

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. *Adversity Quotient*

##### 1. Pengertian *Adversity Quotient*

*Adversity* merupakan usaha untuk tegar atau berjuang untuk keluar dari segala kekurangan bahkan. *Adversity* juga dapat disamakan dengan daya juang, memiliki arti kemampuan mempertahankan atau mencapai sesuatu yang dilakukan dengan gigih. Sementara *Quotient* merupakan hasil bagi, takaran atau kecerdasan.<sup>18</sup> Sehingga *Adversity Quotient* diartikan sebagai kecerdasan yang dimiliki seseorang dalam mengatasi kesulitan dan bertahan hidup.<sup>19</sup> Dengan kata lain, *Adversity Quotient* merupakan tingkat kemampuan seseorang untuk bertahan dan melewati segala kesulitan dalam kehidupannya.

*Adversity Quotient* (AQ) dikembangkan pertama kali oleh Paul G. Stoltz, seorang konsultan yang sangat terkenal dalam topik-topik kepemimpinan di dunia kerja dan dunia pendidikan berbasis *skill*, Ia menganggap bahwa IQ dan EQ tidaklah cukup dalam meramalkan kesuksesan seseorang. Karena ada faktor lain berupa motivasi dan dorongan dari dalam, serta sikap pantang menyerah. Faktor itu disebut

---

<sup>18</sup> Siti Ucu Habibah, 2005, *Studi Deskriptif Tingkat Adversity Quotient Mahasiswa BK yang sedang Menulis Skripsi Tahun Akademik 2004- 2005*, (Jakarta: Universitas Negeri Jakarta). h.16.

<sup>19</sup> Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Quotient Berdasarkan Enam Rukun Iman dan Lima Rukun Islam*, (Jakarta: Arga). h.387.

*Adversity Quotient*.<sup>20</sup>

Stoltz membagi tiga tipe manusia yang diibaratkan sedang dalam perjalanan mendaki gunung yaitu *quitter*, *camper*, dan *climber*. Pertama, *Quitters* (mereka yang berhenti). Orang-orang jenis ini berhenti ditengah proses pendakian, gampang putus asa, menyerah. Kedua, *Campers* (perkemahan). Tidak mencapai puncak, sudah puas dengan yang telah dicapai. Ketiga, *Climbers* (pendaki). Mereka yang selalu optimistik, melihat peluang peluang, melihat celah, melihat senoktah harapan di balik keputusan, selalu bergairah untuk maju.<sup>21</sup>

Secara ringkas Stoltz mendefinisikan *Adversity Quotient* sebagai kecerdasan yang dimiliki seseorang dalam menghadapi kesulitan, hambatan dan mampu untuk mengatasinya. *Adversity Quotient* merupakan sikap menginternalisasi keyakinan. *Adversity Quotient* juga merupakan kemampuan individu untuk menggerakkan tujuan hidup kedepan, dan juga sebagai pengukuran tentang bagaimana seseorang berespon terhadap kesulitan.<sup>22</sup>

Senada dengan pendapat diatas, Rafy Sapuri mengungkapkan bahwa *Adversity quotient* dapat disebut dengan kecerdasan adversitas, atau kecerdasan mengubah kesulitan, tantangan dan hambatan menjadi sebuah peluang yang besar. *Adversity quotient* adalah pengetahuan baru untuk

---

<sup>20</sup> Ningsih, P. (2013). *Pengaruh Tawakal Terhadap Adversity Quotient Pada Santri Pondok Pesantren Al-Ishlah Mangkang Kulon Tugu Semarang* (Doctoral dissertation, IAIN Walisongo).

<sup>21</sup> Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman dan Rukun Islam*, Arga Wijaya Persada, Jakarta, 2001, h. 271.

