

## BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PROBLEM SOLVING UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN ADVERSITY QUOTIENT MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Faijah<sup>1</sup>, Rizki Novirson<sup>2</sup>, Nana Meily Nurdiansyah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Prodi BKPI Institut Daarul Qur'an Jakarta, Indonesia

Korespondensi. autor: [faijahfaijah735@gmail.com](mailto:faijahfaijah735@gmail.com)<sup>1</sup>, [rizkinovirson@gmail.com](mailto:rizkinovirson@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[nana.meily@uinjkt.ac.id](mailto:nana.meily@uinjkt.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRACT

*This study aims to determine the effectiveness of problem solving technique group guidance in improving the adversity quotient ability of final year students. This study uses a quantitative approach with a quasi-experimental non-equivalent pre-test post-test control group design. The research was conducted on 20 final year students at the Daarul Qur'an Institute Jakarta by purposive sampling. The research instrument uses an adversity quotient inventory that has met the requirements for validity and reliability. This study supports Stoltz's theory that explains the adversity quotient, which is a series of tools that have a scientific basis to improve an individual's response to adversity. The results of the study were obtained that there was a significant increase in adversity quotient before and after group guidance with problem solving techniques, with Z calculated as -2, 807 and Asymp. Sig (2 tailed) is 0.005.*

**Keywords:** *Adversity Quotient, Group Guidance, Problem Solving.*

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan bimbingan kelompok teknik problem solving dalam meningkatkan kemampuan adversity quotient mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian quasi eksperiment non-equivalent pre-test post-test control group design. Penelitian dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir di Institut Daarul Qur'an Jakarta sebanyak 20 orang dengan pengambilan sampel secara purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan inventori adversity quotient yang telah memenuhi persyaratan validitas dan reliabilitas. Dalam penelitian ini mendukung teori dari Stoltz yang menjelaskan tentang adversity quotient yaitu serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon individu terhadap kesulitan. Hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat peningkatan yang signifikan adversity quotient sebelum dan sesudah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving, dengan Z hitung sebesar -2, 807 dan Asymp. Sig (2 tailed) sebesar 0,005.

**Kata Kunci:** *Adversity Quotient, Bimbingan Kelompok, Problem Solving*

### PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan akademisi yang memiliki beragam tuntutan dan persoalan yang harus dihadapi dan diselesaikan (Vinas & Aquino-malaban, 2015). Tuntutan yang dihadapi dapat berupa permasalahan akademik, sosial, pribadi, dan karir (Khairat, 2018). Permasalahan yang seringkali dihadapi mahasiswa bisa berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan (Virilia, 2015). Pada dasarnya mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang perguruan

tinggi (Departemen Pendidikan Nasional, 2012), yang diharapkan setelah lulus sebagai sarjana mendapat kerja yang sesuai dengan kompetensi untuk mengimplementasikan ilmunya. Namun data di lapangan menemukan bahwa beberapa mahasiswa bekerja sebelum mereka mendapat gelar sarjana. Fenomena peran ganda pada mahasiswa, yakni kuliah sambil bekerja sudah banyak ditemukan (Robert & Saar, 2012). Aktivitas kuliah sambil bekerja menuntut mahasiswa untuk dapat menyeimbangkan antara aktivitas dalam bekerja dan kuliah yang dijalankan secara bersamaan. Apabila mahasiswa tidak dapat mengatur aktivitas akademik dan kerja dengan baik, maka akan ada salah satu yang dikorbankan (Octavia & Nugraha, 2013).

Di Indonesia mahasiswa sambil bekerja dapat ditemukan diberbagai fakultas dan jurusan yang tersebar pada universitas negeri maupun swasta. Tim deteksi jawa pos melakukan survey pada 1.556 responden, 65,4% atau 1018 mahasiswa yang tidak bekerja selama masa kuliah, dan 34,5% atau 538 mahasiswa bekerja selama masa kuliah. (Wayan & Puspitadewi). Sedangkan di negara maju seperti Amerika Serikat, tidak sedikit pula mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Data yang dirilis King (2003) mengidentifikasi bahwa 80% dari mahasiswa Amerika bekerja pada tahun 1999-2000. Umumnya para mahasiswa memilih bekerja dengan sistem kontrak dalam jangka pendek (*short-term contracts*) dan kerja paruh waktu (*part-time jobs*) (Van Der Meer & Wielers, 2001). Namun demikian mahasiswa akan lebih memilih kerja *part-time* dikarenakan lebih fleksibel dalam mengatur waktu kerja dengan kuliah. Selain itu, bekerja *part-time* memiliki waktu yang lebih sedikit dari itu, biasanya perhari hanya membutuhkan waktu sekitar 3-5 jam (Mardelina & Muhson, 2017). Mahasiswa yang bekerja hampir tersebar diberbagai angkatan, tidak terkecuali pada mahasiswa yang sedang menempuh skripsi (Syarafina, 2019).

