

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Adversity Quotient*

1. Pengertian *Adversity Quotient*

Menurut bahasa, kata *adversity* berasal dari bahasa Inggris yang berarti kegagalan atau kemalangan.¹ *Adversity* sendiri bila diartikan dalam bahasa Indonesia bermakna kesulitan atau kemalangan, dan dapat diartikan sebagai suatu kondisi ketidakbahagiaan, kesulitan atau ketidakberuntungan. Menurut Rifameutia istilah *adversity* dalam kajian psikologi didefinisikan sebagai tantangan dalam kehidupan.²

Sebagaimana yang diungkapkan Stoltz, *adversity quotient* sebagai kecerdasan seseorang dalam menghadapi rintangan atau kesulitan secara teratur. *Adversity quotient* memberi tahu seberapa jauh kita mampu bertahan menghadapi kesulitan dan kemampuan untuk mengatasinya.³ *Adversity quotient* membantu individu memperkuat kemampuan dan ketekunan dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari seraya tetap berpegang teguh pada prinsip dan impian tanpa memperdulikan apa yang sedang terjadi.⁴

¹ Echols, John M. dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia : An English-Indonesian Dictionary*, (Jakarta: PT Gramedia, 2005), 14.

² Akbar, R. dan Hawadi, *Identifikasi Keberbakatan Intelektual Melalui Metode Non-Tes; dengan Pendekatan Konsep Keberbakatan Renzulli*, (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2002), 195.

³ Stoltz, PG, *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang* (diterjemahkan oleh T Hermaya), (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2000), 8.

⁴ *Ibid.*, 12.

Menurut Stoltz, kesuksesan seseorang dalam menjalani kehidupan terutama ditentukan oleh tingkat *adversity quotient*. *Adversity quotient* tersebut terwujud dalam tiga bentuk, yaitu :⁵

- a. Kerangka kerja konseptual yang baru untuk memahami dan meningkatkan semua segi kesuksesan,
- b. Suatu ukuran untuk mengetahui respon seseorang terhadap kesulitan,
- c. Serangkaian alat untuk memperbaiki respon seseorang terhadap kesulitan.

2. Dimensi-dimensi *Adversity Quotient*

Stoltz menawarkan empat dimensi dasar yang akan menghasilkan kemampuan *adversity quotient* yang tinggi, yaitu :⁶

a. Kendali/control (C)

Dimensi ini mempertanyakan : *Berapa banyak kendali yang Anda rasakan terhadap sebuah peristiwa yang menimbulkan kesulitan?*. Kata kuncinya disini adalah *merasakan*. Kendali berkaitan dengan seberapa besar orang merasa mampu mengendalikan kesulitan-kesulitan yang dihadapinya dan sejauh mana individu merasakan bahwa kendali itu ikut berperan dalam peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Semakin besar kendali yang dimiliki semakin besar kemungkinan seseorang untuk dapat bertahan menghadapi kesulitan dan tetap teguh dalam niat serta ulet dalam mencari penyelesaian. Demikian sebaliknya, jika semakin rendah kendali, akibatnya seseorang menjadi tidak berdaya menghadapi kesulitan dan mudah menyerah.

⁵ Ibid., 9.

⁶Stoltz, PG, *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*(diterjemahkan oleh T Hermaya), (Jakarta: PT Gramedia WidiasaranaIndonesia, 2000), 140.

b. Kepemilikan/*origin and ownership* (O2)

Kepemilikan atau dalam istilah lain disebut dengan asal-usul dan pengakuan akan mempertanyakan siapa atau apa yang menimbulkan kesulitan dan sejauh mana seorang individu menganggap dirinya mempengaruhi dirinya sendiri sebagai penyebab asal-usul kesulitan. Orang yang skor origin (asal-usulnya) rendah akan cenderung berfikir bahwa semua kesulitan atau permasalahan yang datang itu karena kesalahan, kecerobohan, atau kebodohan dirinya sendiri serta membuat perasaan dan pikiran merusak semangatnya.

c. Jangkauan/*reach* (R)

