

## Adversity Quotient: The Role of Social Support and Optimism as Mediator Variables in Working Students

### Adversity Quotient: Peran Dukungan Sosial dan Optimisme sebagai Variabel Mediator pada Mahasiswa Bekerja

Novia Rahmani Safitri<sup>1</sup>, Linda Mora<sup>2</sup>, Haryanti Mustika<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Psikologi, University Buana Perjuangan, Indonesia

Email: <sup>1</sup>[ps21.noviasafitri@mhs.ac.id](mailto:ps21.noviasafitri@mhs.ac.id), <sup>2</sup>[linda.siregar@ubpkarawang.ac.id](mailto:linda.siregar@ubpkarawang.ac.id), <sup>3</sup>[haryanti.mustika@ubpkarawang.ac.id](mailto:haryanti.mustika@ubpkarawang.ac.id)

Artikel Info	ABSTRACT
<p><b>Riwayat Artikel:</b> Penyerahan 2025-04-28 Revisi 2025-05-15 Diterima 2025-07-03</p> <p><b>Keyword:</b> Adversity Quotient; Optimism; Social Support</p>	<p>A major challenge for working students is balancing the demands of study and work simultaneously. The ability to face challenges and overcome obstacles, known as adversity quotient, is very important for working students. The purpose of this study is to analyze how social support affects the adversity quotient of working students, with optimism having a role in the mediator variable. This study adopted a quantitative approach by involving 225 students from UBP Karawang Psychology Department as participants. The sampling technique applied was non-probability sampling using purposive sampling approach. Data collection was conducted through three instruments, namely the Adversity Response Profile (ARP), Life Orientation Test - Revised (LOT-R), and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Data were analyzed by testing the assumptions of normality and linearity, followed by path analysis. The results indicated that social support and adversity quotient did not show a significant influence (<math>p &gt; 0.067</math>). However, there was a significant influence between social support and optimism (<math>p &lt; 0.001</math>). In addition, optimism also showed a significant influence on adversity quotient (<math>p &lt; 0.001</math>). Significantly (<math>p &lt; 0.001</math>) revealed optimism plays a role as a full mediator of social support on adversity quotient.</p>
ABSTRAK	Kata Kunci
<p>Tantangan besar bagi mahasiswa bekerja merupakan menyeimbangkan tuntutan perkuliahan dan pekerjaan secara bersamaan. Kemampuan untuk menghadapi tantangan dan mengatasi hambatan, yang dikenal sebagai <i>adversity quotient</i>, sangat penting bagi mahasiswa bekerja. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis bagaimana dukungan sosial mempengaruhi <i>adversity quotient</i> mahasiswa bekerja, dengan optimisme yang memiliki peran dalam variabel mediator. Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif dengan melibatkan 225 mahasiswa dari Jurusan Psikologi UBP Karawang sebagai partisipan. Teknik pengambilan sampel yang diterapkan adalah non-probability sampling menggunakan pendekatan purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga instrumen, yakni <i>Adversity Response Profile</i> (ARP), <i>Life Orientation Test - Revised</i> (LOT-R), serta <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (MSPSS). Data dianalisis dengan menguji asumsi normalitas dan linearitas, dilanjutkan dengan analisis jalur (<i>path analysis</i>). Hasil penelitian mengindikasikan bahwa dukungan sosial dan <i>adversity quotient</i> tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan (<math>p &gt; 0.067</math>). Namun demikian, ditemukan adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan optimisme (<math>p &lt; 0.001</math>). Selain itu, optimisme juga menunjukkan pengaruh signifikan terhadap <i>adversity quotient</i> (<math>p &lt; 0.001</math>). Secara signifikansi (<math>p &lt; 0.001</math>) mengungkapkan optimisme berperan sebagai mediator penuh dukungan sosial terhadap <i>adversity quotient</i>.</p>	<p>Adversity Quotient; Optimisme; Dukungan Sosial</p>
<p>Copyright (c) 2025 Novia Rahmani Safitri, Linda Mora, Haryanti Mustika</p>	
<p><b>Korespondensi:</b>  Linda Mora Universitas Buana Perjuangan Karawang Email: <a href="mailto:linda.siregar@ubpkarawang.ac.id">linda.siregar@ubpkarawang.ac.id</a></p>	

## LATAR BELAKANG

Mahasiswa yang terdaftar pendidikan di perguruan tinggi, tidak hanya dituntut untuk berprestasi secara akademik, melainkan dapat mengembangkan dirinya dengan mencari berbagai kegiatan di luar kampus, salah satunya dengan bekerja (Septiana et al., 2023). Salah satu motivasi mahasiswa dalam menjalani perkuliahan sembari bekerja adalah keinginan untuk memperluas pengalaman serta upaya memenuhi kebutuhan finansial (Hakim & Hasmira, 2022).

Berdasarkan hasil survei “Biaya Hidup Mahasiswa 2024” yang diselenggarakan oleh UPN Veteran Yogyakarta, lebih dari 25% mahasiswa di Yogyakarta menjalani kuliah sambil bekerja (Apriyanti et al., 2021). Data Badan Pusat Statistik (BPS) pada Februari 2025 menunjukkan bahwa sekitar 83,84% anak muda berusia 15-24 tahun yang tergolong dalam angkatan kerja sudah memiliki pekerjaan. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar generasi muda di Indonesia aktif bekerja.