Kemampuan dan kesiapan mahasiswa akan diuji melalui tugas akhir berupa skripsi. Skripsi merupakan bukti integritas mahasiswa sebagai wujud implementasi ilmu yang diperoleh selama di perguruan tinggi (Wakhyudin & Putri, 2020). Proses penyusunan skripsi dilakukan secara individual oleh setiap mahasiswa (Seto et al., 2020). Selama proses penyusunan skripsi, sebagian mahasiswa mengalami kendala dalam mengerjakan skripsi yang dapat mengakibatkan respon berbeda antar mahasiswa. Bagi mahasiswa hambatan atau kesulitan tersebut dianggap sebagai beban berat yang tidak mampu diatasi sehingga mengakibatkan hilangnya motivasi dalam mengerjakan skripsi (Putri et al., 2022).

Semua tantangan yang ada pada diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi membuat mahasiswa cenderung mengalami stres. Sebagai seorang mahasiswa harus memiliki kemampuan untuk mengatasi hambatan (Muin et al., 2024), mengubah hambatan menjadi peluang, dan menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa (Inayatillah, 2015). Dalam mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh mahasiswa tersebut diperlukan adanya kemampuan daya juang untuk menyelesaikan kesulitan yang dikenal dengan istilah *Adversity Quotient* (Zuraida & Zuraidah, 2018).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa hipotesis mayor diterima yang artinya hubungan signifikansi antara regulasi diri dan *adversity quotient* dengan

prokrastinasi akademik sebesar 30,4% dan 69.6% dipengaruhi oleh faktor lain (Wardani & Nurwardani, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi hubungan antara regulasi diri dan *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja di perguruan tinggi “X” Yogyakarta. Studi yang dilakukan oleh Nanda Nurvita (2019) menunjukkan bahwa strategi *focus group discussion* yang digunakan memberikan kenaikan yang signifikan serta efektif untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) IAIN Tulungagung.

Dari pemaparan penelitian di atas, dapat dijelaskan bahwa memang telah ada penelitian yang membahas tentang teknik *problem solving* dan *adversity quotient*. Namun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian ini menggunakan teknik *problem solving* untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dalam menyelesaikan tugas akhir di Institut Daarul Qur’an Jakarta oleh sebab itu peneliti menjamin keaslian penelitian ini. Teknik *problem solving* atau pemecahan masalah ini digunakan dengan tujuan untuk menuntun individu pada proses berpikir kritis, berpikir analitis, berpikir reflektif, pengembangan daya nalar pada proses cara-cara pemecahan masalah, dan mampu mengambil keputusan secara tepat bagi setiap individu.

Bimbingan kelompok teknik *problem solving* dinilai mampu untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir, karena layanan bimbingan kelompok secara konseptual efektif dalam memberikan intervensi-intervensi positif kepada mahasiswa. Oleh karena itu penulis tertarik untuk menggunakan teknik *problem solving* dalam menemukan dan memecahkan masalah berdasarkan bagaimana individu merespon kesulitan serta perubahan-perubahan yang dihadapinya dengan baik. Dari latar belakang di atas serta berdasarkan fenomena yang terjadi, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan Kemampuan *Adversity Quotient* Mahasiswa Tingkat Akhir”.

## **METODE PENELITIAN**

Permasalahan yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini adalah cara meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir melalui bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Oleh karena itu pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode kuasi eksperimen. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif dengan tujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2022).

Penelitian menggunakan desain eksperimental yaitu penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan atau *treatment* tertentu pada subjek penelitian (Rahman, 2018). Metode kuasi eksperimen digunakan untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok menggunakan teknik *problem solving* untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir. Desain penelitian ini menggunakan jenis desain *kuasi eksperimental design* dengan

desain penelitian *nonequivalent pretest-posttest control group design*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2022).