Dimensi R ini mempertanyakan : *Sejauh manakah kesulitan akan menjangkau bagian-bagian lain dari kehidupan saya?* Respons-respons dengan AQ yang rendah akan membuat kesulitan merembes ke segi-segi lain dari kehidupan seseorang. Semakin rendah skor R, maka semakin besar kemungkinan Anda menganggap peristiwa-peristiwa buruk sebagai bencana, dengan membiarkannya meluas, seraya menyedot kebahagiaan dan ketenangan pikiran Anda saat prosesnya berlangsung. Menganggap suatu kesulitan sebagai bencana, yang akan menyebar dengan cepat sekali, bisa sangat berbahaya karena akan menimbulkan kerusakan yang signifikan bila dibiarkan tak terkendali. Sebaliknya, semakin tinggi skor R, maka semakin besar kemungkinan Anda membatasi jangkauan masalahnya pada peristiwa yang sedang dihadapi.

d. Daya tahan/*endurance* (E)

Dimensi ini lebih berkaitan dengan persepsi seseorang akan lama atau tidaknya kesulitan akan berlangsung. Daya tahan dapat menimbulkan penilaian tentang situasi yang baik atau buruk. Seseorang yang mempunyai daya tahan yang tinggi akan memiliki harapan dan sikap optimis dalam mengatasi kesulitan atau tantangan yang sedang dihadapi. Semakin tinggi daya tahan yang dimiliki oleh individu, maka semakin besar kemungkinan seseorang dalam memandang kesuksesan sebagai sesuatu hal yang bersifat sementara dan orang yang mempunyai *adversity quotient* yang rendah akan menganggap bahwa kesulitan yang sedang dihadapi adalah sesuatu yang bersifat abadi, dan sulit untuk diperbaiki.

3. Faktor Pembentuk *Adversity Quotient*

Faktor-faktor pembentuk *adversity quotient* menurut Stoltz adalah sebagai berikut:⁷

a. Daya saing

Seligman berpendapat bahwa *adversity quotient* yang rendah dikarenakan tidak adanya daya saing ketika menghadapi kesulitan, sehingga kehilangan kemampuan untuk menciptakan peluang dalam kesulitan yang dihadapi.

b. Produktifitas

Penelitian yang dilakukan di sejumlah perusahaan menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara kinerja karyawan dengan respon yang

⁷Stoltz, PG, *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*(diterjemahkan oleh T Hermaya), (Jakarta: PT Gramedia WidiasaranaIndonesia, 2000), 93.

diberikan terhadap kesulitan. Artinya respon konstruktif yang diberikan seseorang terhadap kesulitan akan membantu meningkatkan kinerja lebih baik, dan sebaliknya respon yang destruktif mempunyai kinerja yang rendah.

c. Motivasi

Penelitian yang dilakukan oleh Stoltz menunjukkan bahwa seseorang yang mempunyai motivasi yang kuat mampu menciptakan peluang dalam kesulitan, artinya seseorang dengan motivasi yang kuat akan berupaya menyelesaikan kesulitan dengan menggunakan segenap kemampuan.

d. Mengambil resiko

Penelitian yang dilakukan oleh Satterfield dan Seligman menunjukkan bahwa seseorang yang mempunyai *adversity quotient* tinggi lebih berani mengambil resiko dari tindakan yang dilakukan. Hal itu dikarenakan seseorang dengan *adversity quotient* tinggi merespon kesulitan secara lebih konstruktif.

e. Perbaikan

Seseorang dengan *adversity quotient* yang tinggi senantiasa berupaya mengatasi kesulitan dengan langkah konkrit, yaitu dengan melakukan perbaikan dalam berbagai aspek agar kesulitan tersebut tidak menjangkau bidang-bidang yang lain.

f. Ketekunan

Seligman menemukan bahwa seseorang yang merespon kesulitan dengan baik akan senantiasa bertahan.

g. Belajar

Menurut Carol Dweck membuktikan bahwa anak-anak yang merespon secara optimis akan banyak belajar dan lebih berprestasi dibandingkan dengan anak-anak yang memiliki pola pesimistis

4. Tipe-tipe *Adversity Quotient*

a. *Quitter* (yang menyerah). Para *quitter* adalah para pekerja yang sekadar untuk bertahan hidup. Mereka ini gampang putus asa dan menyerah di tengah jalan Karakteristik tipe *Quitter*.⁸

- 1) Sinis, murung, mati perasaanya, pemarah, frustrasi, penuh dengan kecemasan, menyalahkan orang yang di sekelilingnya.
- 2) Pecandu: narkoba, alkohol, atau acara televisi yang tidak bermutu.
- 3) Mencari pelarian untuk menenangkan diri, menyia-nyiakan waktu, mengabaikan potensi yang mereka miliki.

