

Becoming a Police Officer: Self-Efficacy and Adversity Quotient in Facing Police Education

Menjadi Polisi: Efikasi Diri dan Kecerdasan Adversitas dalam Menghadapi Pendidikan Kepolisian

Yousin Gunawan Putra¹, Dewi Handayani Harahap², Ayu Gigih Rizqia³

^{1,2,3}Faculty of Psychology, University Proklamasi 45 Yogyakarta, Indonesia

Email: yousingunawan.yg@gmail.com, dewihandayani@up45.ac.id, ayugigihrizqia@up45.ac.id

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 28/07/2025

Revisi 15/09/2025

Diterima 29/09/2025

Keyword:

Adversity Quotient, Self-Efficacy, Students
DikTukBa

ABSTRACT

The National Police School (SPN PolDa DIY) is an educational institution that trains prospective members of the Indonesian National Police (Polri) tasked with maintaining public security and order. Education at SPN emphasizes not only academic aspects but also physical, mental, and technical skills to prepare non-commissioned officers (NCOs) who are ready for use in the field. SPN students face numerous educational demands, including physical readiness and high mental resilience. SPN DikTukBa students face difficulties in enduring educational pressures. This condition is related to low adversity quotient (AQ), which is an individual's ability to respond to and survive life's difficulties (Stoltz, 2018). Students have problems with mental strength to survive and thrive despite being faced with challenges or difficulties in life (adversity quotient) and lack confidence in themselves to achieve their goals. Self-efficacy is one factor that influences adversity quotient. The hypothesis of this study is that there is a positive relationship between self-efficacy and adversity quotient in DikTukBa students. The subjects of this study were 95 DikTukBa students of SPN PolDa DIY. This study uses a quantitative approach with a questionnaire survey design that has been validated by professional judgment, with the results of Aiken's V for the self-efficacy variable being 0.75 while the adversity quotient variable was 0.833. The reliability of the self-efficacy variable was 0.983 and the adversity quotient variable was 0.982, meaning both variables were reliable. The results of this study showed a very significant positive relationship between self-efficacy and adversity quotient in Students of the Bintara Formation Education (DikTukBa) of the Yogyakarta Special Region Police School (SPN PolDa DIY) with the category of both variables being moderate with an effective contribution of 41.4%. From the results of the significance test, it shows that there is a probability value of 0.000 < 0.05. Partially, self-efficacy has a very significant positive relationship with each dimension of the adversity quotient, namely the dimensions of control, origin & ownership, reach, and endurance. This finding strengthens the conclusion that self-confidence is the foundation that helps students have a higher fighting spirit.

ABSTRAK

Sekolah Polisi Negara (SPN PolDa DIY) sebagai lembaga pendidikan pembentukan calon anggota Polri yang bertugas memelihara keamanan dan ketertiban masyarakat. Pendidikan di SPN tidak hanya menekankan aspek akademik, tetapi juga melatih fisik, mental, dan keterampilan teknis untuk menyiapkan bintara yang siap pakai di lapangan. Banyaknya tuntutan pendidikan yang harus dihadapi oleh para siswa SPN seperti kesiapan fisik dan ketahanan mental tinggi dari para siswanya. Siswa DikTukBa SPN menghadapi kesulitan dalam bertahan menghadapi tekanan pendidikan. Kondisi ini berkaitan dengan rendahnya adversity quotient (AQ), yaitu kemampuan individu dalam merespon dan bertahan terhadap kesulitan hidup (Stoltz, 2018). Siswa memiliki masalah pada kekuatan mental untuk bertahan dan berkembang meskipun dihadapkan pada tantangan atau kesulitan hidup (adversity quotient) dan tidak yakin pada diri sendiri untuk bisa mencapai tujuan. Self-efficacy menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi adversity quotient. Hipotesis penelitian ini terdapat hubungan positif antara self-efficacy dan adversity quotient pada Siswa DikTukBa. Subjek penelitian ini adalah 95 siswa DikTukBa SPN PolDa DIY. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei kuesioner yang telah diuji validasi oleh profesional judgement, dengan hasil Aiken's V variabel self-efficacy adalah 0.75 sedangkan variabel adversity quotient adalah 0.833. Reliabilitas variabel self-efficacy 0.983 dan variabel adversity quotient 0.982 artinya kedua variabel reliabel. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan positif sangat signifikan antara self-efficacy dan adversity quotient pada Siswa Pendidikan Pembentukan Bintara (DikTukBa) Sekolah Polisi Negara Kepolisian Daerah Daerah Istimewa Yogyakarta (SPN PolDa DIY) dengan kategori kedua variabel sedang dengan sumbangan efektif 41,4%. Dari hasil pengujian signifikansi menunjukkan bahwa terdapat nilai probabilitas sebesar sebesar 0,000 < 0,05. Secara parsial self-efficacy memiliki hubungan positif yang sangat signifikan dengan setiap dimensi dari adversity quotient, yaitu dimensi control, origin & ownership, reach, dan endurance. Temuan ini memperkuat kesimpulan bahwa keyakinan diri adalah fondasi yang membantu siswa memiliki daya juang yang lebih tinggi.

Kata Kunci

Adversity Quotient, Self-Efficacy, Siswa
DikTukBa

Copyright (c) 2025 Yousin Gunawan Putra, Dewi Handayani Harahap, Ayu Gigih Rizqia

Korespondensi:

Yousin Gunawan Putra

Faculty of Psychology, University Proklamasi 45 Yogyakarta, Indonesia

Email: yousingunawan.yg@gmail.com



LATAR BELAKANG

Anam (2018) menjelaskan bahwa Sekolah Polisi Negara (SPN) sebagai lembaga pendidikan pembentukan calon anggota Polri yang bertugas memelihara keamanan dan ketertiban masyarakat (Perkap Nomor 21 Tahun 2010). Pendidikan di SPN tidak hanya menekankan aspek akademik, tetapi juga melatih fisik, mental, dan keterampilan teknis untuk menyiapkan bintara yang siap pakai di lapangan (Samuel, et.al., 2025). Karakteristik pendidikan yang ketat dan menantang di SPN menuntut kesiapan fisik dan ketahanan mental tinggi dari para siswanya. Banyaknya tuntutan pendidikan yang harus dihadapi oleh para siswa SPN adalah salah satunya disiplin yang ketat, pembinaan fisik dan mental yang keras. Mabes Polri Jakarta menerapkan disiplin ketat dalam pendidikan melalui Peraturan Kehidupan Siswa (Ipdukipli, et.al., 2023). Data Sekolah Polisi Negara Kepolisian Republik Indonesia TA 2024 siswa mengalami permasalahan mental bahkan melarikan diri dari lembaga pendidikan karena tertekan dan stress. Sejalan dengan Assidiq (2023) Fenomena yang ditemukan di SPN hampir 85% siswa merasa kelelahan, jika diberikan tantangan tugas cepat menyerah, siswa mudah stress, tertekan, cepat marah, sedih, dan frustrasi seperti kesulitan mengelola emosi, siswa menghindari tantangan dan tugas yang diberikan pengasuh dan pelatih.