*Adversity quotient* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teori yang dikembangkan oleh Paul G. Stoltz. Pernyataan dalam inventori diwujudkan dalam dua jenis yaitu *favorable* dan *un-favorable* yang memiliki lima varian respon jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Berikut disajikan pola penyekoran inventori yang dikutip dari Siregar (2020). Dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1.** Kategori Pemberian Skor Pernyataan Inventori *Adversity Quotient*

Pernyataan	Pilihan				
	SS	S	KS	TS	STS
Positif	5	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4	5

Sumber:(Siregar, 2020)

Kisi-kisi instrumen dikembangkan menjadi empat dimensi *adversity quotient* yaitu (1) *control* (kendali), (2) *origin* dan *ownership* (asal-usul dan pengakuan), (3) *reach* (jangkauan), (4) *endurance* (daya tahan). Instrumen yang digunakan yaitu skala *adversity quotient* dari Stoltz, yang dinamakan *Adversity Response Profile (ARP) quick take* disusun berdasarkan empat dimensi CO<sub>2</sub>RE yang diciptakan oleh Stoltz (2020), divariasikan oleh peneliti untuk *setting* mahasiswa. Dalam mengisi kuisioner ini, responden diminta untuk menempatkan diri mereka sesuai dengan tantangan yang harus digambarkan terlebih dahulu, setelah itu barulah responden mengisi pernyataan yang paling mencerminkan kondisinya saat menghadapi kesulitan tersebut. Skor *adversity quotient* ditunjukkan dengan skor yang diperoleh responden, yaitu semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi tingkat *adversity quotient* yang di miliknya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan semakin rendah tingkat *adversity quotient*-nya. Kisi-kisi instrumen *adversity quotient* dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut:

**Tabel 2.** Kisi-kisi Instrumen *Adversity Quotient*

Dimensi	Indikator	Nomor Item		Total
		Positif	Negatif	
<i>Control</i> (Kendali)	Dapat mengendalikan kesulitan yang dihadapi	1, 2	3, 4	4
	Mampu Memotivasi diri sendiri	5	6, 7	3
<i>Origin</i> dan <i>Ownership</i> (Asal usul dan Pengakuan)	Dapat mengidentifikasi penyebab terjadinya Kesulitan	8, 9	10, 11	4
	Optimis terhadap kesulitan yang dihadapi	12, 13	14, 15	4
<i>Reach</i> (Jangkauan)	Dapat mencari solusi atas setiap kesulitan	16, 17	18, 19, 20	5
	Dapat menempatkan diri pada situasi sulit	21	22, 23	3

	Penguatan diri terhadap kesulitan	24	25	2
<i>Endurance</i> (Daya Tahan)	Dapat bekerja keras terhadap rintangan yang dihadapi	26, 27	28, 29	4
	Dapat bertahan menghadapi kesulitan yang dialami	30, 31, 32	33, 34, 35	6
Jumlah				<b>35</b>

Sumber: (Stoltz, 2020)

Analisis data pada penelitian kuantitatif meliputi pengolahan data dan penyajian data serta melakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji statistik (Siregar, 2020). Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistik, dan statistik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu statistik deskriptif.

Statistik deskriptif merupakan statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa maksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2022). Analisis data adalah proses pengumpulan dan pemilahan data ke dalam pola, kategori, dan satuan deskriptif dasar dengan tujuan menemukan tema dan merumuskan hipotesis kerja berdasarkan data yang diperoleh. Untuk menjawab pertanyaan penelitian seperti apa gambaran umum *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir, dibuatlah klasifikasi standar empiris (statistik empiris) menjadi tingkat tinggi, rendah dan sedang dengan menggunakan norma empirik (statistik empirik). Rerata dan standar deviasi didapatkan dari data empirik yang dipakai sebagai referensi dalam kategorisasi. Adapun norma kategorisasi subjek penelitian diuraikan sebagai berikut:

**Tabel 3. Norma Kategorisasi Sampel Penelitian**

<b>Rumus Norma Kategori</b>	<b>Interval Skor</b>	<b>Kategori</b>
$(\text{Mean} + 1,0 \text{ SD}) > X$	>117	Tinggi
$(\text{Mean} - 1,0 \text{ SD}) < X < (\text{Mean} + 1,0 \text{ SD})$	<84-<117	Sedang
$X < (\text{Mean} - 1,0 \text{ SD})$	<84	Rendah

Sumber: (Azwar, 2014).