Peran utama mahasiswa yang bekerja tetaplah sebagai pelajar. Namun, mahasiswa yang memutuskan untuk bekerja diharuskan untuk dapat menyeimbangkan pendidikan serta pekerjaannya secara bersamaan dengan baik (Octavia & Nugraha, 2013). Menyeimbangkan keduanya merupakan tantangan, karena banyak mahasiswa yang merasa kewalahan sehingga berdampak negatif pada studinya. Ketidakmampuan menyeimbangkan aktivitas akademik dan pekerjaan seringkali memaksa mahasiswa untuk mengorbankan salah satunya (Mardelina & Muhson, 2017).

Keberhasilan dalam menyeimbangkan peran sebagai mahasiswa yang juga bekerja, tergantung pada ketahanan dan keyakinan diri individu dalam menghadapi berbagai tantangan (Masni, 2015). Ketahanan diri dan keyakinan diri memegang peranan penting dalam kemampuan individu untuk mengatasi tantangan dan meraih tujuan hidupnya (Apriyani & Uyun, 2023). Mahasiswa yang bekerja namun kurang memiliki ketahanan diri cenderung akan mengalami kesulitan, dan sering merasa kewalahan. Kemampuan individu untuk menghadapi serta mengatasi berbagai tantangan hidup disebut sebagai *adversity quotient* (Rahmawan & Selviana, 2021).

Kemampuan individu dalam menghadapi dan mengatasi tantangan disebut *adversity quotient* (Stoltz dalam Matore et al., 2020). *Adversity quotient* menjadi isu penting bagi mahasiswa bekerja, terutama mahasiswa yang setelah bekerja dilanjutkan mengambil kuliah malam. Studi Gusria dan Pratiwi (2022), menunjukkan bahwa mahasiswa kelas malam yang bekerja cenderung memiliki *adversity quotient yang rendah*. Kondisi ini membuat mereka kesulitan melewati tantangan pada saat menjalani perkuliahan dan hal ini berdampak pada prestasi belajarnya. Rendahnya *adversity quotient* membuat mahasiswa lebih mudah merasa stres dan kurang mampu bertahan menghadapi tekanan, sehingga prestasi akademik pun bisa menurun.

Dalam menjalani pendidikan tinggi, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tantangan. Sejalan dengan penelitian oleh Dudija (2011), mengindikasikan bahwa pengalaman bekerja berkontribusi pada peningkatan

motivasi belajar mahasiswa. Dibandingkan mahasiswa yang hanya fokus kuliah, mahasiswa yang bekerja memiliki tingkat penyelesaian tugas akhir yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak bekerja. Namun, hal tersebut berbeda dengan temuan Ulfah (2010), bahwa mahasiswa yang bekerja biasanya memerlukan durasi studi yang lebih panjang dalam menyelesaikan pendidikannya, karena kesulitan dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan penyelesaian tugas akhirnya. Perbedaan hasil penelitian ini menyoroti bahwa respon mahasiswa terhadap tantangan sangat bergantung pada tingkat *adversity quotient*nya.

Dimensi *Control*, *Origin* dan *Ownership*, *Reach*, serta *Endurance* atau disingkat menjadi CO<sub>2</sub>RE dapat digunakan untuk mengukur *adversity quotient* mahasiswa dalam menghadapi sebuah tantangan atau permasalahan (Stoltz dalam Matore et al., 2020). Dalam dimensi *control* mahasiswa menunjukkan kapasitas untuk mengatur tantangan yang dihadapi. Dimensi *origin* dan *endurance* mencerminkan kemampuan mahasiswa untuk bertanggung jawab atas masalahnya. Dimensi *reach* dan *endurance* menunjukkan kemampuan mahasiswa untuk mempertahankan kinerja optimal sebagai mahasiswa dan pekerja (Octavia & Nugraha, 2013).

Mahasiswa bekerja yang kuliah di UBP Karawang memberikan contoh nyata dari fenomena *adversity quotient* pada mahasiswa bekerja. Berdasarkan hasil penelitian, menemukan mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengendalikan situasi (*control*), cenderung menyalahkan faktor eksternal atas masalah yang dihadapi (*origin* dan *ownership*), serta mengalami tekanan kerja yang dapat memengaruhi suasana belajar (*reach*), selain itu, mahasiswa bekerja kesulitan menyeimbangkan antara kuliah dan pekerjaan (*endurance*). *Adversity quotient* inilah menjadi salah satu faktor penting yang mendasari semua segi kesuksesan, termasuk karier dan kehidupan individu (Cerya, 2017). Besar atau kecilnya suatu permasalahan yang dihadapi pada masa perkuliahan tersebut tergantung bagaimana persepsi mahasiswa itu sendiri. Ketika mahasiswa mampu mengelola *adversitasnya* dengan baik, maka suatu permasalahan yang dihadapinya akan berubah menjadi sebuah tantangan yang harus dilewati (Napitupulu et al., 2007).