<sup>22</sup>Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, (Jakarta; Grasindo, 2000), h. 8-9.

memahami dan meningkatkan kesuksesan. *Adversity quotient* adalah tolak ukur untuk mengetahui kadar respons terhadap kesulitan dan merupakan peralatan praktis untuk memperbaiki respon-respon terhadap kesulitan.<sup>23</sup>

Leman mendefinisikan *Adversity Quotient* secara ringkas, yaitu sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi berbagai masalah yang di alami dalam menjalani berbagai aktivitas kehidupannya.<sup>24</sup> Menurut Agustian *Adversity Quotient* merupakan kecerdasan yang dimiliki individu dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup yang berakar pada bagaimana seseorang merasakan dan menghubungkan dengan tantangan-tantangan yang ada dalam berbagai peristiwa di hidupnya.<sup>25</sup> Seseorang yang dapat menghadapi peristiwa tersebut akan menuju kepada keberhasilan untuk menyelesaikan masalah yang dialaminya. Nashori menyatakan bahwa *Adversity Quotient* adalah kemampuan seseorang dalam menggunakan kecerdasannya untuk mengarahkan, mengubah cara berfikir dan tindakannya ketika menghadapi hambatan dan kesulitan yang bisa menyengsarakan dirinya.<sup>26</sup>

Berdasarkan definisi gabungan di atas di atas dapat disimpulkan bahwa *Adversity Quotient* merupakan kemampuan seseorang dalam bertahan dan menghadapi berbagai hambatan di kehidupannya, sehingga seseorang tertantang untuk menyelesaikannya tanpa ada rasa khawatir.

---

<sup>23</sup> Rafy Sapuri, *Psikologi Islam: Tuntunan Jiwa Manusia Modern*, Rajawali Pers, Jakarta, 2009, h. 186.

<sup>24</sup> Leman. (2007). *Memahami Adversity Quotient*. Anima (Indonesian Psychological Journal). h. 115

<sup>25</sup> Ramdhani, Syaiful. (2020). *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Adversity Quotient (AQ) Pada Mahasiswa Perantau Di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta*. Skripsi thesis, universitas mercu buana yogyakart. h. 11

<sup>26</sup> Nashori. (2007). *Adversity Quotient: Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta:PT Grasindo. h. 47

*Adversity Quotient*, pada intinya membahas tentang ketahanan seseorang untuk berusaha mencapai sesuatu yang paling tinggi, menurut ukuran kemampuan yang dimiliki dan dilakukan dengan terus menerus.<sup>27</sup> Menurut Stoltz, kecerdasan *adversity* mempunyai tiga bentuk, yaitu:

- a. *Adversity Quotient* adalah suatu kerangka kerja konseptual yang baru untuk memahami dan meningkatkan semua segi kesuksesan. *Adversity Quotient* berlandaskan pada riset yang berbobot dan penting, yang menawarkan suatu gabungan yang praktis dan baru, yang merumuskan kembali apa yang diperlukan untuk mencapai kesuksesan.
- b. *Adversity Quotient* adalah suatu ukuran untuk mengetahui respon terhadap kesulitan. Selama ini pola-pola bawah sadar ini sebetulnya sudah dimiliki. Saat ini untuk pertama kalinya pola-pola tersebut diukur, dipahami, dan diubah.
- c. *Adversity Quotient* adalah serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon seseorang terhadap kesulitan, yang akan berakibat memperbaiki efektivitas pribadi dan profesional seseorang secara keseluruhan.

Agar kesuksesan menjadi nyata, maka Stoltz berpendapat bahwa modifikasi dari ketiga unsur tersebut yaitu, pengetahuan baru, tolok ukur, dan peralatan yang praktis merupakan sebuah kesatuan yang lengkap untuk memahami dan memperbaiki komponen dasar dalam meraih

---

<sup>27</sup> Ningsih, P. (2013). *Pengaruh Tawakal Terhadap Adversity Quotient Pada Santri Pondok Pesantren Al-Ishlah Mangkang Kulon Tugu Semarang* (Doctoral dissertation, IAIN Walisongo).