**Keterangan:**

M = Mean

SD = Standar Deviasi

Hasil penelitian ini dianalisis menggunakan *wilcoxon t-test* yaitu mencari perbedaan antara nilai *pre-test* dan *post-test*, pelaksanaan dalam uji *wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut. Rumusan uji *wilcoxon rang test* adalah sebagai berikut:

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4N(N+1)}}{\sqrt{\frac{1}{24N(N+1)(2N+1)}}$$

Keterangan:

N = Jumlah data

T = Jumlah rangking dari nilai selisih yang negative atau positif

Uji *wilcoxon* dalam penelitian ini untuk melihat ada beberapa mahasiswa yang mengalami peningkatan *adversity quotient* (*positive rank*), yang mengalami penurunan *adversity quotient* (*negative rank*), dan ada beberapa mahasiswa yang tidak memiliki peningkatan serta penurunan dalam *adversity quotient* (*ties rank*).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini adalah data *pre-test* dan *post-test* yang diberikan kepada kelompok eksperimen.

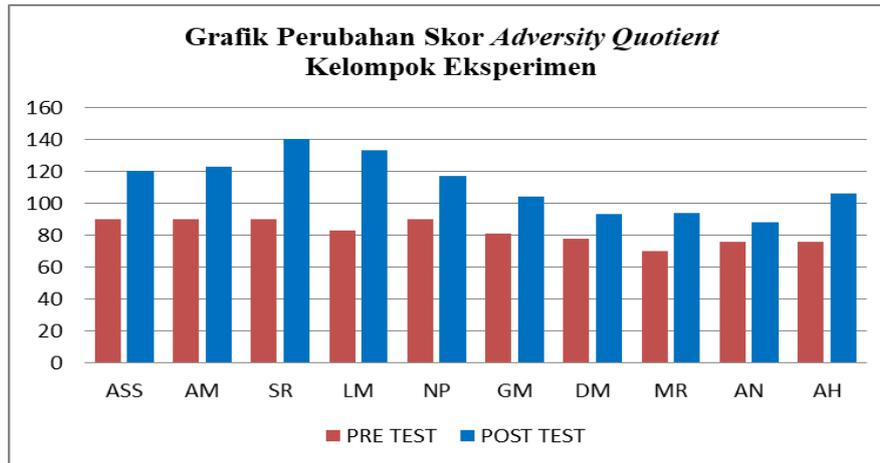
Data hasil pengolahan ditunjukkan pada tabel 4 sebagai berikut:

**Tabel 4.** Perubahan Skor Adversity Quotien Mahasiswa Tingkat Akhir Kelompok Eksperimen Sebelum dan Sesudah Mengikuti Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving.

NO	RESPONDEN	PRE TEST	KATEGORI	POST TEST	KATEGORI
1	ASS	90	SEDANG	120	TINGGI
2	AM	90	SEDANG	123	TINGGI
3	SR	90	SEDANG	140	TINGGI
4	LM	83	RENDAH	133	TINGGI
5	NP	90	SEDANG	117	TINGGI
6	GM	81	RENDAH	104	SEDANG
7	DM	78	RENDAH	93	SEDANG
8	MR	70	RENDAH	94	SEDANG
9	AN	76	RENDAH	88	SEDANG
10	AH	76	RENDAH	106	SEDANG
	<b>Rata-rata</b>	82,4	RENDAH	111, 8	SEDANG

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa data sebelum dan sesudah melaksanakan bimbingan kelompok teknik *problem solving* pada kelompok eksperimen didapatkan hasil bahwa secara keseluruhan terjadi peningkatan skor *adversity quotient* pada mahasiswa tingkat akhir. Peningkatan skor dapat dilihat dari perubahan sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok yang mengalami perubahan skor yang signifikan. Apabila dilihat secara rata-rata, skor *post-test* lebih tinggi yaitu 111, 8 daripada skor *pre-test* 82,4. Namun keduanya masih pada kategori sedang dan rendah.

Selanjutnya dapat dijelaskan bahwa skor *pretest* kelompok eksperimen yaitu 6 responden pada kategori rendah dan 4 responden pada kategori sedang. Sementara itu, pada hasil *posttest*, responden yang memiliki *adversity quotient* tinggi sebanyak 4 orang dan kategori sedang sebanyak 6 responden. Gambaran lebih jelas dapat dilihat berikut ini.