Diperkuat dengan hasil wawancara dengan mahasiswa yang bekerja UBP Karawang, yang menunjukkan mahasiswa sering merasa kewalahan dalam menangani masalah perkuliahan maupun pekerjaannya. Selain itu, mahasiswa bekerja juga merasa kesulitan saat harus mengerjakan tugas yang diberikan secara mendadak. Situasi ini membuat mahasiswa bekerja sulit untuk menjaga fokus dalam menyelesaikan tugas kuliah secara optimal. Akibatnya, proses pengumpulan tugas menjadi kurang maksimal dan berdampak pada penurunan prestasi akademik setiap semester. Hal ini disebabkan oleh tantangan dalam membagi aktivitas antara pekerjaan dan kegiatan belajar. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan temuan yang telah dilakukan oleh (Oktavia & Nugraha, 2013) bahwa peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja berdampak pada peningkatan kesibukan dan penurunan nilai akademik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, menunjukkan korelasi negatif antara *adversity quotient* dan tantangan yang dihadapi mahasiswa bekerja. Mahasiswa bekerja dengan *adversity quotient* yang rendah akan mengalami kesulitan lebih besar dalam mengelola stres, menyesuaikan diri dengan situasi baru, dan bangkit dari kesulitan. Hal ini ditunjukkan oleh berbagai kesulitan yang mahasiswa bekerja hadapi saat menghadapi tantangan, yang mungkin disebabkan rendahnya *adversity* (Nurfritri & Nastiti, 2022). Dengan hal tersebut membuat mahasiswa lebih rentan menyerah ketika menghadapi kesulitan, sehingga berdampak negatif pada prestasi belajar dan pekerjaannya (U.S, 2015).

Optimisme, daya saing, bakat, karakter, motivasi, kecerdasan, kesehatan, kinerja, pendidikan, ketekunan, perbaikan, belajar, dan lingkungan menjadi faktor yang memengaruhi *adversity quotient* (Stoltz dalam Hariyati & Dewi, 2021). Salah satu cara lingkungan dapat memengaruhi individu adalah melalui dukungan sosial yang diterimanya. Karena dengan lingkungan dapat memengaruhi adaptasi dan respons individu terhadap kesulitan (Aulia et al., 2020). Dukungan sosial dapat diartikan sebagai bentuk bantuan dari lingkungan terdekatnya yang dapat memberikan motivasi dan rasa percaya diri, sehingga individu tersebut dapat merasa diperhatikan, disayangi, dan dihormati. Bentuk dukungan ini dapat diperoleh baik itu aspek keluarga, teman, maupun orang penting lainnya (Zimet et al., 1988). Sedangkan menurut Sari dan Mariana (2020), dukungan sosial merupakan mekanisme penting yang membantu individu dalam mengatasi masalah.

Dukungan sosial berperan penting dalam membangun ketahanan individu untuk menghadapi berbagai tantangan. Mahasiswa bekerja yang merasa didukung dan dihargai oleh lingkungan sekitar cenderung lebih mampu mengatasi kesulitan dalam penyeimbangan tuntutan akademik dan pekerjaan (Kumalasari & Ahyani, 2012). Dukungan sosial dapat berupa dukungan emosional, penyediaan informasi, bantuan praktis, dan peningkatan rasa percaya diri melalui apresiasi positif (Sari & Mariana, 2020).

Temuan mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *adversity quotient* menunjukkan temuan yang beragam dan belum menemukan hasil yang konsisten. Temuan ini dibuktikan oleh Puspasari et al., (2012), yang dilakukan pada remaja dalam masa transisi sekolah menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial dan *Adversity Quotient*. Selain itu, temuan Nurhindazah dan Kustanti (2016), mendukung temuan sebelumnya, menemukan hubungan positif *adversity quotient* dan tingkat dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga. Artinya, semakin besar dukungan keluarga, semakin tinggi pula kemampuan individu untuk mengatasi kesulitan. Sehingga menegaskan pentingnya peran keluarga dalam proses adaptasi terhadap tekanan atau hambatan. Namun, menurut Nurwahidah dan Rozali (2016), studi ini tidak menemukan hal yang serupa pada penelitiannya yaitu, dukungan sosial dan *adversity quotient* tidak berkorelasi signifikan pada pengguna narkoba suntik yang berada di PTRM. Penelitian tersebut justru menekankan bahwa ada berbagai faktor lain yang berperan dalam memengaruhi kondisi individu, seperti,

seperti genetika, optimisme, kecerdasan, bakat, karakter, keyakinan, kesehatan, dan pendidikan.

Mengacu pada uraian di atas, peningkatan *adversity quotient* tidak hanya dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial yang diterima, melainkan dengan optimisme yang ada di dalam diri individu dapat membantu untuk membangun dan meningkatkan *adversity quotient* (Setiadi & Selviana, 2024). Optimisme adalah sejauh mana individu menunjukkan tingkat harapan dan keyakinan positif yang dimilikinya terhadap masa depan. Aspek optimisme ini meliputi tujuan yang ingin dicapai, serta harapan yang dimiliki untuk meraih hasil yang baik di masa depan (Carver & Scheier, 2017). Mahasiswa yang optimis cenderung ketika dihadapkan pada sebuah tantangan pada akademik maupun pekerjaannya, akan mampu mengatasinya dengan baik. Karena sikap optimis ini berdasar pada sebuah pandangan akan kemampuan dirinya sendiri (Tri & Rahayu, 2024).