Merespon perubahan:

- 1) Menanggapi perubahan dengan reaksi yang klasik yakni melawan atau lari.
 - 2) Cenderung menolak perubahan.
 - 3) Menghindari setiap peluang keberhasilannya.
- b. *Camper* (berkemah di tengah perjalanan). Para *camper* lebih baik, karena biasanya mereka berani melakukan pekerjaan yang berisiko, tetapi tetap mengambil risiko yang terukur dan aman. "Ngapain capek-capek" atau

⁸Yosi Novlan dan Faqih Syarif, *Q La-T Quantum Quotient: Cara Cepat Menemukan Kunci Motivasi Anda*, (Surabaya: Java Pustaka Media Utama, 2008),17.

“segini juga udah cukup” adalah moto para *campers*. Orang-orang ini sekurang-kurangnya sudah merasakan tantangan, dan selangkah lebih maju dari para *quitters*. Sayangnya banyak potensi diri yang tidak teraktualisasikan, dan yang jelas pendakian itu sebenarnya belum selesai.

Karakteristik tipe *Camper*:⁹

1. Merasa puas dengan mencukupkan diri
2. Melepaskan kesempatan untuk maju
3. Kenyamanan adalah tujuan akhir mereka
4. Tidak mau mengembangkan diri
5. Mereka cenderung termotivasi oleh kenyamanan dan rasa takut.

Merespon perubahan:

Motivasi mereka adalah rasa takut dan kenyamanan. Secara aktif dan pasif menolak perubahan yang besar, mudah meramalkan dunia mereka, mempertahankan kenyamanan yang telah diperoleh dan menyambut baik perubahan yang tidak mengguncang landasan keberadaan mereka yang telah terkendali.

- c. *Climber* (pendaki yang mencapai puncak) mereka yang selalu optimis, melihat peluang-peluang, melihat celah, melihat senoktah harapan di balik keputusan, selalu bergairah untuk maju. Nokta kecil yang dianggap

⁹Yosi Novlan dan Faqih Syarif, *Q La-T Quantum Quotient: Cara Cepat Menemukan Kunci Motivasi Anda*, (Surabaya: Java Pustaka Media Utama, 2008), 17.

sepele, bagi para *climbers* mampu dijadikannya sebagai cahaya pencerah kesuksesan.¹⁰

Climbers merupakan kelompok orang yang selalu berupaya mencapai puncak kebutuhan aktualisasi diri pada skala hirarki Maslow. *Climbers* adalah tipe manusia yang berjuang seumur hidup, tidak peduli sebesar apapun kesulitan yang datang. *Climbers* tidak dikendalikan oleh lingkungan, tetapi dengan berbagai kreatifitasnya tipe ini berusaha mengendalikan lingkungannya. *Climbers* akan selalu memikirkan berbagai alternatif permasalahan dan menganggap kesulitan dan rintangan yang ada justru menjadi peluang untuk lebih maju, berkembang, dan mempelajari lebih banyak lagi tentang kesulitan hidup. Tipe ini akan selalu siap menghadapi berbagai rintangan dan menyukai tantangan yang diakibatkan oleh adanya perubahan-perubahan.

Kemampuan *quitters*, *campers*, dan *climbers* dalam menghadapi tantangan kesulitan dapat dijelaskan bahwa *quitters* memang tidak selamanya ditakdirkan untuk selalu kehilangan kesempatan namun dengan berbagai bantuan, *quitters* akan mendapat dorongan untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan yang sedang ia hadapi. Kehidupan *climbers* memang menghadapi dan mengatasi rintangan yang tiada hentinya.

Kesuksesan yang diraih berkaitan langsung dengan kemampuan dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan, setelah yang lainnya menyerah, inilah indikator-indikator *adversity quotient* yang tinggi.