Berdasarkan data dari American College Health Association (2019) ditemukan bahwa stress menjadi salah satu hambatan prestasi belajar yang paling banyak dialami oleh siswa. Beberapa kali pengasuh mendapati siswa yang melarikan diri dari lembaga pendidikan dengan alasan tidak kuat dengan tekanan dan merasa stress. Tuntutan pendidikan yang tidak hanya mengakibatkan terjadinya stress tetapi juga mengakibatkan siswa tidak mampu bersaing, menyesuaikan diri, dan mengendalikan perasaan serta emosi (Aulia, Nurhasanah, Bustamam, 2018). Tidak percaya diri dengan pilihan masing-masing, individu kerap mengalami kebingungan dan kesulitan dalam menentukan tindakan apa yang seharusnya dilakukan menyalahkan orang lain sesama siswa yang sedang Pendidikan. Siswa juga tidak jarang mengalami putus asa dan sering merasa kesulitan untuk bangkit setelah menghadapi kegagalan atau tantangan. Permasalahan fisik seperti pingsan, sakit, dan mudah kelelahan terjadi oleh mayoritas siswa dengan pendidikan S1 karena yang terjadi mereka lebih unggul dalam pengelolaan emosi dan akademik namun dari segi fisik memiliki keterbatasan. Kelelahan fisik yang dialami siswa akan mempengaruhi prestasi dan kesuksesan dalam pendidikan. Sejalan dengan temuan Welong, Manampiring, & Posangi (2020) ada hubungan antara kelelahan terhadap tingkat prestasi dan kesuksesan pendidikan siswa. Sebaliknya siswa dengan pendidikan SMA mereka lebih unggul dari segi fisik namun dalam pemecahan masalah dan pengelolaan diri pada emosional memiliki keterbatasan.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa banyak siswa Diktukba SPN menghadapi kesulitan dalam bertahan menghadapi tekanan pendidikan. Kondisi ini berkaitan dengan rendahnya *adversity quotient*, yaitu kemampuan diri dalam merespon dan bertahan terhadap sulitnya hidup (Assidiq, 2023). Individu dengan AQ rendah cenderung

menghindari tantangan, pesimis, serta kurang mampu bangkit dari kegagalan (Stoltz, 2018). Seperti siswa yang cenderung menunjukkan sikap mudah menyerah dan mengalami keputusasaan ketika berhadapan dengan tantangan atau rintangan sehingga siswa memiliki masalah pada kekuatan mental untuk bertahan dan berkembang meskipun dihadapkan pada tantangan atau kesulitan hidup (*adversity quotient*) dan tidak yakin pada diri sendiri untuk bisa mencapai tujuan. Snyder (2016), juga mengatakan layaknya individu dapat bertahan dan beradaptasi dengan tantangan hidup. Siswa Diktukba seperti pada fenomena dilapangan dengan pribadi yang pesimis, mudah menyerah, sering frustrasi dalam menghadapi masalah, menghindari resiko, melempar kesalahan ketika ada masalah atau kurang semangat dalam bekerja, lari dari permasalahan dan tidak berani berorientasi pada masa depan sehingga individu menghindari tantangan dalam menghadapi masalah hal tersebut menggambarkan siswa diktukba yang memiliki *adversity quotient* rendah sehingga akan mengganggu siswa Diktukba dalam menyelesaikan proses pendidikan. Sedangkan menurut Pholka & Kaur (dalam Mathur & Jain, 2021) siswa dikatakan sukses dalam melaksanakan proses pendidikan jika bisa memotivasi diri sendiri, percaya diri, teguh, berani mengambil resiko, berani menghadapi tantangan dan kesulitan, disiplin, mempunyai komitmen, dan meyakini diri dapat menghadapi tantangan pendidikan dengan sukses.

Pada ketahanan *adversity quotient* terdapat beberapa dimensi seperti *control*, *ownership*, *reach*, dan *endurance*. Dimensi *control* melihat seorang individu dapat mengendalikan situasi dari dampak kesulitan (Stoltz, 2018). Di Lembaga pendidikan yang terjadi sebaliknya, siswa diktukba menjalankan hukuman mereka sambil tidur, beberapa diantaranya bersembunyi untuk merokok, tidak mentaati aturan yang diberikan pengasuh, dan melanggar peraturan serta asusila. *Control* sebagai dimensi krusial yang memastikan tindakan atau tugas dilaksanakan sesuai dengan hukum, peraturan, kebijakan, dan standar operasional prosedur dimana mekanisme dan tingkatan untuk menjaga akuntabilitas, efisiensi, dan integritas (Bayley, 2021). Dimensi *ownership* melihat dari tingkat tanggung jawab yang diambil seseorang terhadap masalah dan solusinya (Stoltz, 2018). Siswa diktukba bukan hanya sekadar menyelesaikan tugas, tetapi juga melibatkan rasa tanggung jawab pribadi, inisiatif, dan dedikasi terhadap hasil kerja serta citra institusi. Siswa diktukba diharapkan aktif, proaktif, dan solutif dalam menyelesaikan tugas, tantangan, dan masalah pada kasus tertentu (Yusuf, et.al., 2022).

Sebaliknya, siswa menghindari tantangan dan tugas yang diberikan pengasuh, melarikan diri dari lembaga pendidikan dengan alasan tidak kuat dengan tekanan dan merasa stress. Tidak percaya diri dengan pilihan masing-masing (Yulianto, et.al., (2020), seringkali bingung dan tidak tahu apa yang akan dikerjakan, menyalahkan orang lain sesama siswa yang sedang Pendidikan. Siswa juga tidak jarang mengalami putus asa dan sering merasa kesulitan untuk bangkit setelah menghadapi kegagalan atau tantangan. Dimensi *reach* melihat pada kemampuan individu

untuk membatasi dampak kesulitan agar tidak meluas ke aspek lain dalam kehidupan. Siswa diharapkan untuk bisa menyelesaikan masalah dengan efektif dan memiliki hubungan yang baik pada individu lain (Stoltz, 2018). Pentingnya kemampuan polisi untuk hadir secara fisik, merespon dengan cepat, berkomunikasi secara efektif, membangun hubungan baik dengan masyarakat, dan menegakkan hukum secara adil dalam wilayah tanggung jawab mereka serta, jangkauan yang luas dan efektif berkontribusi signifikan terhadap keamanan dan ketertiban masyarakat (Ilham & Rahman, 2024). Pada siswa Diktukba yang terjadi seringkali kurang efektif dalam menyelesaikan kasus masalah yang diberikan oleh pelatih dan sering terjadi siswa tidak hadir secara fisik pada saat latihan berlangsung karena terkendala sakit fisik maupun mental.