sukses.<sup>28</sup>

## 2. Aspek – Aspek *Adversity Quotient*

Paul G. Stoltz dan Erik Weihenmayer menjelaskan bahwa *Adversity Quotient* terdiri atas empat aspek yang disingkat dengan CORE (*Control, Ownership, Reach, Endurance*).<sup>29</sup> Sebelumnya Stoltz mengatakan bahwa aspek *Adversity Quotient* terdiri dari *Control, Origin, dan Ownership, Reach, dan Endurance* (CO2RE).<sup>30</sup> Dalam penelitiannya Stoltz mengatakan bahwa dimensi *Origin* dan *Ownership* saling berkaitan, seseorang harus menyalahkan orang lain untuk peristiwa yang buruk agar tetap gembira padahal orang yang paling efektif adalah memikul tanggung jawab untuk menghadapi masalah, tidak peduli apa yang menyebabkan kesulitan. Jadi Stoltz memutuskan bahwa dimensi *Adversity Quotient* adalah *Control, Ownership, Reach, dan Endurance*.

### a. *Control* (kendali)

*Control* atau kendali yaitu sejauh mana seseorang mampu mengendalikan respon individu secara positif terhadap situasi apapun. Dimensi *Control* mempertanyakan “berapa banyak kendali yang anda rasakan terhadap sebuah peristiwa yang menimbulkan kesulitan”. Yang menjadi titik fokus di sini adalah kalimat “rasakan”. Kendali

---

<sup>28</sup>Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, (Jakarta; Grasindo, 2000) h. 9.

<sup>29</sup> Paul G. Stoltz dan Erik Weihenmayer, *The Adversity Advantage Turning Everyday Struggles Into Everyday Greatness*, diterjemahkan oleh Kusnandar dengan judul *Adversity Advantage Mengubah Masalah Menjadi Berkah*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2008). h. 28

<sup>30</sup> Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, (Jakarta; Grasindo, 2000). h. 140

terhadap seberapa banyak masalah yang kita dapatkan hampir tidak dapat diukur. Kendali terhadap bagaimana kita rasakan terhadap masalah tersebut jauh lebih penting. Seseorang yang *Adversity Quotient* tinggi merasakan kendali yang lebih besar atas peristiwa dalam hidupnya daripada seseorang yang memiliki *Adversity Quotient* yang rendah dan seseorang yang *Adversity Quotient* tinggi cenderung melakukan pendakian dan *relative* kebal terhadap ketidak berdayaan, sementara orang yang *Adversity Quotient* rendah cenderung berkemah atau berhenti.<sup>31</sup>

b. *Ownership* (pengakuan)

Sejauh mana individu mengandalkan diri sendiri untuk memperbaiki situasi yang dihadapi, tanpa memperdulikan penyebabnya. Individu yang memiliki *Ownership* tinggi akan mengambil tanggung jawab untuk memperbaiki keadaan, apapun penyebabnya. Adapun individu yang memiliki *Ownership* sedang memiliki cukup tanggung jawab atas keesulitan yang terjadi, tapi mungkin akan menyalahkan diri sendiri atau orang lain ketika ia lelah. Sedangkan individu yang memiliki *Ownership* yang rendah akan menyangkal tanggung jawab dan menyalahkan orang lain atas kesulitan yang terjadi.<sup>32</sup>

---

<sup>31</sup> Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, (Jakarta; Grasindo, 2000), h. 141

<sup>32</sup> Ibid. h. 147

c. *Reach* (jangkauan)

Aspek ini mempertanyakan sejauh manakah kesulitan akan menjangkau bagian-bagian lain dari kehidupan seseorang. Respon *Adversity Quotient* yang rendah akan membuat kesulitan memasuki segi-segi lain dari kehidupan seseorang. Semakin rendah skor *Reach* (jangkauan) seseorang, semakin besar kemungkinannya orang tersebut menganggap peristiwa-peristiwa buruk sebagai bencana.<sup>33</sup>

d. *Endurance* (daya tahan)

Aspek ini mempertanyakan dua hal yang berkaitan berapa lamakah kesulitan akan berlangsung dan berapa lamakah penyebab kesulitan itu akan berlangsung. Semakin rendah *Endurance* semakin besar kemungkinan seseorang menganggap kesulitan dan penyebab-penyebabnya akan berlangsung lama.