¹⁰Ginjar Ary Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual-ESQ*, (Jakarta: Penerbit Arga, 2001), 17.

Dari penjelasan diatas, *adversity quotient* dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam menghadapi suatu rintangan atau tantangan hidup, serta bagaimana seseorang mampu mengendalikannya.

B. Motivasi Berprestasi

1. Pengertian Motivasi Berprestasi

Motivasi adalah dorongan dasar yang menggerakkan seseorang bertingkah laku. Dorongan ini berada pada diri seseorang yang menggerakkan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya. Oleh karena itu, perbuatan seseorang yang didasarkan atas motivasi tertentu mengandung tema sesuai dengan motivasi yang mendasarinya. Motivasi adalah kekuatan, baik dari dalam maupun dari luar yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya.¹¹

Menurut Mc Clelland, pengertian motivasi berprestasi didefinisikan sebagai usaha mencapai sukses atau berhasil dalam kompetisi dengan suatu ukuran keunggulan yang dapat berupa prestasi orang lain maupun prestasi sendiri.¹² Senada dengan pendapat diatas, Santrock, menjelaskan bahwa motivasi berprestasi merupakan keinginan untuk menyelesaikan sesuatu untuk mencapai suatu standar kesuksesan, dan untuk melakukan suatu usaha dengan tujuan untuk mencapai kesuksesan.¹³

¹¹Dr. Hamzah B. Uno, M.Pd., *Teori Motivasi & Pengukurannya*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2016),

1.

¹²D.C.McClelland, *The Achievement Motivies.*. 40.

¹³Santrock, *Adolescence. Perkembangan Remaja. Edisi Keenam*, (Jakarta: Erlangga, 2003), 103.

Menurut Heckhausen, motif berprestasi diartikan sebagai usaha untuk meningkatkan atau melakukan kecakapan pribadi setinggi mungkin dalam segala aktivitas dan suatu ukuran keunggulan tersebut digunakan sebagai pembandingan, meskipun dalam usaha melakukan aktivitas tersebut ada dua kemungkinan yakni gagal atau berhasil. Selanjutnya ia menjelaskan bahwa motivasi berprestasi merupakan motif yang mendorong individu untuk mencapai sukses dan bertujuan untuk berhasil dalam kompetisi dengan beberapa ukuran keunggulan (*standard of excellence*). Ukuran keunggulan digunakan untuk standar keunggulan prestasi dicapai sendiri sebelumnya dan layak seperti dalam suatu kompetisi.¹⁴

John Athiknson mengemukakan bahwa motivasi berprestasi seseorang didasarkan atas dual hal, yaitu adanya tendensi untuk meraih kesuksesan dan tendensi untuk menghindari kegagalan. Atkinson menyusun sebuah teori motivasi berprestasi yang mencoba mengkombinasikan kebutuhan, pengharapan dan nilai menjadi kerangka acuan yang komperatif. Ia mengemukakan bahwa perilaku merupakan sebuah fungsi perkalian dari ketiga komponen ini, yang ia labelkan sebagai motif, probabilitas keberhasilan dan nilai insentif secara berurutan. Lebih jelasnya Atkinson mengemukakan bahwa keberhasilan individu untuk mencapai keberhasilan dan memenangkan persaingan berdasarkan standar keunggulan, sangat terkait dengan tipe kepribadian yang memiliki motif berprestasi lebih tinggi daripada motif untuk menghindari kegagalan begitu pula sebaliknya, apabila

¹⁴Heckhausen, *The Anatomy Of Achievement Motivation*, (New York: Akademic Press, 1967), 54.

motif menghindari terjadinya kegagalan lebih tinggi daripada motif sukses, maka motivasi berprestasi seseorang cenderung rendah.¹⁵

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi merupakan suatu dorongan yang sangat berhubungan dengan bagaimana melakukan sesuatu dengan baik, tepat dan efisien guna untuk mencapai kesuksesan atau berhasil dalam kompetisi serta menghindari kegagalan.

Untuk menumbuhkan motivasi berprestasi maka perlu diciptakan lingkungan yang kondusif sehingga seseorang dapat menyelesaikan pekerja dengan baik tanpa adanya kendala atau gangguan yang lainnya.