Grafik 1. Perubahan Skor Adversity Quotient Mahasiswa Tingkat Akhir Kelompok Eksperimen Sebelum dan Sesudah mengikuti Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving

Hasil angket *pre-test* dan *post-test adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir kelompok kontrol.

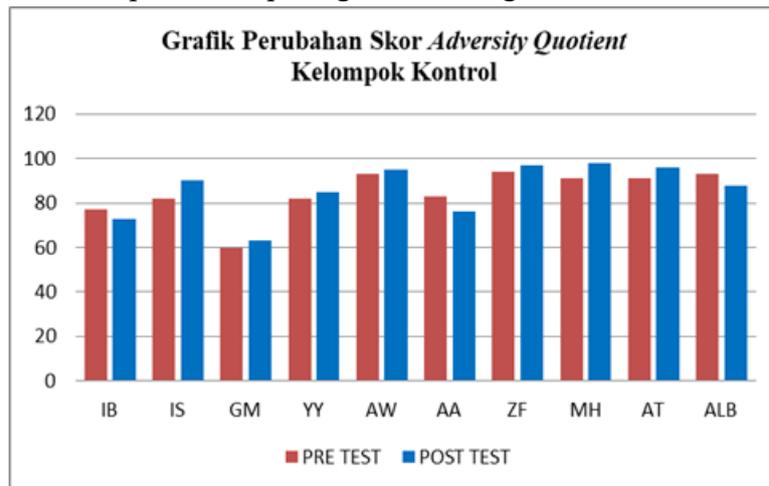
Berikut ini adalah data *pre-test* dan *post-test* yang diberikan kepada kelompok kontrol. Data hasil pengolahan akan disajikan pada tabel berikut ini.

**Tabel 5.** Perubahan Skor Adversity Quotient Mahasiswa Tingkat Akhir Pada Kelompok Kontrol

NO	RESPON	PRE TEST	KATEGORI	POST TEST	KATEGORI
1	IB	77	RENDAH	73	RENDAH
2	IS	82	RENDAH	90	SEDANG
3	GM	60	RENDAH	63	RENDAH
4	YY	82	RENDAH	85	SEDANG
5	AW	93	SEDANG	95	SEDANG
6	AA	83	RENDAH	76	RENDAH
7	ZF	94	SEDANG	97	SEDANG
8	MH	91	SEDANG	98	SEDANG
9	AT	91	SEDANG	96	SEDANG
10	ALB	93	SEDANG	88	SEDANG
	<b>Rata-rata</b>	84,6	RENDAH	86,1	RENDAH

Berdasarkan tabel di atas data sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok kontrol terjadi peningkatan dan penurunan melihat pada skor perolehan *pre-test* dan *post-test* kelompok kontrol mengalami perubahan yang tidak terlalu signifikan. Apabila dilihat secara rata-rata, skor *post-test* lebih tinggi yaitu 86,1 daripada skor *pre-test* 84, 6. Namun keduanya masih pada kategori rendah. Selanjutnya dapat dijelaskan bahwa skor *pretest* kelompok kontrol yaitu 5 responden pada kategori rendah dan 5 responden pada kategori sedang. Sementara itu, pada hasil *posttest*,

responden yang memiliki *adversity quotient* rendah sebanyak 3 responden dan kategori sedang sebanyak 7 responden. Nilai skor *adversity quotient* akhir kelompok kontrol dapat dilihat pada grafik 2 sebagai berikut:



*Grafik 2. Perubahan Skor Adversity Quotient Mahasiswa Tingkat Akhir Kelompok Kontrol*

### Uji Statistik *Wilcoxon*

Untuk menguji keefektifan bimbingan kelompok teknik problem solving dalam meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir dapat diketahui dengan melakukan uji *wilcoxon* untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata dua sampel. Hasil uji statistik teknik problem solving sebagai upaya memperoleh keyakinan data empirik tentang pengaruh intervensi yang dilakukan untuk meningkatkan *adversity quotient* dilakukan dengan pengujian hipotesis. Adapun hipotesis yang di uji dalam penelitian ini yakni:

Ho : Bimbingan kelompok teknik problem solving tidak efektif untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir.

Ha: Bimbingan kelompok teknik problem solving efektif untuk meningkatkan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir.