Kebanyakan orang akan kehilangan harapan ketika situasi berubah menjadi sulit. Aspek terakhir dari CORE yaitu *Endurance*, berkaitan dengan waktu dan lamanya. Aspek ini cenderung mendorong dan mematikan harapan. Ketika kesulitan menghantam, ketahanan berarti menanyakan dan memprediksi berapa lama kesulitan tersebut akan berlangsung atau bertahan. Orang dengan *Adversity Quotient* tinggi tetap berharap dan bersikap optimis. Mereka bisa menyaksikan lewat keadaan paling buruk sekalipun. Orang dengan *Adversity*

---

<sup>33</sup> Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, (Jakarta; Grasindo, 2000). h. 158

*Quotient* rendah cenderung melihat kemunduran dalam jangka panjang, kalau bukan permanen. Persepsi ini bisa menghancurkan kemungkinan untuk keluar dari sisi lain.<sup>34</sup>

### 3. Tipe Manusia dalam Konsep *Adversity Quotient*

Stoltz meminjam terminologi para pendaki gunung. Dalam hal ini, Stoltz membagi para pendaki gunung menjadi tiga bagian yaitu *Quitter*, *Camper*, dan *Climber* dengan ciri, deskripsi dan karakteristik sebagai berikut :<sup>35</sup>

#### a. *Quitters*

Yaitu orang yang langsung berhenti di awal pendakian. Mereka cenderung untuk selalu memilih jalan yang lebih datar dan lebih mudah. Mereka umumnya bekerja sekedar untuk hidup, semangat kerja yang minim, tidak berani mengambil resiko dan cenderung tidak kreatif. Umumnya tidak memiliki visi yang jelas serta berkomitmen rendah ketika menghadapi tantangan di hadapan.

Orang tipe ini mempunyai kemampuan yang kecil atau bahkan tidak mempunyai sama sekali kemampuan dalam menghadapi kesulitan. Itulah yang menyebabkan mereka berhenti. Selain itu juga mengabaikan, menutupi atau meninggalkan dorongan inti dengan manusiawi untuk berusaha.

---

<sup>34</sup> Paul G. Stoltz dan Erik Weinhenmayer, *The Adversity Advantage Turning Everyday Struggles Into Everyday Greatness*, diterjemahkan oleh Kusnandar dengan judul *Adversity Advantage Mengubah Masalah Menjadi Berkah*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2008). h. 108

<sup>35</sup> Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, (Jakarta: Grasindo, 2000). h. 18-20



b. *Campers*

Orang yang berhenti dan tinggal di tengah pendakian. Mendaki secukupnya lalu berhenti kemudian mengakhiri pendakiannya. Umumnya setelah mencapai tingkat tertentu dari pendakiannya maka fokusnya berpaling untuk kemudian menikmati kenyamanan dari hasil pendakiannya. Maka banyak kesempatan untuk maju menjadi lepas karena fokus sudah tidak ada lagi pada pendakiannya. Sifatnya adalah *satisficer* atau merasa puas dengan hasil yang sudah dicapai. Akan tetapi *camper* ini lebih baik karena biasanya mereka berani melakukan pekerjaan yang berisiko, tetapi tetap mengambil resiko yang terukur dan aman. Orang-orang ini sekurang-kurangnya sudah merasakan tantangan dan selangkah lebih maju dari para *Quitter*. Sayangnya banyak potensi diri yang tidak teraktualisasikan dan yang jelas pendakian itu sebenarnya belum selesai.

c. *Climbers*

Orang yang berhasil mencapai puncak pendakian. Mereka senantiasa terfokus pada usaha pendakian tanpa mengiraukan kemungkinan dan tidak akan pernah terkendala oleh hambatan yang dihadapinya. Mundur sejenak adalah proses alamiah dari pendakian dan mereka senantiasa mempertimbangkan dan mengevaluasi hasil pendakiannya untuk kemudian bergerak lagi maju hingga puncak pendakian tercapai. Orang tipe ini selamanya hidup selalu merasa tertantang untuk mendaki puncak yang lebih tinggi. Tidak peduli latar

belakang, nasib atau keuntungan dia meneruskan pendakian. Dalam konteks ini, para *Climber* dianggap memiliki *Adversity Quotient* tinggi.

