

Pentingnya Pemahaman tentang *Adversity Quotient* pada Anak Usia Remaja: Kajian Pengabdian kepada Masyarakat

Yudho Bawono¹, Junita Santoso²

¹ Universitas Trunojoyo Madura, Indonesia

² Khairunnas Islamic Boarding School, Surabaya Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Yudho Bawono

E-mail: yudho.bawono@trunojoyo.ac.id

Abstrak

Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk menganalisis peningkatan pemahaman guru terhadap *adversity quotient* setelah mengikuti seminar yang diselenggarakan di PKBM jenjang SMA Khairunnas Islamic Boarding School, Surabaya. *Adversity quotient* merupakan indikator penting dalam ketahanan mental individu dalam menghadapi tantangan, terutama bagi siswa di lingkungan pesantren yang memiliki sistem pendidikan yang ketat. Sebagaimana diuraikan sebelumnya, pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk seminar. Data dikumpulkan menggunakan angket yang diberikan kepada peserta sebelum dan sesudah seminar, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman guru terhadap konsep *adversity quotient*, yang ditunjukkan oleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,026 ($< 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa seminar berhasil meningkatkan wawasan guru dalam memahami serta menerapkan *adversity quotient* dalam mendampingi siswa menghadapi tantangan akademik dan sosial. Dengan meningkatnya pemahaman ini, diharapkan guru dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif dalam membangun daya tahan mental siswa, membantu mereka mengelola stres, serta meningkatkan motivasi belajar. Untuk keberlanjutan pengembangan wawasan ini, disarankan agar pelatihan dan penelitian lebih lanjut terkait implementasi *adversity quotient* dalam pendidikan pesantren terus dilakukan guna menciptakan lingkungan belajar yang lebih adaptif dan suportif bagi siswa.

Kata kunci – *adversity quotient*, remaja, ketahanan mental, Pendidikan pesantren

Abstract

The purpose of this community service program is to analyze the improvement in teachers' understanding of *adversity quotient* after attending a seminar held at the PKBM senior high school level of Khairunnas Islamic Boarding School, Surabaya. The *adversity quotient* is a crucial indicator of an individual's mental resilience in facing challenges, especially for students in pesantren (Islamic boarding schools) with a rigorous educational system. As previously outlined, this community service program was conducted in the form of a seminar. Data were collected using questionnaires distributed to participants before and after the seminar, then analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test. The analysis results indicate a significant increase in teachers' understanding of the *adversity quotient*, as evidenced by an *Asymp. Sig. (2-tailed)* value of 0.026 (< 0.05). These findings suggest that the seminar successfully enhanced teachers' knowledge of *adversity quotient* and its application in guiding students through academic and social challenges. With this improved understanding, teachers are expected to develop more effective strategies to strengthen students' mental resilience, help them manage stress, and increase their learning motivation. To ensure the sustainability of this knowledge development, further training and research on implementing *adversity quotient* in pesantren education are recommended to create a more adaptive and supportive learning environment for students.

Keywords – *adversity quotient*, adolescent, mental resilience, islamic boarding school education

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi dari kanak-kanak menuju dewasa, yang ditandai dengan berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, sosial, maupun kognitif. Santrock (2019) menjelaskan bahwa remaja menghadapi proses perkembangan yang kompleks, termasuk pencarian jati diri, peningkatan kemandirian, serta tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Dalam dunia pendidikan, remaja juga sering dihadapkan pada tekanan akademik dan sosial yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka.

Lingkungan pesantren menghadirkan tantangan tersendiri, khususnya bagi para guru di Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM) jenjang SMA. Di Khairunnas *Islamic Boarding School*, Surabaya, para pendidik harus berhadapan dengan dinamika dalam membimbing siswa usia remaja. Sistem pendidikan pesantren yang menuntut kedisiplinan tinggi serta padatnya aktivitas akademik dan keagamaan dapat menjadi beban tersendiri bagi para siswa. Dalam situasi seperti ini, peran guru sangat penting dalam membantu siswa menyeimbangkan tuntutan akademik dengan kehidupan sosial mereka.

