. <https://doi.org/10.24036/ld.v14i2.110554>
- Sampson, M. G. (2019). *Statistical analysis in JASP : A students guide*. <https://doi.org/10.6084>
- Shen, C.-Y. (2014). The relative study of gender roles, and job stress and adversity quotient. *The Journal of Global Business Management*, 10(1), 19–32. <https://www.semanticscholar.org/paper/The-Relative-Study-of-Gender-Roles%2C-and-Job-Stress-Shen/705e610143631d5e337bfad475a07257d222a369>
- Siwi Agustina, T., & Tri Komalasari, P. (2014). Kecerdasan adversiti (dversity quotient) berdasarkan jender pada mahasiswa yang mengikuti executive territory program-mata kuliah manajemen usaha kecil dan menengah. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 24(3), 206–2015.
- Stoltz, P. G. (2000). *Adversity quotient : Mengubah hambatan menjadi peluang* (Y. Hardiwati, Ed.). PT Grasindo.
- Stoltz, P. G. (2006). *Adversity Quotient (Mengubah Hambatan Menjadi Peluang)*.
- Stoltz, P. G., & Weihenmayer, E. (2010). *The adversity advantage: Turning everyday struggles into everyday greatness* (2nd ed.). Fireside.
- Sudjana. (2005). *Metoda statistika* (Edisi keenam). Tarsito Bandung.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320–333. <https://psycnet.apa.org/record/2004-10747-009>
- Usmadi. (2020). Pengujian persyaratan analisis (Uji homogenitas dan Uji normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62.
- Wahyuni, A., & Masykur, A. M. (2013). The relationship between adversity intelligence and sensation seeking among nature lovers college students in Semarang. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah*, 2(4), 63–73. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7392/7152>
- Widhiarso. (2011). Uji Normalitas. In *Membaca angka pada SPSS* (pp. 17–20). Repository UGM. <https://repository.ugm.ac.id/275998/1/Widhiarso%20-%20Uji%20Normalitas.pdf>
- Young, P. R., & Knight, E. L. (2014). Use of Psychological Skills by Risk Sport Athletes. *Journal of Human Performance in Extreme Environments*, 11(2). <https://doi.org/10.7771/2327-2937.1061>