Arliman (2021) Siswa diktukba seringkali menghindari masalah dan tugas yang diberikan yang berakibat pada kebingungan untuk mengambil keputusan jika harus menghadapi suatu kasus dan tugas serta tidak mengetahui apa yang dilakukan. Sehingga pada waktu ujian siswa diktukba mendapatkan nilai tidak tuntas dan harus melaksanakan remedial perbaikan nilai. Hal ini menjadi tidak efektif dalam proses pendidikan karena siswa diktukba tidak melakukan jangkauannya dengan baik. Dimensi *endurance* melihat persepsi individu tentang durasi atau sifat kesulitan bersifat sementara atau permanen (Stoltz, 2018). Saat pendidikan diktukba seringkali siswa tidak mengikuti kegiatan pendidikan karena sakit fisik seperti demam tinggi karena kelelahan, tipus, asma, hingga harus masuk ICU akibat kelelahan, sedangkan secara mental siswa mudah menyerah, merasa tertekan, stress, frustrasi, cepat marah, sedih, hingga melarikan diri dari lembaga pendidikan. Hal tersebut menggambarkan pada dimensi daya tahan (*endurance*) siswa diktukba yang rendah karena siswa yang memiliki daya tahan (*endurance*) yang tinggi selalu siap siaga dalam berbagai kondisi fisik dan mental (Setiawan, et.al., 2024).

Hal tersebut dilakukan siswa Diktukba karena beberapa faktor yang dapat mempengaruhi, Stoltz (2018) mengatakan faktor yang mempengaruhi *adversity quotient* seperti; a) kesehatan yang sedang tidak baik atau terganggu (Wolfolk, 2023), b) karakteristik kepribadian seperti ketahanan mental atau sikap optimis, pengalaman hidup merasa pendidikan terlalu sulit (Stoltz, 2018), c) tidak mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan (Luthans & Broad, 2020), d) budaya dan nilai sosial yang menekankan kerja keras dan ketahanan (Snyder, 2016), e) kurang bisa beradaptasi dengan kesulitan yang diberikan (Stoltz, 2018), f) kecerdasan emosi yang rendah karena kurang dalam mengelola emosi mental seperti cemas dan takut (Goleman, 2019), g) pola pikir (Dweck, et.al., 2019), h) nilai dan keyakinan diri pribadi (*self efficacy*) seperti motivasi diri siswa yang rendah (Stoltz, 2018), dan lain-lain. Keyakinan diri (*self-efficacy*) sebagai salah satu elemen penting yang turut membentuk berpengaruh pada tingkat kecerdasan *adversitas* (*Adversity Quotient/AQ*) seseorang. Menurut Stoltz (2018), AQ merupakan kemampuan individu dalam mengubah tantangan menjadi peluang melalui cara mereka menilai dan menghadapi berbagai kesulitan. Setiap individu

pada dasarnya memiliki tingkat *self-efficacy* tertentu yang berinteraksi dengan kemampuan *adversitas* mereka.

Bandura (2015) *Self-efficacy* menggambarkan keyakinan siswa pada kemampuannya dalam menyelesaikan suatu tugas pada tingkat tertentu, kemudian memengaruhi hasil pencapaiannya. Konsep ini juga mencerminkan persepsi seseorang tentang seberapa efektif dirinya dapat bertindak dalam situasi tertentu (Karwowski & Kaufman, 2017). Lebih lanjut, *self-efficacy* memiliki kaitan dengan keyakinan bahwa seseorang memiliki kompetensi sebagai upaya melakukan tindakan yang diharapkan. Sementara itu, ekspektasi hasil merujuk pada penilaian individu bahwa suatu perilaku tertentu akan menghasilkan outcome yang diinginkan (Alwisol, 2019). *Self-efficacy* memiliki beberapa aspek, yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength*. *Magnitude* sebagai tingkat kesulitan tugas, di mana seseorang cenderung memilih tantangan yang sesuai dengan persepsi kemampuannya dan menghindari situasi yang dianggap terlalu sulit. *Generality* menggambarkan cakupan perilaku, menunjukkan bahwa keyakinan diri seseorang tidak terbatas pada situasi tertentu tetapi dapat meluas ke berbagai konteks. Sementara itu, *strength* mencerminkan keteguhan keyakinan diri pada kemampuannya dalam memenuhi harapan atau menyelesaikan tugas (Mawaddah, 2019).

Self-efficacy menggambarkan kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan suatu tugas dengan tingkat keberhasilan tertentu, yang kemudian memengaruhi hasil akhir dari tugas tersebut (Bandura, 2015). Konsep ini juga dapat dipahami sebagai penilaian subjektif seseorang tentang seberapa efektif dirinya dalam menghadapi situasi tertentu. Pada dasarnya, *self-efficacy* berkaitan dengan keyakinan diri bahwa ia memiliki kompetensi untuk melakukan tindakan yang diperlukan. Berbeda dengan *self-efficacy*, merujuk pada penilaian seseorang mengenai kemungkinan suatu perilaku akan menghasilkan outcome yang diinginkan (Alwisol, 2019). *Self-efficacy* (keyakinan diri) merupakan faktor kunci kesuksesan di samping semangat. Individu dengan *self-efficacy* tinggi yakin pada kemampuannya, gigih, menetapkan target tinggi, dan melihat tantangan sebagai peluang (Bandura, 2015). Mereka tidak mudah menyerah saat gagal, cepat bangkit, dan mengelola stres dengan baik. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* rendah cenderung mudah cemas, menghindari kesulitan, cepat putus asa, dan memfokuskan diri pada kelemahan serta konsekuensi negatif. Mereka menetapkan tujuan rendah dan membutuhkan waktu lebih lama untuk pulih dari kegagalan. Schwarzer & Luszczynska (2022) Pada dasarnya, keyakinan yang kuat terhadap kemampuan diri membentuk ketahanan dan pantang menyerah, sementara keyakinan yang rendah menghambat seseorang dalam mengatasi tantangan dan mencapai hasil optimal.