Ciri-cirinya adalah siswa yang memiliki motivasi berprestasi tinggi akan berusaha mencoba setiap tugas yang diberikan meskipun sulit untuk dikerjakan. Sebaliknya yang bermotivasi rendah, akan enggan melakukan tugas yang diberikan apabila ia tahu bahwa dirinya tidak mampu melakukannya, tanpa ada usaha. Bagi siswa yang motivasinya tinggi ada dorongan ingin tahu.

2. Ciri-ciri Motivasi Berprestasi

Mc Clelland mengidentifikasi 4 karakteristik dari individu yang memiliki kebutuhan tinggi untuk berprestasi yaitu :

- a. Memiliki keinginan yang kuat untuk mengambil tanggung jawab pribadi atas pengambilan keputusan atau menyelesaikan tugas.¹⁶ Individu akan bertanggung jawab penuh terhadap segala perbuatan yang telah dilakukan dan siap dengan segala konsekuensinya. Individu yang

¹⁵Atkinson R.L, Atkinson R.C, Hilgard E.R, *Pengantar Psikologi Edisi Kedelapan. Jilid 1*, (Jakarta: Erlangga, 1994), 34.

¹⁶D.C.McClelland, *The Achievement Motivies.*, 77.

bertanggung jawab akan mengakui kesalahannya jika telah melakukan kesalahan, bukan mencari pihak ketiga dari kesalahan yang telah dilakukan.

- b. Cenderung membuat tujuan dengan tingkat kesulitan yang sedang dan memperhitungkan resiko.¹⁷ Resiko yang dipilih ketika melakukan sesuatu adalah resiko sedang yaitu resiko yang tidak terlalu sulit dan tidak terlalu mudah. Resiko sedang berupa resiko yang mampu untuk diselesaikan dengan kemampuan yang dimiliki. Bukan resiko berat yang melebihi batas kemampuan ataupun resiko yang sangat ringan tanpa tantangan.
- c. Keinginan yang kuat untuk mendapatkan umpan balik yang konkret.¹⁸ Ketika melakukan sesuatu, individu yang mencari tahu terhadap hasil yang telah dilakukan. Pencapaian hasil ini pada gilirannya akan menjadi umpan balik yang menunjukkan kemampuan inividu tersebut. Jika hasilnya memuaskan, maka hal tersebut perlu dipertahankan dan ditingkatkan. Tetapi jika hasilnya masih mengecewakan, individu tersebut akan mengoreksi dan memperbaiki kesalahan untuk pencapaian yang lebih baik.
- d. Berusaha melakukan sesuatu dengan cara-cara baru dan kreatif.¹⁹ Individu selalu berusaha membuat suatu terobosan dan inovasi baru yang selama ini belum dimiliki orang lain. Dalam membuat inovasinya, individu ini berusaha mencari hal baru, mengembangkan yang sudah ada dan memanfaatkan peluang. Individu mempunyai kreativitas untuk

¹⁷ Ibid.

¹⁸ Ibid.

¹⁹ Ibid.

menciptakan sesuatu yang baru, kreativitas ini baik dalam bentuk penemuan yang benar-benar baru atau menyempurnakan penemuan sebelumnya.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi merupakan suatu proses psikologis yang mempunyai arah dan tujuan untuk sukses sebagai ukuran terbaik. Sebagai proses psikologis, motivasi berprestasi dipengaruhi oleh dua faktor.²⁰

a. Faktor Individu (*intern*), Individu sebagai pribadi mencakup sejumlah aspek yang saling berkaitan. Motivasi berprestasi sebagai salah satu aspek psikis, dalam prosesnya dipengaruhi oleh faktor individu, seperti :

1) Kemampuan

Kemampuan adalah kekuatan penggerak untuk bertindak yang dicapai oleh manusia melalui latihan belajar. Dalam proses motivasi, kemampuan tidak mempengaruhi secara langsung tetapi lebih mendasari fungsi dan proses motivasi. Individu yang mempunyai motivasi berprestasi tinggi biasanya juga mempunyai kemampuan tinggi pula.