Dasar pengambilan keputusan uji *wilcoxon* yaitu Jika nilai *Asymp. Sig* < 0,05, maka Ha diterima

Jika nilai *Asymp. Sig* > 0,05, maka Ha ditolak Pengujian hipotesis bimbingan kelompok teknik problem solving untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir diperoleh dengan menghitung skor *adversity quotient* mahasiswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Analisis skor dilakukan dengan menggunakan uji statistik nonparametrik *wilcoxon* yang diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Wilcoxon Antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Test Statistics <sup>a</sup>		
	Post-Test Eksperimen - Pre-Test Eksperimen	Post-Test Kontrol - Pre- Test Kontrol
Z	-2,807 <sup>b</sup>	-,767 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005	,443
a. Wilcoxon Signed Ranks Test		
b. Based on negative ranks.		

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil bahwa nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* sebesar 0,005. Karena nilai  $0,005 < 0,05$  maka hipotesis diterima. Artinya ada perbedaan rata-rata antara hasil *adversity quotient* nilai *pre-test* dan *post-test* sehingga dapat disimpulkan pula bahwa bimbingan kelompok teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir.

Penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Stoltz yaitu *adversity quotient* adalah serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon individu terhadap kesulitan, yang akan memberikan efektivitas pribadi dan profesional individu secara keseluruhan. *Adversity quotient* memberitahu seberapa jauh individu bertahan menghadapi kesulitan dan kemampuan untuk mengatasinya, meramalkan siapa yang akan hancur, meramalkan siapa yang akan melampaui harapan-harapan atau potensi mereka, serta siapa yang akan gagal, meramalkan siapa yang akan menyerah dan siapa yang akan tetap bertahan (Stoltz, 2020).

*Adversity quotient* memiliki pengaruh yang sangat penting bagi mahasiswa dalam mencapai suatu keberhasilan untuk menyelesaikan tugas akhir. Tanpa adanya *adversity quotient*, mahasiswa menjadi tidak bersemangat dalam menyelesaikan tugas akhir, mengalami kesulitan, yang akhirnya berdampak pada penundaan tugas akhir. Untuk itu mahasiswa memerlukan adanya *adversity quotient* yang tinggi agar dapat bersemangat dalam mengerjakan dan berhasil mencapai target yang sudah ditetapkan dalam penyelesaian tugas akhir (Arifyanto et al., 2020).

Berdasarkan penjelasan di atas, *problem solving* memberikan kontribusi yang bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan *adversity quotient* individu sesuai dengan teori Djamarah dan Zain yang menyatakan bahwasanya *problem solving* merupakan upaya merumuskan masalah dan memberikan respon terhadap rangsangan yang menggambarkan atau membangkitkan situasi problematika dengan menggunakan berbagai kaidah yang telah dikuasainya. Maka sejalan dengan teori Watanabe yang menyatakan bahwasanya *problem solving* yaitu salah satu kemampuan penting yang dimiliki individu diantaranya yaitu kombinasi antara berpikir dan bertindak, maka dapat disimpulkan dari kedua teori diatas *adversity quotient* dapat ditingkatkan menggunakan pendekatan teknik *problem solving* yang

menuntut individu aktif dalam berpikir secara mandiri dan dapat menyelaraskan antara pikiran dan tindakannya (Kintana, 2019).

Penelitian ini merujuk pada konsep *adversity quotient* yang dikemukakan oleh Stoltz. *Adversity quotient* dapat berlangsung efektif apabila mahasiswa dapat mencapai setiap dimensi yang terkandung dalam *adversity quotient* yaitu *control* (kontrol), *origin and ownership* (asal-usul dan pengakuan), *reach* (jangkauan), dan *endurance* (daya tahan). Pada penelitian ini diharapkan mahasiswa mampu memiliki tingkat pencapaian pada setiap dimensi dikarenakan setiap dimensi saling berkesinambungan dalam pencapaian daya juang mahasiswa (Stoltz, 2020).