Beberapa studi sebelumnya telah mengkaji korelasi antara *self-efficacy* dan *adversity quotient* dengan pendekatan kuantitatif. *Self-efficacy* dan *adversity quotient* memiliki keterkaitan erat karena keduanya merupakan faktor psikologis yang berperan dalam menentukan kemampuan seseorang dalam menyikapi dan mengatasi berbagai tantangan. Berdasarkan berbagai temuan penelitian,

terdapat hubungan positif antara kedua variabel tersebut siswa dengan tingkat *self-efficacy* tinggi juga memiliki *adversity quotient* yang tinggi. Penelitian oleh Ismawati & Andriyani (2022) menguatkan temuan ini dengan menunjukkan bahwa peningkatan *self-efficacy* pada siswa berkorelasi dengan tingginya tingkat *adversity quotient*. Temuan serupa diungkapkan oleh Agustina, Nurhikmah, & Rudiansyah (2022), yang menyatakan bahwa *adversity quotient* merupakan faktor dominan yang memengaruhi *self-efficacy*. Selain itu, studi Ramadan & Hurriyati (2023) juga membuktikan adanya korelasi positif antara kedua variabel tersebut. Pembaharuan penelitian ini terletak pada topik dan permasalahan baru yang berbeda, memiliki lokasi, subjek, dan periode waktu yang berbeda. Manfaat dan kontribusi penelitian ini memberikan sumbangsih berarti untuk pengembangan keilmuan, sebagai referensi pendukung untuk penelitian selanjutnya. Dapat memperluas perspektif dan pemahaman dalam ranah psikologi industri dan organisasi. Melalui hasil penelitian ini, siswa dapat meningkatkan *self-efficacy* dan *adversity quotient* menjadi lebih baik. Agar siswa dapat menentukan kesiapan dan kesuksesan dalam melaksanakan pendidikan sesuai dengan target keberhasilan, Lembaga pendidikan dapat membuat kebijakan atau program kegiatan pendidikan yang efektif, inovatif, dan praktis agar sukses dalam membentuk calon bintang polisi yang berkualitas.

Berdasarkan kajian pustaka diatas maka hipotesis penelitian ini terdapat hubungan positif antara *self-efficacy* dan *adversity quotient* pada Siswa Pendidikan Pembentukan Bintara (Diktukba) Sekolah Polisi Negara Kepolisian Daerah Daerah Istimewa Yogyakarta (SPN Polda DIY) begitu juga sebaliknya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *Self-Efficacy* dan *Adversity Quotient* pada siswa Diktukba SPN Polda DIY.

METODE PENELITIAN

Pendekatan kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. Sugiyono (2020) menjelaskan bahwa metode kuantitatif adalah penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk penelitian pada populasi atau sampel tertentu, menggunakan instrumen penelitian untuk pengumpulan data, menganalisis data secara statistik kuantitatif, dan bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk melihat hubungan *self-efficacy* dan *adversity quotient*.

Populasi penelitian ini yaitu siswa Diktukba di SPN Polda DIY, dengan mengambil sampel dengan Teknik sampling studi populasi dengan jumlah 95 siswa Diktukba. Berdasarkan pada karakteristik sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu: a) Siswa Pendidikan Pembentukan Bintara (Diktukba) yang sedang menjalani pendidikan dan pelatihan di SPN. b) Lokasi di Sekolah Polisi Negara (SPN) Polda DIY.

Pada Variabel Bebas (Independent) yaitu *Self-Efficacy* (X) dan Variabel Terikat (Dependent) yaitu *Adversity Quotient* (Y). Penelitian ini menggunakan dua instrumen pengukuran yang telah disusun mengacu teori *Self-Efficacy* (Bandura, 2015) dan *Adversity Quotient* (Stoltz, 2018). Skala

Self-Efficacy disusun dengan mempertimbangkan tiga aspek fundamental: (1) *magnitude* yang mengukur tingkat kesulitan tugas yang diyakini dapat diselesaikan, (2) *generality* yang menilai konsistensi keyakinan diri dalam berbagai situasi, dan (3) *strength* yang mengukur kekuatan keyakinan individu. Skala ini terdiri dari 24 item dan memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,983. Sementara itu, skala *Adversity Quotient* disusun berdasarkan empat dimensi inti: (a) *control* terhadap situasi, (b) *origin and ownership* atau tanggung jawab atas masalah, (c) *reach* atau jangkauan dampak kesulitan, serta (d) *endurance* atau daya tahan dalam menghadapi kesulitan. Skala ini terdiri dari 40 item dan memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,982. Untuk menentukan kedua validitas peneliti menggunakan *professional judgement*. Setiap pernyataan pada kedua skala terdiri dari item *favorable* dan *unfavorable*, dengan lima pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Try out menggunakan 30 responden sebagai sampel. Keseluruhan hasil try out valid karena nilai r hitung $> r$ tabel (0,394) dan tidak ada yang gugur sehingga layak untuk diujikan. Proses validasi dilakukan dengan menggunakan *expert judgement* atau *professional judgement*. Nilai Aiken's V yang didapat variabel *self-efficacy* adalah 0.75 sedangkan variabel *adversity quotient* adalah 0.833. Nilai ini berada dalam rentang 0 hingga 1. Berdasarkan standar umum, nilai ini menunjukkan bahwa item yang dinilai memiliki validitas isi yang baik karena nilainya berada di atas ambang batas 0.70 dan 0.80. Dengan demikian, item tersebut dianggap sangat relevan dan layak digunakan dalam instrumen penelitian. Pengumpulan data dengan survei menggunakan kuesioner tertutup. Teknik analisis data yaitu: (1) uji normalitas dengan metode *Kolmogorov-Smirnov* untuk memastikan distribusi data, (2) uji linearitas melalui *Deviation from Linearity* untuk menguji hubungan linier antar variabel, serta (3) pengujian hipotesis dengan uji korelasi *Pearson Product Moment* dan korelasi parsial setiap dimensi.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik penelitian ini yaitu; jenis kelamin, usia, pendidikan, dan angkatan. Berikut hasil kategorisasi data pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah Subjek (N=95)	Prosentase
Usia Responden		
17-20	51	53,7 %
21-24	42	44,2 %
25 dan selanjutnya	2	2,1 %
Pendidikan Responden		
S1	5	5,3 %
SMA	90	94,7 %

Data yang tertera pada tabel, dapat diidentifikasi karakteristik responden penelitian sebagai berikut: a) Sebagian besar responden (53,7 % atau 51 orang) berada dalam rentang usia 17-20 tahun, mengindikasikan bahwa

mayoritas subjek penelitian termasuk dalam kategori dewasa muda. b) Dominasi responden berasal dari lulusan SMA dengan persentase mencapai 94,7 % (90 orang), sementara sisanya berasal dari jenjang pendidikan lainnya.

Uji Deskripsi Data Penelitian

Tabel 2. Analisis Statistik Deskriptif

Variabel	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Self-Efficacy	24	120	103,28	14,537
Adversity Quotient	40	200	161,69	24,145

Hasil olah data dalam tabel, diperoleh nilai mean yang diperoleh pada variabel *self-efficacy* sebesar 103,28, sedangkan nilai mean *adversity quotient* sebesar 161,69.