Perubahan yang terjadi pada remaja, seperti peningkatan kemandirian, kebutuhan akan pengakuan sosial, serta perbedaan pandangan antara siswa dan lingkungan sekitar, dapat memunculkan dinamika tersendiri dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan yang bijaksana dan adaptif dalam menyikapi berbagai tantangan, baik yang bersifat akademik maupun sosial. Teori perkembangan Bronfenbrenner (2005) menyatakan bahwa interaksi antara individu dengan lingkungan mikro, meso, dan makro sangat memengaruhi perkembangan psikologisnya. Dalam konteks pesantren yang memiliki struktur ketat, lingkungan tersebut bisa menjadi sarana pembentukan karakter dan kedisiplinan, namun juga menjadi tantangan bagi remaja dalam proses pencarian identitas diri.

Selain itu, teori perkembangan psikososial Erikson (1968) juga relevan dalam menjelaskan krisis identitas yang dialami siswa SMA di lingkungan pesantren. Erikson menekankan bahwa pada tahap ini, individu berada dalam konflik antara pencarian identitas dan kebingungan peran (*identity vs. role confusion*). Dalam sistem pesantren, siswa dihadapkan pada tantangan untuk menyeimbangkan nilai-nilai yang diajarkan dengan keinginan pribadi mereka, yang kerap menimbulkan konflik batin. Maka dari itu, guru memiliki peran penting dalam memberikan pendampingan yang dapat membantu siswa menghadapi tantangan ini secara positif.

Pendekatan berbasis *adversity quotient* menjadi salah satu solusi yang dapat digunakan untuk memperkuat ketahanan mental siswa serta membantu mereka menjadi lebih adaptif dalam menghadapi perubahan dan tantangan. *Adversity quotient* merujuk pada kemampuan seseorang untuk menghadapi, mengatasi, dan bangkit dari kesulitan hidup (Stolz, 2005). Dengan memahami konsep ini, guru dapat membekali siswa dengan keterampilan untuk mengelola stres, meningkatkan daya juang, dan membangun ketangguhan mental. Oleh karena itu, seminar ini diadakan untuk memperluas wawasan guru mengenai konsep *adversity quotient* dan strategi penerapannya dalam mendampingi siswa di lingkungan pesantren.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 27 Februari 2025. Kegiatan ditujukan kepada guru-guru PKBM jenjang SMA dari Khairunnas *Islamic Boarding School*, Surabaya. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk seminar tentang *adversity quotient*.



Gambar 1
Penyampaian Materi *Adversity Quotient*

Sebelum pemberian materi seminar, peserta diminta untuk mengisi lembar *pre-test* yang digunakan untuk mengukur sejauh mana peserta memiliki pemahaman awal terkait materi yang diberikan. Setelah materi diberikan, peserta kembali diminta mengisi lembar *post-test* untuk melihat apakah ada perubahan pemahaman tentang materi tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagaimana diuraikan sebelumnya, pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk seminar. Materi yang disampaikan dalam seminar ini adalah bagaimana mengenal, memahami, dan mengoptimalkan *adversity quotient*. Stolz (2005) mengemukakan bahwa *adversity quotient* adalah kemampuan seseorang dalam melihat kesulitan dan mengatasi kesulitan dengan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadikan kesulitan sebagai tantangan untuk diselesaikan.