Optimisme merupakan suatu keyakinan positif terhadap masa depan yang berperan penting dalam menghadapi berbagai peristiwa hidup, sikap optimis ini tidak hanya memberikan harapan, tetapi memainkan peran penting dalam membantu individu dalam menghadapi berbagai tantangan. Ketidakmampuan berpikir optimis dapat memicu tekanan emosional ketika harapan tidak terpenuhi, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada rendahnya *adversity quotient* dan menimbulkan berbagai permasalahan (Rikumahu & Rahayu, 2022). Temuan ini dibuktikan oleh Utami et al., (2014), bahwa tingkat optimisme berkorelasi positif dengan kecerdasan mengatasi masalah pada mahasiswa Psikologi UNS yang menyusun skripsi. Temuan ini mengungkapkan adanya kaitan positif antara optimisme dengan kemampuan mahasiswa dalam mengatasi tantangan. Selain itu, studi yang dilaksanakan oleh Muslimah dan Satwika (2019), terhadap siswa SMA kelas 11 juga menemukan bahwa siswa dengan tingkat optimisme yang lebih tinggi memiliki kecerdasan dalam menghadapi masalah yang lebih baik, serta kemampuan yang lebih kuat untuk mengatasi tantangan, yang berkaitan dengan *adversity quotient*.

Menjalani dua peran secara bersamaan dengan berbagai tantangan bukanlah hal yang mudah, sehingga mahasiswa yang bekerja sangat mengharapkan penerimaan sosial dan meyakini diri bahwa segala sesuatunya akan berjalan dengan baik, serta meningkatkan optimismenya (Septianingrum & Supraba, 2021). Harapan akan penerimaan sosial dan keyakinan akan kemampuan diri untuk mengatasi tantangan merupakan faktor kunci untuk mahasiswa yang bekerja. Lingkungan yang suportif dan memiliki harapan yang optimis guna masa yang akan datang berperan sebagai penyangga di saat kondisi tekanan yang tinggi, yang membantu mahasiswa menghadapi peran ganda dengan lebih baik.

Menurut hasil penelitian sebelumnya, dukungan sosial diketahui memberikan dampak positif terhadap tingkat optimisme, menurut Sari dan Mariana (2020), dalam penelitian perantau Minang, menemukan korelasi kuat antara dukungan sosial dan perasaan optimis. Yang artinya semakin banyak umpan balik positif yang diterima individu

dari teman dan keluarga, semakin optimis pula perasaannya. Bahkan di antara mahasiswa kelas pekerja, Wardani dan Sugiharto (2020), menemukan hasil yang sebanding, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan faktor penting dalam pengembangan optimisme.

Dukungan sosial dan optimisme berperan penting dalam meningkatkan *adversity quotient*, keduanya memberikan kekuatan mental yang membantu individu memberikan harapan dan keyakinan diri untuk menghadapi tantangan. Gabungan dari dua faktor ini diperkuat oleh temuan Setiadi dan Selviana (2024), yang mendukung hipotesis ini, di MAN 4 Jakarta menunjukkan hubungan positif antara optimisme, dukungan keluarga, dan *adversity quotient*.

Melalui fenomena dan paparan di atas, penelitian ini meneliti bagaimana dukungan sosial mempengaruhi *adversity quotient*, dengan optimisme sebagai mediator pada mahasiswa jurusan Psikologi UBP Karawang yang bekerja.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausal komparatif. Sampel penelitian terdiri dari 225 mahasiswa Program Studi Psikologi di UBP Karawang, dipilih dari populasi 604 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yaitu *non-probabilitas* dengan *purposive sampling*. Pemilihan sampel didasarkan pada kriteria berikut:

(a) terdaftar mahasiswa aktif, (b) mahasiswa/i jurusan Psikologi di UBP Karawang, (c) angkatan tahun 2021 – 2024, (d) sedang menjalani kuliah sambil bekerja. Ukuran sampel ditentukan berdasarkan tabel Isaac dan Michael, dengan tingkat kesalahan 5% serta tingkat kepercayaan 95%.

Setiap skala dalam penelitian ini terdiri atas sejumlah pernyataan yang mencerminkan sikap positif (*favorable*) maupun negatif (*unfavorable*). Alat ukur yang digunakan meliputi tiga skala, yaitu skala *adversity quotient*, skala yang digunakan yaitu skala *Adversity Response Profile* (ARP), yang diadaptasi peneliti dari Stoltz (dalam Matore et al., 2020), terdiri dari 15 butir aitem dan memiliki reliabilitas sebesar 0,923. Skala optimisme yang digunakan yaitu skala *Life Orientation Test – Revised* (LOT-R) diadaptasi dari Carver dan Scheier (2017), berisi 10 butir aitem dengan reliabilitas 0,722. Kemudian skala dukungan sosial dengan skala yang digunakan yaitu skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang diadaptasi dari Zimet et al., (1988), yang mencakup 12 butir aitem dan menunjukkan reliabilitas sebesar 0,85.