Variabel *Self-Efficacy*

Tabel 3. Kategorisasi Variabel Self-Efficacy

Kategori	Rumus	Interval	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 88,75$	9	9.5%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$88,75 \leq X < 117,82$	71	74.7%
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$117,82 \leq X$	15	15.8%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa mayoritas dari 95 responden memberikan penilaian *Self-Efficacy* dalam kategori sedang sebanyak 71 orang (74,7%). Selanjutnya adalah kategori rendah sebanyak 9 orang (9,5%), dan kategori tinggi sebanyak 15 orang (315,8%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* siswa Diktukba berada ada kategori sedang.

Variabel *Adversity Quotient*

Tabel 3. Tabel Kategorisasi Variabel Adversity Quotient

Kategori	Rumus	Interval	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 137,55$	12	12.6%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$137,55 \leq X < 185,34$	68	71.6%
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$185,84 \leq X$	15	15.8%

Dari table diatas dapat dilihat bahwa mayoritas dari 95 responden memberikan penilaian *Adversity Quotient* dalam kategori sedang sebanyak 68 orang (71,6%). Selanjutnya adalah kategori rendah sebanyak 12 orang (12,6%), kategori tinggi sebanyak 15 orang (15,8%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa *adversity quotient* siswa Diktukba berada ada kategori sedang.

Uji Asumsi

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,287. Karena nilai ini lebih besar dari tingkat signifikansi 0,05 ($0,287 > 0,05$), artinya data penelitian ini berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Hasil uji linearitas diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.061 pada *Deviation from Linearity*. Nilai ini lebih besar dari tingkat signifikansi 0.05 ($0.061 > 0.05$), artinya variabel independen (X) dan variabel dependen (Y) memiliki hubungan linear signifikan.

Uji Hipotesis

Tabel 4. Korelasi Self-Efficacy dengan Adversity Quotient

Variabel	Sig	Pearson Correlation	Persentase	Keterangan
Self-Efficacy Adversity Quotient	0.000	0,414**	41,4 %	Berhubungan

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai koefisien korelasi $r = 0,414^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel *self-efficacy* dan *adversity quotient* dengan kata lain *self-efficacy* memiliki kategori sedang maka *adversity quotient* memiliki kategori sedang pada siswa diktukba SPN Polda DIY. *Self efficacy* memberikan sumbangan efektif sebesar 41,4 % pada *adversity quotient*. Selain itu semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi pula *adversity quotient* pada siswa diktukba SPN Polda DIY, begitu juga sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* maka semakin rendah pula *adversity quotient* pada siswa diktukba SPN Polda DIY. Maka hipotesis penelitian ini diterima. Hasil uji korelasi *Pearson* pada masing-masing dimensi yakni:

Tabel 5. Uji Kolerasi Parsial

Variabel	Dimensi Adversity Quotient	Sig	Pearson Correlation	Persentase	Keterangan
Self-Efficacy	Control	0.000	0,397**	39,7 %	Berhubungan
	Origin & Ownership	0.000	0,403**	40,3 %	Berhubungan
	Reach	0.000	0,389**	38,9 %	Berhubungan
	Edurance	0.001	0,341**	34,1 %	Berhubungan

Berdasarkan hasil uji korelasi Parsial pada; pertama, variabel *self-efficacy* dengan dimensi control menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,397^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan positif sangat signifikan pada variabel *self-efficacy* dengan dimensi control. Kedua, variabel *self-efficacy* dengan dimensi Origin &

Ownership menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,403^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan positif sangat signifikan pada variabel self-efficacy dengan dimensi Origin & Ownership. Ketiga, variabel self-efficacy dengan dimensi reach menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,389^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan positif sangat signifikan pada variabel self-efficacy dengan dimensi reach. Keempat, variabel self-efficacy dengan dimensi edurance menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,341^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan positif sangat signifikan pada variabel self-efficacy dengan dimensi edurance.

Dari hasil uji korelasi parsial, uji variabel self-efficacy dengan dimensi Origin & Ownership memiliki hasil korelasi dengan nilai tertinggi dari uji korelasi parsial. Artinya semakin tinggi self-efficacy maka semakin tinggi pula origin dan ownership pada siswa diktukba karena dapat mengetahui asal usul atau penyebab kesulitan yang dialami dan sejauh mana mampu mengakui akibat kesulitan serta bertanggung jawab atas masalah yang terjadi. Kesimpulan hipotesis ini terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara variable self-efficacy dan adversity quotient dengan kata lain semakin tinggi self-efficacy maka semakin tinggi pula adversity quotient pada siswa diktukba SPN Polda DIY, begitu juga sebaliknya semakin rendah self-efficacy maka semakin rendah pula adversity quotient pada siswa diktukba SPN Polda DIY. Selain itu, variabel self-efficacy memiliki hubungan positif sangat signifikan dengan dimensi control, origin & ownership, reach, dan edurance. Artinya semakin tinggi self-efficacy maka semakin tinggi pula dimensi control, origin & ownership, reach, dan edurance. Sehingga hipotesis pada penelitian ini dapat diterima.

PEMBAHASAN

Hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,414^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel self-efficacy dan adversity quotient dengan kata lain variabel self-efficacy pada kategori sedang dan adversity quotient pada kategori sedang pula. Hal ini sama artinya dengan semakin tinggi self-efficacy maka semakin tinggi pula adversity quotient pada siswa diktukba SPN Polda DIY, begitu juga sebaliknya semakin rendah self-efficacy maka semakin rendah pula adversity quotient pada siswa diktukba SPN Polda DIY. Maka hipotesis penelitian ini diterima. Sumbangan efektifitas sebesar 41,4 %, artinya self-efficacy sebagai factor yang mempengaruhi adversity quotient sebesar 41,4 %, sehingga sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Seperti dalam penelitian yang dilakukan Safitri, Mora, & Mustika (2025) mengatakan bahwa adversity quotient secara tidak langsung memiliki keterkaitan dengan optimism dan dukungan social. Selain itu Apriani dan Uyun (2023) penelitiannya mengatakan bahwa ketahanan diri dan self-efficacy berperan meningkatkan adversity quotient.

Kecemasan menjadi salah satu faktor yang memiliki keterkaitan dengan adversity quotient (Dewantari & Soetjiningih, 2022).

