



Contents lists available at [Journal IICET](#)

JPPi (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)

ISSN: 2502-8103 (Print) ISSN: 2477-8524 (Electronic)

Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi>



Savoring dan kecerdasan adversity pada siswa

Nisa Mu'alimah Fajrin¹, Feida Noor Laila Isti'adah², Gian Sugiana Sugara³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Article Info

Article history:

Received Sep 17th, 2020

Revised Sep 29th, 2020

Accepted Sep 29th, 2020

Keyword:

Savoring

Adversity intelligence

Correlational research

ABSTRACT

The purpose of this study was to find a general description of savoring and adversity intelligence in students and to find a correlation between them. Savoring students explain strategies to increase positive experiences in their lives and overcome negative experiences to become positive by appreciating their experiences. This is illustrated by evaluating aspects of anticipating the future, enjoying present experiences, reminiscing about positive experiences in the past. Literature review revealed that the factor of being unable to be grateful and adversity intelligence has an influence on savoring. Adversity intelligence is defined as an individual's ability to face problems and continue to struggle when experiencing difficulties in his life by controlling problems, understanding problems, limiting problems to aspects of life, and considering the problems at hand to be temporary. So that savoring can increase adversity intelligence in addition to increasing happiness in a person. Because with the savoring in a person, the adversity intelligence will increase. The study used a correlational research design with a sample size of 180 students. Data were collected using simple random sampling technique. Instrument using Savoring Beliefs Inventory (SBI) and Adversity Intelligence Scale. The data analysis technique used the Pearson Product Moment (PPM) correlation method to determine the relationship between savoring and adversity intelligence among students. The relationship between savoring and adversity intelligence was found to be positively correlated. All dimensions of savoring and adversity intelligence were found to be positively correlated. Based on the research results, the more students have high savoring, the higher their adversity intelligence.



© 2020 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Gian Sugiana Sugara,

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Email: gian.sugiana@umtas.ac.id

Pendahuluan

Kecerdasan adversitas merupakan salah satu konsep psikologis yang di pelopori oleh Stoltz yang berasumsi bahwa setiap individu memiliki tingkat kecerdasan atau kemampuan dalam merespon suatu hambatan atau permasalahan yang tengah dihadapi (Paul G. Stoltz, 2000). Siswa yang mengalami stres karena tidak mampu untuk menghadapi permasalahan di sekolah yang menyebabkan gangguan mental dalam dirinya terganggu, oleh karena itu siswa membutuhkan kecerdasan adversitas di dalam dirinya supaya siswa dapat menghadapi masalah-

masalah tersebut dengan baik (Paul G. Stoltz, 2000). Kecerdasan adversitas dapat mengukur kemampuan seseorang dalam mengatasi masalah atau kesulitan (P. G. Stoltz, 2003). Individu yang memiliki kecerdasan adversitas dinilai memiliki kecerdasan dalam mengelola hidup dan mampu melihat kemalangan menjadi peluang (Parvathy & Praseeda, 2014). Hal tersebut sangat berguna dalam kehidupan seseorang jika ia mampu mengubah tantangan bahkan ancaman yang dialaminya menjadi sebuah peluang (Matore, Khairani, & Razak, 2015). Sebuah penelitian mengemukakan bahwa sebagian besar kualitas hidup siswa dalam kehidupan akademik dipengaruhi oleh budaya akademik (Sugara, 2018).