Analisis jalur (*path analysis*) digunakan dalam penelitian ini untuk mengkaji hubungan antar variabel yang lebih dari dua, baik yang bersifat langsung maupun tidak langsung. Sebelum melaksanakan analisis tersebut, langkah awal yang dilakukan adalah uji asumsi normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, serta menguji linearitas hubungan antar variabel yang terlibat.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Demografi	Kategori	F	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	80	35.6%
	Perempuan	145	64.4%
Pendidikan	S1 Psikologi	225	100%
Masa Kerja	1 Tahun	62	27.6%
	2 Tahun	45	20%
	>2 Tahun	118	52.4%

Partisipan penelitian ini melibatkan 225 orang mahasiswa bekerja pada jurusan Psikologi di UBP Karawang, persentase 35.6% untuk laki-laki dengan jumlah 80 orang dan 64.4% persentase untuk perempuan dengan jumlah 145 orang. Responden yang memiliki masa kerja selama satu

tahun memiliki persentase 27.6% atau sebanyak 62 responden, dua tahun bekerja berjumlah 45 responden dengan persentase 20%, dan lebih dari dua tahun bekerja sebanyak 118 responden dengan persentase 52.4%.

Tabel 2. Uji Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	4.0	4.0
	Sedang	55	24.4	28.4
	Tinggi	161	71.6	100.0
	Total	225	100.0	100.0

Berdasarkan hasil uji kategorisasi variabel dukungan sosial, 9 responden yang termasuk dalam kategori dukungan sosial rendah, dengan persentase 4,0%. Sementara itu, 55 responden berada dalam kategori sedang, yang mencakup

24,4%, dan mayoritas responden, yaitu 161 orang, termasuk dalam kategori dukungan sosial tinggi dengan persentase 71,6%. Maka dengan demikian dapat disimpulkan responden memiliki kategori dukungan sosial yang tinggi.

**Tabel 3. Uji Kategorisasi Variabel Optimisme**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	0	0.0	0.0	0.0
	Sedang	38	16.9	16.9	16.9
	Tinggi	187	83.1	83.1	100.0
	Total	225	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil uji kategorisasi pada variabel optimisme, sebanyak 38 responden yang termasuk dalam kelompok optimisme sedang, yang berjumlah 16,9% dan 187

responden dengan persentase 83,1% dalam kategori tinggi. Maka dengan demikian dapat disimpulkan responden memiliki kategori optimisme yang tinggi.

**Tabel 4. Uji Kategorisasi Variabel Adversity Quotient**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	0	0.0	0.0	0.0
	Sedang	187	83.1	83.1	83.1
	Tinggi	38	16.9	16.9	100.0
	Total	225	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil uji kategorisasi pada variabel *adversity quotient*, sebanyak 187 responden berada dalam kategori *adversity quotient* yang sedang dengan persentase 83,1% dan 38 responden dengan persentase 16,9% dalam

kategori yang tinggi. Maka dengan demikian dapat disimpulkan responden memiliki kategori *adversity quotient* yang sedang.

**Tabel 5. Uji Normalitas**

Variabel	Sig	Keterangan
Dukungan sosial*Optimisme*Adversity Quotient	0.200	Normal

Distribusi data dalam penelitian ini ditentukan dengan melakukan uji normalitas. Hasil uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Data dianggap berdistribusi normal

jika nilai p yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Berdasarkan hasil uji normalitas ( $p = 0.200$ ) mengindikasikan bahwa data memenuhi asumsi normalitas dan berdistribusi normal.

**Tabel 6. Uji Linearitas**

	Sig Linearity	Sig Deviation from linearity	Keterangan
Dukungan sosial*Optimisme*Adversity Quotient	0.000	0.421	Linear

Uji linearitas merupakan uji yang bertujuan untuk mengidentifikasi adanya hubungan linier pada data. Suatu hubungan dianggap linear jika nilai *Sig. Linearity* kurang dari 0.05 serta nilai *Sig. Deviation* harus lebih besar dari 0.05.

Dalam penelitian ini, uji linearitas menunjukkan bahwa optimisme memediasi hubungan yang linear dukungan sosial dan *adversity quotient* (*Sig. Linearity* = 0.000, *Sig. Deviation from linearity* = 0.421).

**Tabel 7. Uji Hipotesis**

Variabel	Estimate	p
Dukungan sosial*Adversity Quotient	-0.008	0.067
Dukungan Sosial* Optimisme	0.039	<0.001
Optimisme *Adversity Quotient	0.696	<0.001
Dukungan Sosial*Optimisme*Adversity Quotient	0.027	<0.001

Metode analisis jalur (*path analysis*) diterapkan untuk pengujian hipotesis, di mana hasil dianggap signifikan secara statistik jika nilai ( $p < 0.05$ ). Dampak dukungan sosial kepada *adversity quotient* tidak signifikan secara statistik ( $p = 0.067 > 0.05$ ) berarti secara statistik dukungan sosial tidak terdapat pengaruh terhadap *adversity quotient*. Tetapi berpengaruh signifikan terhadap optimisme ( $p < 0.001$ ).

Pada variabel optimisme terhadap *adversity quotient* ( $p < 0.001$ ), hasil analisis menunjukkan pengaruh signifikan optimisme terhadap *adversity quotient*. Adapun untuk pengaruh mediator yaitu optimisme menunjukkan nilai ( $p < 0.001$ ) yang mengindikasikan bahwa optimisme berperan sebagai mediator penuh dalam pengaruh di antara dukungan sosial dengan *adversity quotient*.