2) Kebutuhan

Kebutuhan adalah kekurangan, artinya ada sesuatu yang kurang dan oleh karena itu timbul kehendak untuk memenuhi atau mencukupinya. Kehendak itu sendiri adalah tenaga pendorong untuk berbuat sesuatu atau bertingkah laku. Ada kebutuhan pada individu

²⁰Martianah, S.M., *Disertasi : Motif Sosial Remaja Jawa dan Keturunan Cina Suatu Studi Perbandingan*, (Yogyakarta : Gajah Mada Press, 1984), 26.

menimbulkan keadaan tak seimbang, rasa ketegangan yang dirasakan sebagai rasa tidak puas dan menuntut pemuasan. Bila kebutuhan belum terpuaskan maka ketegangan akan tetap timbul. Keadaan demikian mendorong seseorang untuk mencari pemuasan. Kebutuhan merupakan faktor penyebab yang mendasari lahirnya perilaku seseorang, atau kebutuhan merupakan suatu keadaan yang menimbulkan motivasi.

3) Minat

Minat adalah suatu kecenderungan yang agak menetap dalam diri subjek untuk merasa tertarik pada bidang atau hal tertentu dan merasa senang berkecimpung dalam bidang itu.²¹ Seseorang yang berminat akan mendorong dirinya untuk memperhatikan orang lain, benda-benda, pekerjaan atau kegiatan tertentu. Minat juga menjadi penyebab dari suatu keaktifan dan hasil daripada keikutsertaannya dalam keaktifan tersebut.

4) Harapan / Keyakinan

Harapan merupakan kemungkinan yang dilihat untuk memenuhi suatu kebutuhan tertentu dari seseorang/individu yang didasarkan atas pengalaman yang telah lampau, harapan tersebut cenderung untuk mempengaruhi motif pada seseorang.²² Seseorang anak yang merasa

Vinkel, *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*, (Jakarta: Gramedia, 1984), 30.

Loekijat, *Dasar-Dasar Motivasi*, (Bandung : Sumur Bandung, 1984), 32.

yakin akan sukses dalam ulangan akan lebih terdorong untuk belajar giat, tekun agar dapat mendapatkan nilai setinggi-tingginya.

b. Faktor Lingkungan (*ekstern*)

Menurut Mc Clelland beberapa faktor lingkungan yang dapat membangkitkan motivasi berprestasi adalah:²³

1) Adanya norma standar yang harus dicapai

Lingkungan secara tegas menetapkan standar kesuksesan yang harus dicapai dalam setiap penyelesaian tugas, baik yang berkaitan dengan kemampuan tugas, perbandingan dengan hasil yang pernah dicapai maupun perbandingan dengan orang lain. Keadaan ini akan mendorong seseorang untuk berbuat yang sebaikbaiknya.

2) Adanya situasi kompetisi

Sebagai konsekuensi adanya standar keunggulan, timbullah situasi kompetisi. Namun perlu juga dipahami bahwa situasi kompetitif tersebut tidak secara otomatis dapat memacu motivasi seseorang manakala individu tersebut tidak beradaptasi didalamnya.

3) Jenis tugas dan situasi menantang

Jenis tugas dan situasi yang menantang adalah tugas yang memungkinkan sukses dan gagalnya seseorang. Setiap individu terancam akan gagal apabila kurang berusaha.

²³Mc Clelland, D.C., *Memacu Masyarakat Berprestasi Mempercepat Laju Pertumbuhan Melalui Peningkatan Motif Berprestasi*, (Jakarta : Intermedia, 1987), 89.

Sedangkan menurut Moh. Uzer Usman dan Lilis Setiawati,²⁴ ada beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi siswa, antara lain:

1. Faktor yang berasal dari dalam diri (internal)
 - a. Faktor jasmani (fisiologi) baik yang bersifat bawaan maupun yang diperoleh. Yang termasuk faktor ini ialah pancaindra yang tidak berfungsi sebagaimana mestinya, seperti mengalami sakit cacat tubuh atau perkembangan yang tidak sempurna, berfungsinya kelenjar tubuh yang membawa kelainan tingkah laku.
 - b. Faktor psikologis, baik yang bersifat bawaan maupun yang diperoleh, terdiri atas: faktor intelektual yang meliputi faktor potensial, yaitu kecerdasan dan bakat serta faktor kecakapan nyata, yaitu prestasi yang dimiliki. Selain itu ada faktor nonintelektif yaitu unsur-unsur kepribadian tertentu seperti sikap, kebiasaan, minat kebutuhan, motivasi, emosi dan penyesuaian diri.
 - c. Faktor kematangan fisik atau psikis.
2. Faktor yang berasal dari luar diri (eksternal)
 - a. Faktor sosial yang terdiri atas; lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, lingkungan kelompok.
 - b. Faktor budaya, seperti adat istiadat, ilmu pengetahuan, teknologi, dan kesenian.
 - c. Faktor lingkungan fisik, seperti fasilitas rumah dan fasilitas belajar.
 - d. Faktor lingkungan spiritual atau keagamaan.

²⁴Moh.Uzer Usman dan Lilis Setiawati, *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993), 10.

C. Dinamika *Adversity Quotient* dan Motivasi Berprestasi

Adversity quotient merupakan suatu kemampuan individu untuk dapat bertahan dalam menghadapi segala macam kesulitan sampai menemukan jalan keluar, memecahkan berbagai macam permasalahan, mereduksi hambatan dan rintangan dengan mengubah cara berfikir dan sikap terhadap kesulitan tersebut.

Ketika seseorang merasa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu, keyakinan tersebut akan memotivasi dirinya. Keyakinan yang dimiliki akan mendorong seseorang untuk berusaha mendapatkan apa yang dia inginkan.

Menurut Stoltz, karyanya ini disusun berdasarkan hasil riset penting ilmuwan kelas atas dan lebih dari 500 kajian di seluruh dunia dengan memanfaatkan tiga cabang ilmu pengetahuan. Ilmu pengetahuan yang membentuk AQ diantaranya yaitu :²⁵

1. Psikologi kognitif, melalui pendekatan ini, tingkah laku merupakan hasil dari pemrosesan informasi yang terjadi di dalam diri manusia. Manusia tidak hanya menjadi reseptor pasif terhadap stimuli, tetapi pikiran manusia secara aktif memproses informasi yang diterima, mengubahnya menjadi tanda-tanda yang digunakan otak dan akan memproduksinya ketika dibutuhkan. Orang yang merespon kesulitan sebagai sesuatu yang berlangsung lama, memiliki jangkauan jauh, bersifat internal, dan di luar kendali mereka, akan menderita, sementara orang yang merespon kesulitan sebagai sesuatu yang pasti akan cepat berlalu, terbatas, eksternal, dan berada dalam kendali mereka, akan berkembang dengan pesat. Respon seseorang

²⁵ Stoltz, PG, *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*(diterjemahkan oleh T Hermaya), (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2000), 115.

terhadap kesulitan memengaruhi semua segi efektivitas, kinerja, dan kesuksesan. Kita merespon kesulitan dengan pola-pola yang konsisten dan di bawah sadar. Jika tidak dihambat, pola-pola ini bersifat tetap seumur hidup seseorang

2. Neurofisiologi, yaitu studi tentang respons-respons sistem syaraf terhadap rangsangan dari luar. Otak idealnya diperlengkapi untuk membentuk kebiasaan-kebiasaan. Kebiasaan seseorang dalam merespon kesulitan dapat dihentikan dan segera diubah. Jika diganti, kebiasaan-kebiasaan lama akan lenyap, sementara kebiasaan-kebiasaan baru akan berkembang.
3. Psikoneuroimunologi, Stoltz mengatakan bahwa ada hubungan langsung antara respon seseorang terhadap kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniahnya. Pengendalian sangat penting bagi kesehatan dan umur panjang. Menurut Stoltz, bagaimana seseorang merespon kesulitan (AQ) memengaruhi fungsi-fungsi kekebalan, kesembuhan dari operasi, dan kerawanan terhadap penyakit yang mengancam jiwa. Pola repon yang lemah terhadap kesulitan dapat menimbulkan depresi.

Ketiga dasar ilmu ini bersama-sama membentuk AQ. Pada akhirnya AQ akan menghasilkan sebuah pemahaman, ukuran, serta serangkaian alat baru untuk meningkatkan efektivitas manusia.