Individu dibagi ke dalam tiga kategori AQ, yaitu: quitters (AQ rendah), campers (AQ sedang), dan climbers (AQ tinggi), (P. G. Stoltz, 2003). Quitter yaitu seorang yang menyerah ketika menghadapi tantangan. Mereka adalah orang yang berhenti menyelesaikan masalah meskipun permasalahannya belum tuntas karena mereka merasa tidak akan mampu melanjutkan usahanya dalam menyelesaikan masalah. Campers adalah orang yang berada di posisi tertentu. Mereka merasa cukup dengan apa yang diperolehnya, sehingga mereka tidak melanjutkan kembali usahanya sampai maksimal. Climbers berarti orang yang akan selalu berusaha menghadapi rintangan, bertahan dalam kesulitan dan menghadapi kesulitan tersebut untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Pada kalangan siswa sering dijumpai kesulitan, hambatan atau permasalahan dalam hidup (Ahmadi & Supriyono, 2008). Setiap individu memiliki caranya sendiri-sendiri dalam merespon dan menyelesaikan kesulitan dan permasalahan yang tengah dihadapi, baik permasalahan pribadi, sosial, belajar ataupun karir. Agar siswa dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan sosialnya diperlukan tiga proses sosialisasi yaitu belajar berperilaku yang dapat diterima secara sosial artinya bahwa dalam kelompok terdapat standar bagi para anggotanya (Noorlaila, 2011). Selain itu juga salah satu tujuan siswa adalah mencari jati diri yang baik, menghadapi permasalahan disekolah dan mendapatkan hasil yang memuaskan, memilih pergaulan dan ketika menghadapi setiap masalah atau konflik tidak mudah menyerah. Salah satu yang menjadi tanda bahwa seorang individu memiliki kecerdasan adversitas yang baik yaitu tidak mudah menyerah ketika menghadapi masalah (Soesilowindradini, 2006). Ada kondisi dimana siswa yang selalu menyerah, putus asa dan gagal ketika berhadapan dengan kesulitan disekolah dan tantangan hidup, akan cenderung terlambat menyelesaikan studinya (Brown & Ryan, 2003). Adanya rasa selalu menyerah dan tidak berdaya menjadikan siswa tersebut jika menemui kesulitan lalu gagal maka ia tidak bisa mengatasinya dan memvonis dirinya tidak berdaya (P. G. Stoltz, 2003). Sikap mental seperti itu menghancurkan dorongan untuk tidak bisa mencoba melakukan hal baru (Suryaputri, Rosha, & Sari, 2013).

Siswa dapat dikatakan memiliki kecerdasan adversitas yang baik apabila memiliki optimistik tinggi untuk dapat menghadapi kesulitan, dapat menemukan hal yang menimbulkan kesulitan, bertanggung jawab atas kesulitan yang terjadi, dapat membatasi kesulitan agar tidak terbawa pada sisi kehidupan yang lain dan adanya kemauan untuk bangkit kembali walaupun mengalami kegagalan dalam mengatasi kesulitan (Destiana, 2014). Siswa yang memiliki kecerdasan adversitas itu akan berimplikasi dalam kehidupannya yaitu menikmati problem-problem dialami dalam kehidupannya. Oleh karena itu siswa tersebut akan bahagia kemudian akan resiliensi dengan savoring karena savoring sebagai bagian penting untuk menghadapi setiap masalah yang dihadapinya menjadi pengalaman positif. Savoring dapat dikonseptualisasikan sebagai kemampuan dan sifat spesifik dengan emosi positif, oleh karena itu savoring dengan kecerdasan adversitas memerlukan kesadaran serta generasi dan regulasi emosi (Mayer, Salovey, & Caruso, 2004).

Savoring merupakan salah satu konsep psikologi positif yang dengan cepat mendapatkan momentum dengan mengeksplorasi konstruksi spesifik seperti mendapatkan kekuatan karakter, meningkatkan pengalaman positif, dan ketahanan dalam kepuasan hidup (Fredrickson, 2001). Savoring adalah kemampuan untuk mengintensifkan dan memperpanjang perasaan positif dengan sengaja untuk meningkatkan kesadaran dan penghargaan seseorang terhadap pengalaman positif (F. B. Bryant & Veroff, 2007). Orang-orang dapat meningkatkan perasaan positif mereka saat ini dengan mengenang pengalaman masa lalu yang menyenangkan, savoring pengalaman positif pada saat itu, atau mengantisipasi pengalaman masa depan yang menyenangkan. Emosi positif meningkatkan kesadaran dan mendorong orang untuk terlibat dalam berbagai pemikiran dan perilaku yang lebih luas (F. B. Bryant & Veroff, 2007). Sebagai hasilnya orang mendapatkan pengalaman baru, keterampilan yang lebih besar, dan hubungan sosial yang lebih kuat (Fredrickson, 2001). Adanya savoring di dalam diri individu itu hanya bisa dilakukan oleh diri sendiri (Fredrickson, 2001). Melalui savoring maka tercapailah suatu kepuasan dalam hidup, karena savoring yang ditanamkan didalam diri individu memunculkan kedamian hidup. Sebuah penelitian menegaskan bahwa jika seseorang memiliki kemampuan untuk savoring terhadap pengalaman positif dalam hidup, maka seseorang akan hidup lebih sejahtera dan bahagia (F. Bryant, 2003).