Materi yang disampaikan pada seminar ini antara lain: definisi dan batasan usia remaja, ciri-ciri remaja, tantangan remaja masa kini, pengertian *adversity quotient*, tipe-tipe *adversity quotient*, dan faktor-faktor yang memengaruhi *adversity quotient*. *Adversity quotient* dibagi menjadi tipe *quitter*, *camper*, dan *climber*. *Quitter* adalah individu yang mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan, sedangkan *camper* adalah individu yang mampu menghadapi kesulitan hingga batas tertentu tetapi tidak mendorong dirinya lebih jauh. *Climber* adalah individu yang terus berusaha menghadapi tantangan dan menggunakan kesulitan sebagai peluang untuk berkembang (Stolz, 2005). Dalam seminar ini, peserta diberikan pemahaman mengenai cara mengidentifikasi tipe *adversity quotient* pada siswa serta bagaimana membimbing mereka agar dapat meningkatkan ketahanan diri dan daya juang dalam menghadapi tantangan akademik maupun sosial.

Dalam konteks *Khairunnas Islamic Boarding School*, di mana siswa berada dalam lingkungan pesantren yang menuntut disiplin tinggi serta jadwal akademik dan kegiatan keagamaan yang padat, pemahaman mengenai *adversity quotient* menjadi sangat relevan. Tekanan akademik dan kehidupan di lingkungan pesantren yang terstruktur dapat menjadi tantangan bagi siswa dalam menyesuaikan diri. Oleh karena itu, guru memiliki peran strategis dalam membantu siswa membangun daya tahan mental serta mengembangkan pola pikir yang adaptif untuk menghadapi berbagai tantangan yang ada.

Setelah angket terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengolah dan menganalisisnya dengan menggunakan uji statistik. Uji statistik yang digunakan adalah uji komparatif karena sesuai dengan tujuan seminar ini yaitu melihat seberapa besar tingkat perbedaan suatu variabel pada dua fenomena atau lebih (Herawati dan Edi, 2016). Uji komparatif yang digunakan ini adalah uji *Wilcoxon*. Uji *Wilcoxon* merupakan teknik analisis yang digunakan untuk melihat adanya perbedaan atau tidak di antara dua kondisi yang berbeda dengan sampel *non-parametrik*.

Dalam seminar ini, yang dilihat adalah apakah ada perbedaan rata-rata sebelum dan rata-rata sesudah diberikan perlakuan berupa materi tentang *adversity quotient* tersebut. Melalui angket

yang terkumpul kemudian dianalisis dan hasilnya menunjukkan adanya perubahan pengetahuan dengan nilai 149,00.

Tabel 1.
Skor *Pre-Test* dan *Post-Test* Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post test - Pre test	Negative Ranks	6 ^a	6,83	41,00
	Positive Ranks	13 ^b	11,46	149,00
	Ties	10 ^c		
	Total	29		

- a. Post test < Pre test
b. Post test > Pre test
c. Post test = Pre test

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui selisih negatif (*negative ranks*) antara *pre-test* dan *post-test* adalah 6 (enam) yang artinya terdapat penurunan rata-rata pengetahuan pada 6 peserta dengan rata-rata 6,83 dan jumlah *ranking positive* sebesar 41,00. Kemudian selisih positif (*positive negative*) antara *pre-test* dan *post-test* adalah 13 (tiga belas) yang artinya terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan pada 13 peserta dengan rata-rata 11,46 dan jumlah *ranking positive* sebesar 149,00. Sedangkan kesamaan (*ties*) antara *pre-test* dan *post-test* adalah 10 (sepuluh) yang artinya terdapat sepuluh peserta yang pengetahuannya pada *pre-test* dan *post-test* tidak mengalami perubahan.

Tabel 2.
Uji Wilcoxon

Post test - Pre test	
Z	-2,219 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,026

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Mengacu pada tabel *test statistics* di atas, dapat diketahui bahwa Asymp. Sig (2-tailed) bernilai 0,026. Karena nilai 0,026 lebih kecil dari 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat perbedaan rata-rata antara pengetahuan terkait *adversity quotient* pada *pre-test* dan *post-test*. Sehingga dikatakan terdapat peningkatan pengetahuan terkait *adversity quotient* pada guru-guru PKBM jenjang SMA dari Khairunnas Islamic Boarding School, Surabaya sebelum dan sesudah dilakukannya kegiatan seminar *adversity quotient*.