**Tabel 8. Uji Koefisien Determinasi**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.639 <sup>a</sup>	.408	.402	4.250

Berdasarkan analisis koefisien determinasi, diperoleh nilai R<sup>2</sup> sebesar 0,408, yang menandakan bahwa dukungan sosial dan optimisme mampu menjelaskan sebesar 40,8% dari

variabilitas pada variabel *adversity quotient*. Sementara itu, sisanya sebesar 59,2% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam model ini.

**Tabel 9. Uji beda laki-laki dan perempuan**

Variabel	Sig	Keterangan
Dukungan sosial	0.054	Tidak terdapat perbedaan
Optimisme	0.184	Tidak terdapat perbedaan
Adversity Quotient	0.224	Tidak terdapat perbedaan

Pada penelitian dari tabel 2 ini membandingkan laki-laki dan perempuan untuk mengetahui perbedaan dalam variabel dukungan sosial, optimisme, dan *adversity quotient*, dengan kriteria terdapat perbedaan yang signifikan jika nilai sig tidak lebih dari 0.005. Dalam analisis ini didapatkan hasil,

dukungan sosial ( $p = 0.054$ ), optimisme ( $p = 0.184$ ), *adversity quotient* ( $p = 0.224$ ). Oleh karena itu, analisis ini menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan antar kelompok yang diteliti.

**Tabel 10. Uji beda masa kerja**

Variabel	Sig	Keterangan
Dukungan sosial	0.229	Tidak terdapat perbedaan
Optimisme	0.002	Terdapat perbedaan
Adversity Quotient	0.078	Tidak terdapat perbedaan

Dilakukan uji beda pada tabel 3 untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat dukungan sosial, optimisme, dan *adversity quotient* berdasarkan kategori masa kerja, yang menunjukkan hasil yang beragam antar variabel. Hanya variabel optimisme yang menunjukkan perbedaan signifikan ( $p = 0.002$ ) dalam analisis ini. Namun tidak terdapat perbedaan signifikan pada variabel dukungan sosial ( $p = 0.0229$ ) maupun pada variabel *adversity quotient* ( $p = 0.078$ ). Karena kedua variabel tersebut mendapatkan hasil nilai sig lebih dari 0.005.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena meningkatnya jumlah mahasiswa yang menempuh pendidikan sembari bekerja, khususnya pada jurusan Psikologi UBP Karawang. Penelitian ini untuk mengkaji pengaruh dukungan sosial terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa bekerja pada jurusan Psikologi UBP Karawang, dengan mempertimbangkan peran optimisme sebagai mediator. Hasil penelitian ini diindikasikan dengan nilai ( $p = 0.067$ ) yang artinya tidak ada pengaruh signifikan dukungan sosial terhadap *adversity quotient* mahasiswa yang bekerja. Hasil temuan tersebut sejalan dengan penelitian Nurwahidah dan Rozali (2016), bahwa tidak adanya pengaruh signifikan dukungan sosial terhadap *adversity quotient*.

Kemudian hal tersebut diperkuat dengan hasil uji beda dimana tidak terdapat perbedaan signifikan pada variabel dukungan sosial maupun *adversity quotient* berdasarkan jenis kelamin dan masa kerja, yang didapatkan dengan hasil ( $p > 0.05$ ). Meskipun demikian, berdasarkan uji kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian responden yaitu sebanyak 161

responden memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi dan sebanyak 187 responden memiliki tingkat *adversity quotient* yang sedang. Ini berarti bahwa meskipun dukungan sosial yang dimiliki oleh mahasiswa tinggi, hal tersebut belum tentu berpengaruh langsung terhadap kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan. Maka dari itu, peningkatan *adversity quotient* mahasiswa bekerja dapat dipengaruhi faktor lain seperti daya saing, optimisme, bakat, dan lainnya (Hariyati & Dewi, 2021).

Mahasiswa bekerja yang memperoleh dukungan sosial, cenderung akan memiliki keyakinan yang lebih tinggi dalam menghadapi rintangan yang sedang dihadapinya. Bantuan yang diberikan oleh orang-orang sekitar, khususnya ketika individu menghadapi masa-masa sulit, disebut sebagai dukungan sosial (Nisa & Salim, 2025). Dukungan sosial dapat memberikan dorongan emosional dan motivasi terhadap pengendalian diri serta harapannya di masa depan (Applebaum et al., 2014). Hal tersebut tentunya berbagai sumber dukungan sosial dapat diterima oleh mahasiswa (Zimet et al., 1988). Selain dukungan sosial, optimisme yang ada didalam diri dapat memotivasi mahasiswa untuk bertanggung jawab mempertahankan pandangan positif. Penelitian kedua menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari dukungan sosial terhadap tingkat optimisme, dengan nilai p kurang dari 0,001. Kemudian, didukung dari hasil uji beda pada masa kerja bahwa optimisme ini memiliki perbedaan pada masa kerja mahasiswa dengan nilai sig 0.002.