Berdasarkan hasil uji korelasi Parsial pada; pertama, variabel self-efficacy dengan dimensi control menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,397^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan positif sangat signifikan pada variabel self-efficacy dengan dimensi control. Artinya semakin tinggi self-efficacy maka semakin tinggi dimensi control pada siswa diktukba. Siswa bisa mengendalikan diri dari berbagai situasi atau dalam situasi yang tersedak sekalipun. Siswa yang memiliki control yang tinggi akan merasa berdaya dan mampu untuk menghadapi setiap masalahnya. Sejalan dengan Clara, et.al. (2017) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa self-efficacy dan control memiliki keterkaitan. Selain itu, efikasi diri memengaruhi pengendalian control diri. Peningkatan efikasi diri pada seseorang dapat mencegahnya melakukan tindakan kompulsif seperti pembelian kompulsif (Hikmah, et.al, 2020). Kedua, variabel self-efficacy dengan dimensi Origin & Ownership menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,403^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan positif sangat signifikan pada variabel self-efficacy dengan dimensi Origin & Ownership. Artinya semakin tinggi self-efficacy maka semakin tinggi dimensi Origin & Ownership pada siswa diktukba. Individu dapat mengetahui asal usul atau penyebab kesulitan yang dialami dan sejauh mana mampu mengakui akibat kesulitan serta bertanggung jawab atas masalah yang terjadi. Individu dengan Origin & Ownership yang tinggi tidak menyalahkan orang lain atau keadaan dan berfokus untuk mencari solusi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ullah, et.al. (2021) bahwa self-efficacy bertanggung jawab terhadap origin & ownership pada individu. Lainnya, keyakinan diri dan origin & ownership memiliki hubungan yang berperan penting dalam meningkatkan ketahanan (Anwar & Hayati, 2025).

Ketiga, variabel self-efficacy dengan dimensi reach menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,389^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan positif sangat signifikan pada variabel self-efficacy dengan dimensi reach. Sehingga semakin tinggi reach semakin kecil kemungkinan seseorang membiarkan masalah mempengaruhi hal yang lainnya karena siswa melihat sejauh mana kesulitan akan menjangkau aktivitas kehidupan. Sejalan dengan Stoltz (2018) kemampuan individu untuk membatasi dampak kesulitan agar tidak meluas dari aspek lain kehidupan. Semakin tinggi skor pada reach, maka semakin kecil kemungkinan siswa untuk membiarkan masalahnya mempengaruhi hal yang lain. Keyakinan pada kemampuan diri sendiri menurut Bandura (2015) adalah fondasi utama yang mendorong seseorang untuk membatasi dampak masalah (reach) pada individu. Keempat, variabel self-efficacy dengan dimensi edurance menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,341^{**}$ dengan signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan positif sangat signifikan pada variabel self-efficacy dengan dimensi edurance. Dapat dilihat dari daya tahan dalam menghadapi

kesulitan. Siswa dengan edurance yang tinggi akan lebih optimis karena masalah yang datang hanya bersifat sementara dan dapat diatasi. Sejalan dengan penelitian Anstiss, et.al. (2018) yang menunjukkan bahwa ketahanan memanfaatkan beberapa sumber efikasi diri dalam pembentukan dan pemeliharaan keyakinan efikasi diri mereka.

Temuan ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya oleh Ramadan dan Hurriyati (2023) serta Ismawati dan Andriyani (2022) yang juga menemukan hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut, khususnya dalam konteks pendidikan. Berdasarkan bukti empiris yang diperoleh, penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan proporsional antara kedua variabel, dimana siswa dengan self-efficacy yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat adversity quotient yang lebih baik pula. Hasil penelitian Agustina, Nurhikmah, dan Rudiansyah (2022) mengungkapkan bahwa Adversity Quotient (AQ) yang tinggi mampu meningkatkan kinerja usaha meskipun dengan sumber daya terbatas seperti modal, tenaga kerja, jaringan, dan pasar. Sebaliknya, AQ tinggi justru mendorong seseorang untuk lebih cerdas dalam melihat dan memanfaatkan peluang. Individu dikatakan memiliki AQ tinggi apabila memenuhi dimensi control, ownership, reach, dan endurance dengan baik. Karakteristik individu dengan AQ tinggi antara lain lebih resilien, mampu mengelola tekanan dengan baik, serta cepat bangkit dari kegagalan. Sementara itu, individu dengan self-efficacy tinggi ditandai dengan terpenuhinya aspek magnitude, generality, dan strength, yang juga berkontribusi pada tingkat resiliensi yang lebih tinggi.

Self-efficacy dan adversity quotient saling berhubungan secara timbal balik sebagai dua aspek psikologis yang saling memperkuat dalam menghadapi tantangan. Self-efficacy yang tinggi akan meningkatkan keyakinan individu dalam mengendalikan situasi sulit, sehingga memperkuat adversity quotient-nya. Sebaliknya, adversity quotient yang baik membantu membangun kepercayaan diri yang pada akhirnya memperkuat self-efficacy. Penelitian Agustina, et.al (2022) dan Meiyuntariningsih & Ramadhani (2023) menunjukkan korelasi positif antara keduanya, dimana individu dengan self-efficacy tinggi cenderung memiliki adversity quotient yang tinggi pula. Temuan ini menegaskan bahwa self-efficacy berperan sebagai faktor pendukung penting dalam mengembangkan adversity quotient seseorang, sekaligus membuktikan adanya hubungan timbal balik yang saling menguatkan antara kedua aspek psikologis ini. Individu dengan keyakinan diri (self-efficacy) yang kuat cenderung lebih optimis, resilien, dan mampu bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup (Lestari, et.al., 2022).

Nabilah, Tentama, & Widiana (2022) Individu yang memiliki resiliensi tinggi cenderung membuat rencana karier agar mampu melewati berbagai rintangan yang akan dihadapi. Pengalaman kegagalan tidak membuat individu berhenti berusaha dan terus mencoba, individu juga akan mengevaluasi setiap langkah untuk meminimalkan potensi kesalahan dalam mengambil keputusan (Magrin, Marini &

Nicolotti, 2019). Faktor optimisme Seligman (dalam Wicaksono & Utami, 2025) individu yang optimis dapat menghasilkan sesuatu yang lebih baik daripada masa lalu, tidak takut gagal, dan berusaha bangkit serta mencoba lagi ketika gagal.

Berdasarkan penelitian Rohmah, et.al. (2024), dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan efikasi diri dan mengurangi stres pada siswa Diktukba, menunjukkan bahwa lingkungan yang mendukung dapat menjadi faktor protektif bagi perkembangan psikologis mereka. Penelitian Aulia, Kelly, dan Zuhri (2022) juga mengungkapkan bahwa motivasi siswa Diktukba dipengaruhi oleh beberapa faktor intrinsik, seperti hasrat dan minat belajar, kebutuhan untuk menyelesaikan tugas sesuai jadwal, harapan dan cita-cita, penghargaan atas pencapaian, serta lingkungan belajar yang kondusif. Selain itu, adaptabilitas karir juga menjadi faktor yang memengaruhi adversity quotient (AQ). Seperti yang ditunjukkan oleh Panjaitan, et.al. (2025), pengembangan AQ sangat penting dalam menghadapi dinamika lingkungan kerja yang terus berubah tanpa jaminan kepastian. Individu yang telah berhasil melewati tantangan sebelumnya cenderung memiliki AQ lebih tinggi karena telah mengembangkan strategi koping dan self-efficacy yang efektif (Stoltz, 2018). Temuan-temuan ini menegaskan bahwa pengembangan potensi siswa memerlukan pendekatan holistik yang mempertimbangkan faktor internal (seperti motivasi dan self-efficacy) maupun eksternal (seperti dukungan sosial dan kesiapan karir).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel self-efficacy dan adversity quotient dengan kata lain self-efficacy memiliki kategori sedang maka adversity quotient memiliki kategori sedang pada siswa diktukba SPN Polda DIY. Artinya semakin tinggi self-efficacy maka semakin tinggi pula adversity quotient pada siswa diktukba SPN Polda DIY, begitu juga sebaliknya semakin rendah self-efficacy maka semakin rendah pula adversity quotient pada siswa diktukba SPN Polda DIY. Maka hipotesis penelitian ini dapat diterima.