Pengalaman baru untuk meningkatkan savoring didalam diri individu bisa dengan mensyukuri alam kemudian akan memberikan efek positif (Korpela, Kyttä, & Hartig, 2002). Temuan ini menunjukkan bahwa alam dapat mensyukuri kehidupan sehari-hari, dan pengalaman dengan orang lain. Oleh karena itu konteks lingkungan alam sangat mempengaruhi strategi untuk savoring, sehingga individu lebih cenderung mencoba untuk savoring pengalaman mereka sebagai bentuk koping positif dalam setiap pengalamannya (Kellert & Wilson, 1993). Menumbuhkan savoring didalam diri individu akan mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif (F. Bryant, 2003). Mengenai savoring, ada bukti bahwa beberapa respon savoring dapat berinteraksi dengan pengalaman positif untuk meningkatkan pengaruh positif (Langston, 1994). Meningkatnya savoring maka semakin meningkatnya kecerdasan emosional perilaku seseorang, dikaitkan secara positif dengan kecerdasan adversitas (F. B. Bryant & Veroff, 2007). Penelitian telah ditemukan bahwa savoring berkorelasi positif dengan kecerdasan adversitas. Siswa yang mengalami savoring akan merasakan bahwa dirinya mampu untuk menghadapi permasalahan atau tuntutan disekolah. Penelitian ini bertujuan untuk melihat korelasi antara savoring dengan kecerdasan adversitas pada siswa. Sehingga savoring bisa mempengaruhi kecerdasan adversitas pada siswa. Meningkatnya savoring maka semakin meningkatnya kecerdasan adversitas pada siswa.

Metode

Penelitian menggunakan desain penelitian korelasional dengan jumlah sampel 180 siswa di SMK Daarul Abroor Kabupaten Tasikmalaya. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan simple random. Data dikumpulkan melalui instrument Savoring Beliefs Inventory (SBI) dan kecerdasan adversitas mengembangkan.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu Savoring Beliefs Inventory (F. Bryant, 2003). BSI adalah alat ukur untuk mengetahui kondisi savoring pada siswa. Instrumen BSI memuat 24 pernyataan yang meliputi aspek mengantisipasi masa depan, menikmati pengalaman masa kini, mengenang pengalaman positif di masa lalu. Responden diminta untuk merespon item pernyataan sesuai dengan apa yang dirasakan dengan menggunakan skala likert di mana 1 (selalu), 2 (sering), 3 (kadang-kadang), 4 (tidak pernah), 5 (tidak pernah sama sekali). BSI telah menunjukkan reliabilitas instrument sebesar 0,895 yang menunjukkan bahwa tingkat derajat keterandalan instrumen sangat tinggi. Studi ini menunjukkan bahwa instrumen pengungkap savoring memiliki validitas konstruk yang baik.

Kemudian instrumen lainnya yang akan digunakan yaitu Kecerdasan Adversitas Scale (Paul G. Stoltz, 2000). Skala kecerdasan adversitas adalah alat ukur untuk mengetahui kondisi kecerdasan adversitas pada siswa yang didasarkan pada teori kecedasaran adversitas dari Stoltz. Instrument kecerdasan adversitas memuat 37 pernyataan yang meliputi aspek pengendalian diri (control C), asal usul dan pengakuan (origin dan ownership (O2)), jangkauan (reach atau R), daya tahan (endurance atau E). Responden diminta untuk merespon item pernyataan sesuai dengan apa yang dirasakan dengan menggunakan skala likert di mana 1 (tidak seperti saya), 2 (seperti saya), 3 (agak seperti saya), 4 (kebanyakan seperti saya), 5 (sangat seperti saya). Kecerdasan adversitas telah menunjukkan reliabilitas instrument sebesar 0,904 yang menunjukkan bahwa tingkat derajat keterandalan instrumen sangat tinggi. Studi ini menunjukkan bahwa instrumen pengungkap kecerdasan adversitas memiliki validitas konstruk yang baik. Savoring Beliefs Inventory (SBI) dan kecerdasan adversitas diberikan secara random kepada siswa secara online. Partisipan diminta kesediaannya secara sukarela untuk mengisi kedua instrumen tersebut. Peneliti menjelaskan tujuan penelitiannya dan menjaga kerahasiaan partisipan.

Analisis statistik menggunakan analisis parametrik dan nonparametrik dilakukan dengan menguji kesesuaian variabel dengan distribusi normal. Untuk menentukan arah dan hubungan antara variabel savoring dan kecerdasan adversitas dengan mencari koefisien korelasi Pearson Product Moment (PPM). Semua analisis dilakukan dengan menggunakan SPSS untuk Windows, versi 16. Nilai $p < 0,05$ dianggap signifikan.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian dideskripsikan menjadi tiga bagian. Pertama, menyajikan distribusi savoring secara umum dan 3 domain sub skala pada siswa dan menyajikan distribusi kecerdasan adversitas secara umum dan 4 domain sub skala pada siswa. Kedua, temuan perbedaan savoring dan kecerdasan adversitas berdasarkan jenis kelamin. Ketiga, menunjukkan korelasi antara total SBI, 3 domain sub skala dikaitkan dengan kecerdasan adversitas 4 domain sub skala. Jumlah responden sebanyak 180 siswa.