Penelitian ini menemukan bahwa dengan optimisme yang dimiliki oleh mahasiswa secara signifikan memengaruhi terhadap *adversity quotient* ( $p < 0.001$ ), yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki pandangan optimis

terhadap kehidupan lebih cenderung melihat masa lalu sebagai peluang untuk tumbuh dan belajar. Berdasarkan hasil uji kategorisasi, sebanyak 187 responden tergolong memiliki tingkat optimisme yang tinggi. Selain itu, analisis uji beda menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pada tingkat optimisme antara kelompok mahasiswa laki-laki dan perempuan ( $p > 0.005$ ). Namun, uji beda berdasarkan masa kerja, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat optimisme ( $p < 0.005$ ), yang artinya lama masa kerja berpengaruh terhadap tingkat optimisme mahasiswa.

Penelitian ini menghasilkan temuan yang sebanding dengan penelitian Aprilia dan Khairiyah (2018), yang mengungkapkan adanya hubungan yang erat antara optimisme dan kemampuan dalam mengatasi tantangan atau *adversity quotient*. Optimisme yang tinggi pada mahasiswa berkontribusi pada kemampuannya dalam menghadapi tantangan. Karena mahasiswa yang memiliki tingkat optimisme rendah sering sekali kurang percaya diri dalam kemampuan, dan proses. Hal ini menyebabkan kesulitan dalam mengatasi masalah dan tantangan yang sedang dihadapinya (Tri & Rahayu, 2024).

Hasil analisis mediasi menunjukkan optimisme berperan sebagai mediator langsung dukungan sosial dan *adversity quotient* ( $p < 0.001$ ). Kondisi ini memiliki arti, meskipun dukungan sosial tidak secara langsung memengaruhi *adversity quotient*, efek positifnya terjadi melalui peningkatan optimisme. Optimisme ini berperan sebagai mediator yang menjembatani keterkaitan antara dukungan sosial dengan *adversity quotient*. Mahasiswa yang merasa didukung secara sosial cenderung lebih optimis, dan sikap optimis inilah yang dapat membantu mahasiswa bekerja untuk dapat meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi tantangan. Sesuai dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini menemukan bahwa optimisme, dukungan sosial, dan *adversity quotient* berkorelasi positif (Setiadi & Selviana, 2024).

Temuan ini artinya sejalan dengan teori dan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan sosial mampu untuk meningkatkan optimisme individu (Carver et al., 2010), dan optimisme ini berperan penting dalam meningkatkan ketahanan serta kemampuan dalam menghadapi kesulitan (Souri & Hasanirad, 2011). Sehingga optimisme ini membantu untuk menjadikan tantangan sebagai sebuah peluang, bukan ancaman dan hambatan, sehingga mahasiswa yang bekerja akan lebih proaktif dalam mencari sebuah solusi.

Dengan nilai pengaruh  $-0,8\%$ , hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak secara langsung memengaruhi *adversity quotient*. Namun ketika variabel optimisme hadir, dampak ini meningkat menjadi  $1,9\%$ . Hal ini membuktikan bahwa optimisme sepenuhnya memediasi pengaruh antara dukungan sosial dengan *adversity quotient*. Selain itu, analisis koefisien determinasi menunjukkan nilai  $R^2$  sejumlah  $0,408$ , yang berarti bahwa  $40,8\%$  variabel *adversity quotient* dapat dijelaskan oleh dukungan sosial dan optimisme, sementara  $59,2\%$  sisanya dipengaruhi oleh beberapa variabel lainnya yang tidak tercakup dalam model yang digunakan dalam penelitian ini, seperti faktor

kepribadian, pengalaman hidup, kecerdasan emosi, atau bahkan faktor lingkungan dan budaya (Tugade & Fredrickson, 2004).

Hal ini membuka peluang bagi penelitian selanjutnya, diharapkan agar peneliti mampu mengeksplorasi lebih lanjut mengenai faktor lain yang dapat berperan sebagai mediator dalam hubungan dukungan sosial dan *adversity quotient*, seperti resiliensi, *self-efficacy*, atau regulasi emosi. Selain itu, dapat melibatkan sampel yang lebih beragam untuk mencakup perbedaan karakteristik individu, pemahaman terhadap fenomena yang akan diteliti menjadi lebih menyeluruh.