Implikasi dari penelitian ini yaitu; Implikasi praktis berfokus pada bagaimana temuan penelitian dapat diterapkan secara langsung untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan pelatihan bintang seperti Peningkatan Kurikulum dan Pelatihan, Pengembangan alat asesmen, peningkatan kesiapan mental lulusan. Implikasi teoretis berkaitan dengan kontribusi penelitian terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya psikologi seperti pengayaan teori self-efficacy dan adversity quotient secara spesifik berperan sebagai fondasi untuk membangun ketahanan mental, aplikasi teori pada konteks unik, dasar untuk penelitian lanjutan. Tidak hanya memberikan wawasan akademis, tetapi juga menyediakan panduan praktis yang dapat digunakan oleh SPN Polda DIY untuk membentuk bintang yang lebih tangguh dan kompeten.

REFERENSI

- Agustina.T., Nurhikmah. N., & Rudiansyah. M. (2022). The Influence of Locus of control, Self-Efficacy, and Adversity Quotient on Business Performance. *Jurnal Economia*. Vol 18 No. 1 (1-15). <https://doi.org/10.21831/economia.v18i1.34013>
- Alwisol, A. (2019). Pandangan Masyarakat Aceh mengenai Kesehatan: Kasus Kecamatan Seulimeum, Kabupaten Aceh Besar. *Antropologi Indonesia*, 1-11. <https://jki.ui.ac.id/index.php/index/login?source=%2Findex.php%2Fjai%2Farticle%2Fview%2F10548>.
- American College Health Association. (2019). American College Health Association National College Health Assessment II: Reference Group Executive Summary Spring 2019. Silver Spring, MD: American College Health Association; 2019. *Cornell Internation Affairs Review*, 12(2). <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=3636550>.
- Anam, C. (2018). Peningkatan Mutu Tenaga Pendidik SPN (Sekolah Polisi Nasional) guna Menghadapi Tantangan Keamanan Global. *Jurnal Ilmu Kepolisian* Vol 2. No. 22. <https://doi.org/10.35879/jik.v12i2.24>.
- Anstiss, P. A., Meijen, C., & Marcora, S. M. (2018). The sources of self-efficacy in experienced and competitive endurance athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(5), 622–638. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2018.1549584>.
- Anwar, N.T., & Hayati, K. (2025). Peran Kepemimpinan dan Keyakinan Diri Wirausaha dalam Meningkatkan Ketahanan Bisnis UMKM di DKI Jakarta. *Reviuw Akuntansi, Manajemen, dan Bisnis*, vol. 5, no. 1, (47-57). <https://doi.org/10.35912/rambis.v5i1.4546>.
- Apriyani, Y., & Uyun, M. (2023). The Role of Self-Resilience and Self-Efficacy to Increase Adversity Quotient. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*. Volume 11 No 2 | Juni 2023: 162-167 <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i2.10988>
- Arliman, L. (2021). Pelaksanaan Sanksi Double Track System Bagi Siswa Diktukba Polri Polda Sumatera Barat Yang Melakukan Tindak Pidana Saat Menjadi Bintara Remaja. *Jurnal Jendela Hukum dan Keadilan*, 8(1), 94-113. <https://doi.org/10.32663/jhk.v8i1.2504>
- Asshidiq, H. (2023). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Adversity Quotient Pada Siswa Spn Di Kecamatan Hinai. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/21671>
- Aulia, F., Nurhasanah, & Nurbaity, N. (2019). Upaya Siswa SPN Mengatasi Stress dalam Menjalani Pendidikan di Sekolah Bintara POLRI. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. 4(2), 104-117. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Aulia%2C+F.%2C+Nurhasanah%2C+%26+Nurbaity%2C+N.+%282019%29.+Upaya+Siswa+SPN+Mengatasi+Stress+dalam+Menjalani+Pendidikan+di+Sekolah+Bintara+POLRI.+Jurnal+Ilmiah+Mahasiswa+Bimbingan+d+an+Konseling.+4%282%29%2C+104-117.&btnG=
- Aulia, L.A., Kelly, E., & Zuhri, A.S. (2022). Dukungan Keluarga dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Psikostudia Jurnal Psikologi* Vol. 11 No. 4. Desember 2022: 623-632. <https://ejournals.unmul.ac.id/index.php/PSIKO/article/view/8558>
- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi* (Ed ke-2.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (2015). Self-efficacy conception of anxiety. In *Anxiety and self-focused attention* (pp. 89-110). Routledge.
- Bayley, S. (2021). *A Narrative of Some Remarkable Incidents in the Life of Solomon Bayley: Formerly a Slave, in the State of Delaware, North America*. Good Press.
- Clara, C., Dariyo, A., & Basaria, D. (2017). Peran self-efficacy dan self-control terhadap prokrastinasi akademik pada siswa sma (studi pada siswa sma x tangerang). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 159-169. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.802>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Dewantari, A.G., & Soetjningsih, C, H. (2022). Adversity Quotient dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*. Volume 10 No 3 | September 2022: 629-636. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3>
- Dweck, C. S., & Yeager, D. S. (2019). Mindsets: A view from two eras. *Perspectives on Psychological science*, 14(3), 481-496. <https://doi.org/10.1177/1745691618804166>
- Goleman, D. (2019). *Inteligența emoțională*. Curtea Veche Publishing.
- Hikmah, M., Worokinasih, S., Damayanti, C.R. (2020). Financial Management Behavior: Hubungan Antara Self-Efficacy, Self-Control, Dan Compulsive Buying. *Jurnal Administrasi Bisnis*, 151-163. <https://profit.ub.ac.id/index.php/profit/article/view/1004>
- Ilham, M., & Rahman, A. (2024). *Praktik Penyelenggaraan Ketenteraman dan Ketertiban Umum*. AMU Press, 1-182. <https://ejournal.amertamedia.co.id/index.php/press/article/view/400>
- Ipdulkipili, I., Madiong, B., & Oner, B. (2023). Analisis Hukum Penegakan Pelanggaran Disiplin Terhadap Siswa Sekolah Polisi Negara Daerah Sulawesi Selatan. *Indonesian Journal of Legality of Law*, 6(1), 163-171. <https://doi.org/10.35965/ijlf.v6i1.3831>
- Ismawati, L., & Andriyani, I. N. (2022). Correlation Self-Efficacy and Adversity Quotient of Students at SMK Muhammadiyah 2 Wedi Klaten. *Edunesia : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 3(1), 78–88. <https://doi.org/10.51276/edu.v3i1.212>
- Lestari, R. H. S., Maslahah, W., & Wahyudi, A. (2022). Hubungan Antara Optimisme Dan Self Efficacy Dengan Resiliensi Warga Dusun Jamberejo Dan Krajangsae Di Masa Pandemi Covid 19 Desa Beji Kecamatan Junrejo Kota Batu. *Media Bina Ilmiah*, 17(4), 703-712. <https://doi.org/10.33758/mbi.v17i4.189>