Hasil analisis data menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan pada peserta seminar. Dengan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,026 (< 0,05), dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan peserta sebelum dan setelah mengikuti seminar. Hal ini mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan berhasil meningkatkan pemahaman guru mengenai *adversity quotient*, terutama dalam mengidentifikasi tipe-tipe *adversity quotient* serta strategi dalam membimbing siswa agar mampu menghadapi tantangan dengan lebih tangguh.



Gambar 2.

Foto Bersama Pemateri dengan Peserta Seminar

Berdasarkan kegiatan seminar mengenai Pentingnya Optimalisasi *Adversity Quotient* pada Anak Usia Remaja di Khairunnas *Islamic Boarding School*, Kecamatan Gunung Anyar, Kota Surabaya, dapat dikatakan bahwa seminar ini memberikan wawasan yang signifikan bagi para guru dalam memahami konsep *adversity quotient* dan penerapannya dalam lingkungan pendidikan pesantren.

Dalam konteks pendidikan di pesantren, di mana kedisiplinan tinggi dan aktivitas akademik serta keagamaan yang padat menjadi bagian dari keseharian siswa, pemahaman mengenai *adversity quotient* menjadi sangat relevan. Guru yang memiliki pemahaman lebih baik tentang *adversity quotient* diharapkan dapat memberikan pendampingan yang lebih efektif kepada siswa, sehingga mereka tidak hanya berkembang dalam aspek akademik tetapi juga memiliki daya juang dan ketahanan mental dalam menghadapi berbagai tantangan yang ada.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil seminar yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa pemahaman tentang *adversity quotient* memiliki peran penting dalam mendukung ketahanan mental siswa, khususnya di lingkungan pendidikan berbasis pesantren. Seminar ini memberikan wawasan bagi para guru di PKBM jenjang SMA Khairunnas *Islamic Boarding School*, Surabaya, mengenai konsep *adversity quotient* serta penerapannya dalam proses pembelajaran. Hasil analisis data menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah seminar, yang mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan telah berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang bagaimana membimbing siswa dalam menghadapi tantangan akademik maupun sosial dengan lebih adaptif dan resilien.

Selain itu, pemahaman tentang *adversity quotient* juga memungkinkan para guru untuk lebih memahami karakter dan pola pikir siswa dalam menghadapi berbagai kesulitan. Dengan demikian, guru dapat menerapkan strategi yang lebih efektif dalam membantu siswa mengembangkan ketahanan diri, mengelola stres, serta meningkatkan motivasi belajar. Seminar ini tidak hanya memberikan landasan teoretis tentang *adversity quotient*, tetapi juga membekali peserta dengan keterampilan praktis dalam mendukung perkembangan psikologis siswa di lingkungan pesantren yang memiliki sistem pembelajaran yang unik dan disiplin yang tinggi.

Sebagai tindak lanjut dari seminar ini, disarankan agar pemahaman mengenai *adversity quotient* terus dikembangkan melalui pelatihan dan diskusi berkelanjutan, sehingga guru dapat lebih optimal dalam membimbing siswa. Selain itu, penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas penerapan strategi berbasis *adversity quotient* dalam konteks pendidikan pesantren dapat dilakukan untuk memperkaya wawasan serta mengembangkan metode pembelajaran yang lebih inovatif. Dengan adanya

pemahaman yang lebih mendalam, diharapkan guru dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih suportif dan adaptif bagi siswa dalam menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sosial mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya Universitas Trunojoyo Madura dan Kepala PKBM Khairunnas Surabaya yang telah mendukung penulisan artikel jurnal pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bronfenbrenner, U. (2005). *Making Human Beings Human: Bioecological Perspectives on Human Development*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company
- Herawati, N. & Edi, F. R. S. (2016). *Aplikasi Komputer untuk Psikologi*. Malang: AE Publising
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence (17th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education
- Stolz, P. G. (2005). *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. New York: John Wiley & Sons