Tabel 1. Distribusi Savoring dan Kecerdasan Adversitas pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan

Scale	Mean	Standard Deviation
Total Savoring	86	19
Mengantisipasi masa depan	28	72
Menikmati Pengalaman Masa Kini	26	66
Mengenang pengalaman positif di masa lalu	27	64
Total Kecerdasan Adversitas	122	23
Pengendalian diri (<i>Control</i>)	36	67
Asal usul dan pengakuan (<i>Origin dan Ownership</i>)	26	58
Jangkauan (<i>Reach</i>)	21	45
Daya tahan (<i>Endurance</i>)	37	88

Tabel 1 menunjukkan statistik deskriptif savoring dan kecerdasan adversitas pada siswa. Hasil penelitian savoring menunjukkan total SBI dengan rata-rata 86 dan standard deviation sebesar 19. Dari 3 domain sub skala SBI ditemukan skor maksimum pada domain mengantisipasi masa depan ($M = 28$; $SD = 72$) dan skor minimum pada domain menikmati pengalaman masa kini ($M = 26$; $SD = 66$). Kemudian hasil penelitian kecerdasan adversitas menunjukkan total dengan rata-rata 122 dan standard deviation sebesar 23. Dari 4 domain sub skala kecerdasan adversitas ditemukan skor maksimum pada domain daya tahan (*endurance* atau E) ($M = 37$; $SD = 88$) dan skor minimum pada domain jangkauan (*reach* atau R) ($M = 21$; $SD = 45$).

Tabel 2. Distribusi Savoring dan Kecerdasan Adversitas pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan berdasarkan Gender

Scale	Male		Female		F	P
	M	SD	M	SD		
Total Savoring	78	19.34	86	16,66	9.991	0.002
Mengantisipasi masa depan	26.31	7.589	29.73	6.419	176.88	0.001
Menikmati Pengalaman Masa Kini	25.18	6.671	28.01	6.048	8.679	0.004
Mengenang pengalaman positif di masa lalu	26.26	6.797	28.65	5.802	6.211	0.014
	116	24.814	130	18.455	18.812	0.000
Total Kecerdasan Adversitas	26.26		28.65	5.802	6.211	0.014
Pengendalian diri (<i>Control</i>)	24.55	6.797	28.94	4.823	29.07	0.000
Asal usul dan pengakuan (<i>origin dan ownership</i>)	20.63	5.828	23.03	4.521	12.744	0.000
Jangkauan (<i>Reach</i>)	35.94	4.413	40.35	7.176	11.644	0.001
Daya tahan (<i>Endurance</i>)		9.584				

Tabel 2 menunjukkan statistik deskriptif mengenai perbedaan profil savoring dan kecerdasan adversitas pada siswa laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan profil savoring secara umum antara laki-laki ($M = 78$; $SD = 19.34$) dan perempuan ($M = 86$; $SD = 16.66$). Pada laki-laki, skor ketercapaian yang paling tinggi pada domain mengantisipasi masa depan ($M = 26.31$; $SD = 7.589$). Sementara pada perempuan domain yang paling tinggi adalah domain mengantisipasi masa depan (29.73 ; $SD = 6.419$). Analisis statistik menggunakan Uji F menunjukkan domain savoring yang signifikan berbeda adalah mengenang pengalaman positif di masa lalu. Temuan penelitian menunjukkan siswa perempuan mendapatkan skor savoring lebih tinggi daripada siswa laki-laki pada domain mengenang pengalaman positif di masa lalu ($F = 6.211$; $p = 0.014$). Sementara untuk domain yang lainnya terdapat perbedaan yang signifikan. Kemudian hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan profil kecerdasan adversitas secara umum antara laki-laki ($M = 116$; $SD = 24.814$) dan perempuan ($M = 130$; $SD = 18.455$). Pada laki-laki, skor ketercapaian yang paling tinggi pada domain daya tahan ($M = 35.94$; $SD = 9.584$). Sementara pada perempuan domain yang paling tinggi adalah domain daya tahan (40.35 ; $SD = 7.176$). Analisis statistik menggunakan Uji F menunjukkan domain kecerdasan adversitas yang signifikan berbeda adalah pengendalian diri. Temuan penelitian menunjukkan siswa perempuan mendapatkan skor kecerdasan adversitas lebih tinggi daripada siswa laki-laki pada domain pengendalian diri ($F = 6.211$; $p = 0.014$). Sementara untuk domain yang lainnya terdapat perbedaan yang signifikan.