- Luthans, F., & Broad, J. D. (2020). Positive psychological capital to help combat the mental health fallout from the pandemic and VUCA environment. *Organizational dynamics*, 51(2), 100817. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2020.100817>
- Magrin, M. E., Marini, E., & Nicolotti, M. (2019). Employability of disabled graduates: Resources for a sustainable employment. *Sustainability*, 11(6), 1542. <https://doi.org/10.3390/su11061542>
- Nabilah, B.R., Tentama, F., & Widiana, H.S. (2022). Employability Predictor Factors : Resilience, Self-Esteem, and SelfConfidence. *Psikostudia Jurnal Psikologi* Vol. 11 No. 2. June 2022: 240-248. <https://doi.org/10.30872/psikostudia>
- Panjaitan, Y.J., et. al. (2025). From Challenge to Growth: The Adaptive Journey of a Volunteer Teacher with High AQ. *Psikostudia Jurnal Psikologi* Vol. 14 No. 3. September 2025: 337-342. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v14i3.18205>
- Phoolka, S., & Kaur, N. (2012). Adversity quotient: A new paradigm to explore. *International Journal of Contemporary Business Studies*, 3(4), 67-78. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Phoolka%2C+S.%2C+%26+Kaur%2C+N.+%282012%29.+Adversity+quotient%3A+A+new+paradigm+to+explore.+International+Journal+of+Contemporary+Business+Studies%2C+3%284%29%2C+67%E2%80%9378.&btnG=
- Ramadan & Hurriyati (2023). The Role of Self-Efficacy in Improving the Adversity Quotient of Employees. *Philanthropy : Journal of Psychology*. Vol 7. No. 2 (181-189). <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v7i2.7881>
- Rohmah, H. M. S.B., et.al. (2024). Work Engagement: The Role of Social Support in Moderating Job Efficacy and Stress in Elementary School Teachers. *Psikostudia Jurnal Psikologi* Vol. 13 No. 2. Juni 2024: 173-179. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v13i2.14162>
- Safitri, N.L., Mora, L., & Mustika, H. (2025). Adversity Quotient: The Role of Social Support and Optimism as Mediator Variables in Working Students. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*. Volume 13 No 3 | September 2025: 422-429. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v13i3>
- Samuel, F. S., Ahri, R. A., & Hamzah, W. (2025). Implementasi Pemeriksaan Kesehatan Siswa Pendidikan Bintara Berdasarkan Peraturan Kapolri Nomor 7 Tahun 2016 di SPN Polda Sulawesi Selatan Tahun 2024: Implementation of Health Examination for Non-Commissioned Officer Education Students Based on National Police Chief Regulation Number 7 of 2016 at SPN Polda South Sulawesi in 2024. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*, 6(1), 257-271. <https://doi.org/10.52103/jahr.v6i1.1967>
- Setiawan, H. A., Suyono, S., & Astuti, N. D. (2024). Instrumen baru untuk mengukur daya juang: Validasi dimensi jangkauan dan daya tahan. *Arisen: Assessment and Research on Education*, 6(1). <https://www.ejournal.ressi.id/index.php/arisen/article/view/392>
- Snyder, B. H. (2016). *The disrupted workplace: Time and the moral order of flexible capitalism*. Oxford University Press.
- Stoltz, P. G. (2018). *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta:PT Gramedia.
- Sugiyono, P. D. (2020). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D* (P. D. Sugiyono (ed.)). Alfabeta.
- Ullah, I., Wisetri, W., Wu, H., Shah, S.M.A., Abbas, A., & Manzoor, S. (2021). Leadership Styles and Organizational Citizenship Behavior for the Environment: The Mediating Role of Self-Efficacy and Psychological Ownership. *Frontiers In Psychology*, 12 (1-16). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.683101>
- Welong, S.S., Manampiring, A.E., & Posangi, J. (2020). Hubungan antara kelelahan, motivasi belajar, dan aktivitas fisik terhadap tingkat prestasi akademik. *Jurnal Biomedik*, 12(2), 125-131. <https://doi.org/10.35790/jbm.12.2.2020.29516>
- Wicaksono, T.A. & Utami, M.S.S. (2025). Subjective Well-Being Among Unemployed Early Adults: The Role of Optimism and Unemployment Duration Across Genders. *Psikostudia Jurnal Psikologi* Vol. 14 No. 1. Maret 2025: 124-128. https://www.researchgate.net/profile/Thomas-Wicaksono/publication/390441375_Subjective_Well-Being_Among_Unemployed_Early_Adults_The_Role_of_Optimism_and_Unemployment_Duration_Across_Genders/links/67ee0d1376d4923a1af2176c/Subjective-Well-Being-Among-Unemployed-Early-Adults-The-Role-of-Optimism-and-Unemployment-Duration-Across-Genders.pdf
- Woolfolk, A. L. (2023). *The Combined Effects of Self-Affirmation and Gratitude Interventions on the Well-Being Scores of Mental Health Professionals*. Capella University. <https://www.proquest.com/openview/4136aa76c50f5ee46b4c6e0d008cb248/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Yulianto, A., Nopitasari, D., Qolbi, I. P., & Aprilia, R. (2020). Pengaruh model role playing terhadap kepercayaan diri siswa pada pembelajaran matematika SMP. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 3(1), 97-102. <https://doi.org/10.30605/jsdp.3.1.2020.173>
- Yusuf, A., Syahputra, R., & Lubis, J. (2022). Applied of Statistics to Building Entrepreneurship Intention Through Self Efficacy, Adversity Quotient, and Need for Achievement In Students of The Faculty of Economics and Business, Labuhanbatu University. *JINAV: Journal of Information and Visualization*, 3(2), 149-155. <https://doi.org/10.35877/454RI.jinav1456>