Hasil penelitian pada *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir menunjukkan perubahan yang signifikan pada setiap dimensinya hal ini didukung oleh perubahan peningkatan skor *pre-test* dan *post-test* setelah pemberian intervensi, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima dalam arti pendekatan *problem solving* efektif untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir di Institut Daarul Qur'an Jakarta.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya mengenai bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir, maka dapat disimpulkan secara umum bahwa bimbingan kelompok teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir. Teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan kemampuan *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir terutama pada dimensi *endurance*. Penelitian tersebut berdasarkan pengujian secara statistik disertai data kualitatif berupa proses dan respon mahasiswa yang tertuang dalam tugas yang diberikan. Pada kelompok eksperimen dimensi yang mengalami peningkatan paling tinggi adalah *endurance* atau daya tahan dalam menghadapi kesulitan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifyanto, A. T., Silondae, D. P. & Darma, M. A. A. (2020). Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kemampuan Adversity Quotient Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Psychocentrum Review*, 2(1), 37–47. <https://doi.org/10.26539/pcr.2196>
- Inayatillah, V. (n.d.). *HUBUNGAN ANTARA ADVERSITY QUOTIENT DENGAN KECENDERUNGAN STRES DALAM MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR (PENULISAN SKRIPSI) PADA MAHASISWA*.
- Khairat, F. H. (2018). *BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SELF INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN DAYA JUANG MAHASISWA Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu*.
- Mardelina, E. & Muhson, A. (2017). Mahasiswa Bekerja Dan Dampaknya Pada Aktivitas Belajar Dan Prestasi Akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201. <https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>

- Muin, S. R. W., Hermatasyah, N. & Muttaqin, M. F. (2024). IMPLEMENTASI KONSELING KELOMPOK DALAM PERILAKU MALADAPTIF REMAJA BROKEN HOME. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 7(2), 353–372.
- Nanda Nurvita, D. (2019). Peningkatan Adversity Quotient Melalui Strategi Focus Group Discussion Pada Mahasiswa. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(1), 54–72. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i1.7210>
- Octavia, E. & Nugraha, S. P. (2013). Hubungan Antara Adversity Quotient Dan Work-Study Conflict Pada Mahasiswa Yang Bekerja. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 44–51.
- Putri, Y. K. (2022). *ADVERSITY QUOTIENT DAN KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR ADVERSITY QUOTIENT AND LEVEL OF ANXIETY AMONG STUDENT WORKING*. V(1), 50–54.
- Rahman, F. (2018). *BIMBINGAN KELOMPOK WELLNESS DALAM PENINGKATAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING MAHASISWA*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Robert, P. & Saar, E. (2012). Learning and working: The impact of the “double status position” on the labour market entry process of graduates in CEE countries. *European Sociological Review*, 28(6), 742–754. <https://doi.org/10.1093/esr/jcr091>
- Seto, S. B., Wondo, M. T. S. & Mei, M. F. (2020). Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi). *Jurnal Basicedu*, 4(3), 733–739. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.431>
- Siregar, S. (2020). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif* (PT. Bumi Aksara (ed.)).
- Stoltz, P. G. (2020). *Faktor Paling Penting dalam meraih sukses Adversity Quotient mengubah hambatan menjadi peluang*. PT Grasindo.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif*. ALFABETA Jl. Gegerkalong Hilir No. 84 Bandung.
- Syarafina, S. O. (2019). Pengaruh Optimisme dan Kesadaran Diri Terhadap Adversity Quotient Mahasiswa Skripsi Sambil Bekerja. *Cognicia*, 7(3), 295. <https://doi.org/10.22219/cognicia.vol7.no3.295-307>
- van der Meer, P. & Wielers, R. (2001). The increased labour market participation of Dutch students. *Work, Employment and Society*, 15(1), 55–71. <https://doi.org/10.1177/09500170122118779>
- Vinas, D. K. D. & Aquino-malabanan, M. G. (2015). *Adversity Quotient and Coping Strategies of College Students in Lyceum of the Philippines University*. 2(3), 68–72.
- Virlia, S. (2015). Hubungan Adversity Quotient Dan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia. *Psibernetika*, 8(1), 62–75.
- Wakhyudin, H. & Putri, A. D. S. (2020). Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *WASIS: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 14–18. <https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>

- Wardani, A. K. & Nurwardani, M. (2019). Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Regulasi Diri Dan Adversity Quotient Pada Mahasiswa Yang Bekerja Di Perguruan Tinggi “X” Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*, 7(1), 14–21. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v7i1.1665>
- Wayan, N. & Puspitadewi, S. (n.d.). *Hubungan antara stres dan motivasi kerja pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.*
- Zuraida & Zuraidah. (2018). *HUBUNGAN ADVERSITY QUOTIENT DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM PENYELESAIAN SKRIPSI PADA MAHASISWA*. 2(2), 136–147.