## KESIMPULAN

Meskipun dukungan sosial tidak secara langsung memengaruhi *adversity quotient*, dukungan sosial tetap dapat memainkan peran penting dengan meningkatkan optimisme mahasiswa. Menurut hasil penelitian, optimisme inilah menjadi peran mediator penuh antara dukungan sosial terhadap *adversity quotient* secara langsung. Dengan adanya optimisme yang pada akhirnya membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan baik dalam akademik maupun dalam lingkup pekerjaan agar lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Applebaum, A. J., Stein, E. M., Lord-Bessen, J., Pessin, H., Rosenfeld, B., & Breitbart, W. (2014). Optimism, social support, and mental health outcomes in patients with advanced cancer. *Psychooncology*, 23(3), 299–306.
- Aprilia, E. D., & Khairiyah, Y. (2018). Optimisme menghadapi persaingan dunia kerja dan *adversity quotient* pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(1), 18–33.
- Apriyani, Y., & Uyun, M. (2023). The role of self-resilience and self-efficacy to increase *adversity quotient*. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 162–167.
- Apriyanti, T., Astuti, S., & Budi, I. S. (2021). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat literasi keuangan mahasiswa (Studi Kasus pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN “Veteran” Yogyakarta). *Behavioral Accounting Journal*, 4(1), 276–286.
- Aulia, R., Akbar, S. N. A., & Ekaputri, F. K. (2020). Hubungan dukungan sosial dengan kecerdasan *adversitas* pada masyarakat yang tinggal di daerah rawa desa pandahan kecamatan bati-bati. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 146–155.
- Carver, Charles, S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879–889.
- Cerya, E. (2017). Pentingkah *adversity quotient* dalam pencapaian prestasi akademik di perguruan tinggi? *PAKAR PENDIDIKAN*, 15(2), 18–27.
- Dudija, N. (2011). Perbedaan motivasi menyelesaikan skripsi antara mahasiswa yang bekerja dengan mahasiswa yang tidak bekerja. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 8(2), 195–206.
- Gusria, A., & Pratiwi, M. (2022). Motivasi pengembangan karir terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa kelas malam yang bekerja. *Psychology Journal of Mental Health*, 4(1), 26–35.

- Hakim, A. R., & Hasmira, M. H. (2022). Strategi kuliah sambil bekerja oleh mahasiswa (Studi kasus: mahasiswa bekerja di Universitas Negeri Padang). *Naradidik: Journal of Education & Pedagogy*, 1(1), 30–37.
- Hariyati, D. R., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada fresh graduate Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 153–164.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19–28.
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201–209.
- Masni, H. (2015). Strategi meningkatkan motivasi belajar mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 5(1), 34–45.
- Matore, M. E. E. M., Khairani, A. Z., & Razak, N. A. (2020). Development and psychometric properties of the adversity quotient scale: an analysis using rasch model and confirmatory factor analysis.. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 29(5), 574–591. DOI: 10.24205/03276716.2020.1055
- Muslimah, I., & Satwika, Y. W. (2019). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada siswa kelas XI SMA NEERI 2 PARE. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(7), 1–7.
- Napitupulu, L., Kurniawan, I. N., & Nashori, F. (2007). Pelatihan adversity intelligence untuk meningkatkan kebermaknaan hidup remaja panti asuhan. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 12(23), 43–56.
- Nisa, N. I. C., & Salim, A. (2025). Pengaruh dukungan sosial terhadap burnout karyawan ditinjau dari gaya kepemimpinannya. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(1), 121–127.
- Nurfitri, E. A., & Nastiti, D. (2022). Relationship Between Adversity Quotient And Answering Between The Tahfidz Exam At The Santri Pondok Pesantren. *Academia Open*, 6. <https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.1638>
- Nurhindazah, D., & Kustanti, E. R. (2016). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan adversity intelligence pada mahasiswa yang menjalani mata kuliah tugas akhir di fakultas teknik Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(4), 645–652.
- 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.
- Puspasari, D. A., Kuwato, T., & Wijaya, H. E. (2012). Dukungan sosial dan adversity quotient pada remaja yang mengalami transisi sekolah... *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 17(1), 73–78.
- Rahmawan, F. R., & Selviana. (2021). Hubungan adversity quotient dan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stress mahasiswa yang menyelesaikan skripsi. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(1), 67–75.
- Rikumahu, M. C. E., & Rahayu, M. N. M. (2022). Resiliensi akademik pada mahasiswa: bagaimana kaitannya dengan optimisme selama masa pembelajaran daring? *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 575–584.
- Sari, N., & Mariana, R. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada perantau minang survivor kerusuhan wamena. *Psyche 165 Journal*, 13(2), 183–189.
- Septiana, D., Suroso, & Arifiana, I. Y. (2023). Adversity quotient pada mahasiswa pekerja: Adakah peranan optimisme? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 734–742.
- Septianingrum, L. W., & Supraba, D. (2021). Pengaruh dukungan sosial atasan pada optimisme karyawan dalam bekerja di era new normal Covid-19.. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(2), 64–76.
- Setiadi, S. N., & Selviana. (2024). Hubungan optimisme dan dukungan sosial keluarga dengan adversity quotient pada siswa kelas XI MAN 4 Jakarta. *Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 8(1), 1–10.
- Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Relationship between resilience, optimism and psychological well-being in students of medicine. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1541–1544.
- Tri, A. M., & Rahayu, M. N. M. (2024). Staying optimistic in the middle of academic challenges: a correlational study of optimism with academic resilience in Bidikmisi/KIP students. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(1), 35–41.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320–333.
- U.S, S. (2015). Pengaruh adversity qoutient terhadap prestasi belajar matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 3(1), 61–71.
- Ulfah, S. H. (2010). Efikasi diri mahasiswa yang bekerja pada saat penyusunan skripsi (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Utami, I. B., Hardjono, & Karyanta, N. A. (2014). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran UNS yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 1(1), 154–167.
- Wardani, I. A., & Sugiharto, D. Y. P. (2020). Hubungan adversity quotient dan dukungan sosial dengan optimisme akademik pada siswa SMP Negeri 1 Wanadadi. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 4(2), 160–178.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)