#### 4. Cara Mengembangkan *Adversity Quotient*

Menurut Paul G. Stoltz, cara mengembangkan dan menerapkan *Adversity Quotient* dapat diringkas dalam kata LEAD<sup>36</sup>, yaitu :

##### 1. *Listen*

Mendengarkan respon terhadap kesulitan merupakan langkah yang penting dalam mengubah *Adversity Quotient* seseorang. Dia akan berusaha menyadari dan menemukan penyebab dari segala kesulitan dan hambatan yang terjadi, kemudian dia akan menanyakan pada diri sendiri respon-respon apa yang baik serta menyadari dimensi *Adversity Quotient* mana yang lebih tinggi (*Quitter, Champer atau Climber*).

##### 2. *Explore*

Pada tahap ini, seseorang didorong untuk menjajaki asal-usul atau mencari penyebab dari segala masalah dan hambatan yang ada. Setelah itu dia akan berusaha menemukan mana yang merupakan kesalahannya, lalu mengeksplorasi alternative tindakan yang paling tepat.

##### 3. *Analyze*

Pada tahap ini, seseorang diharapkan mampu menganalisa apa yang menyebabkan dia tidak dapat mengendalikan masalah, bahwa

---

<sup>36</sup> Ibid. h. 191 - 204

kesulitan itu harus menjangkau wilayah lain dalam kehidupan, serta mengapa kesulitan itu harus berlangsung lebih lama dari semestinya. Fakta-fakta ini perlu dianalisa untuk menemukan sikap terbaik dalam mengatasinya.

#### 4. *Do*

Terakhir, seseorang diharapkan dapat mengambil tindakan nyata setelah melewati tahapan-tahapan sebelumnya. Dalam hal ini dia diharapkan dapat mendapatkan informasi tambahan guna melakukan pengendalian akan berbagai situasi yang sangat sulit, kemudian membatasi jangkauan keberlangsungan masalah saat kesulitan terjadi.

## **B. Mahasiswa**

### **1. Pengertian Mahasiswa**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, berada dalam suatu struktur pendidikan tertentu dan merupakan tingkatan pendidikan tertinggi dibandingkan yang lainnya. Sedangkan menurut Hartaji mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu maupun sedang belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada suatu institusi seperti universitas, politeknik maupun institusi pendidikan lainnya.<sup>37</sup>

Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa

---

<sup>37</sup> Hartaji & Damar, A. 2012. *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.

remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup.<sup>38</sup>

## 2. Pengertian Mahasiswa Perantau

Merantau adalah pergi ke daerah lain.<sup>39</sup> Menurut Naim, terdapat enam unsur pokok merantau,<sup>40</sup> yaitu :

- a. Meninggalkan kampung halaman
- b. Dengan kemauan sendiri
- c. Untuk jangka waktu yang lama atau tidak
- d. Dengan tujuan mencari penghidupan, menuntut ilmu atau mencari pengalaman
- e. Biasanya dengan maksud kembali pulang
- f. Merantau adalah lembaga sosial, dalam arti kebiasaan atau perilaku yang dilakukan oleh banyak orang, yang membudaya.

Berdasarkan uraian di atas, yang dimaksud dengan mahasiswa perantau adalah orang yang pergi meninggalkan kampung halamannya ke daerah lain yang berusia 17-25 tahun untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dalam rangka mempersiapkan diri dalam pencapaian suatu keahlian

---

<sup>38</sup> Yusuf, Syamsu. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya

<sup>39</sup> *KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia)*. (2005). Jakarta: PT (Persero) penerbitan dan percetakan.

<sup>40</sup> Naim, Mochtar. 1984. *Merantau Pola Migrasi Suku Minangkabau*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.

tingkat diploma atau sarjana serta melaksanakan proses sosialisasi.<sup>41</sup>

---

<sup>41</sup> Fitriany, R. (2008). *Hubungan adversity quotient dengan penyesuaian diri sosial pada mahasiswa perantauan di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. h. 48-49