Tabel 3 menunjukkan korelasi antara savoring dengan kecerdasan adversitas. temuan pertama menjelaskan total kecerdasan adversitas dengan total savoring memiliki hubungan korelasi positif yang signifikan ($r = 0,875$, $R^2 = 0,76$). Dengan demikian savoring berkontribusi sebanyak 76 % terhadap kecerdasan adversitas. Temuan kedua terdapat korelasi positif yang signifikan antara kecerdasan adversitas dengan semua aspek savoring yang terdiri dari mengantisipasi masa depan, menikmati pengalaman masa kini, mengenang pengalaman positif di masa lalu. Temuan ketiga terdapat terdapat korelasi positif yang signifikan antara savoring dengan semua aspek kecerdasan adversitas yang terdiri dari pengendalian diri, asal usul dan pengakuan, jangkauan, daya tahan.

Tabel 3. Korelasi Savoring dan Kecerdasan Adversitas pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan

Sub Scale	Total Savoring	Mengantisipasi Masa Depan	Menikmati Pengalaman Masa Kini	Mengenang Pengalaman Positif Masa Lalu
Total AQ	0,875	0,824	0,797	0,793
Kontrol Diri	0,781	0,738	0,714	0,701
Asal Usul dan Pengakuan	0,768	0,710	0,688	0,720
Jangkauan	0,702	0,658	0,672	0,605
Daya tahan	0,842	0,800	0,753	0,767

Savoring didefinisikan sebagai strategi untuk meningkatkan pengalaman positif dalam kehidupan seorang individu dan menghargai pengalaman yang sedang dialaminya (F. B. Bryant & Veroff, 2007). Individu yang mampu meningkatkan pengalaman positif dalam kehidupannya ditandai dengan aspek savoring yaitu mengantisipasi masa depan, menikmati pengalaman masa kini dan mengenang pengalaman positif di masa lalu. Hasil penelitian ditemukan bahwa ada perbedaan signifikan savoring pada siswa laki-laki dan perempuan. Penelitian lain mengungkapkan bahwa perempuan lebih rentang terpapar savoring (Fred B. Bryant, 1989). Terdapatnya perbedaan antara savoring laki-laki dan perempuan karena pada dasarnya perempuan jika mempunyai pengalaman yang positif lebih senang menceritakannya terhadap orang lain, dan sering menunjukkan perilaku yang membuat dirinya bahagia atas pengalaman yang dialami kemudian pengalaman tersebut selalu dikenang atau berdurasi pengalaman, berbeda dengan savoring laki-laki mempunyai savoring di dalam dirinya hanya sementara dan tidak mudah menceritakan terhadap orang lain, tetapi hanya dinikmati oleh dirinya sendiri saja dan hal seperti itu bagi laki-laki merasa cukup buat dirinya sendiri tanpa harus berbagi cerita dengan orang lain (F. B. Bryant & Veroff, 2007).

Kecerdasan adversitas didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menghadapi tantangan dalam problematika hidup (Paul G. Stoltz, 2000). Individu yang mampu menghadapi masalah dalam hidupnya ditandai dengan cara mengontrol masalah, memahami adanya masalah, membatasi masalah pada aspek kehidupan, dan menganggap masalah yang dihadapi bersifat sementara. Hasil penelitian ditemukan bahwa ada perbedaan signifikan kecerdasan adversitas pada siswa laki-laki dan perempuan. Hal tersebut bahwa kecerdasan adversitas laki-laki dan perempuan tidak ada perbedaan, namun rendah, sedang dan tinggi kecerdasan adversitas seseorang dikarenakan adanya faktor lain yaitu seperti mudah frustrasi dalam menghadapi masalah, berpikir dan bertindak cenderung tidak kreatif dan tidak berani mengambil resiko, atau menyalahkan orang lain sebagai penyebab suatu masalah atau kesulitan, cenderung lari dari masalah yang dihadapi, tidak berorientasi pada masa depan dan menghindari tantangan, mengatakan hal-hal yang pesimis dalam menghadapi masalah (Huijuan, 2009; Paul G. Stoltz, 2000).

Temuan penelitian pada savoring menunjukkan terjadinya perbedaan signifikan laki-laki dan perempuan pada domain mengantisipasi masa depan dan menikmati pengalaman masa kini. Perempuan lebih tinggi memaknai pengalaman positif dalam kehidupannya dibandingkan laki-laki. Hal ini sesuai dengan sebuah temuan penelitian yang menjelaskan savoring lebih mayoritas kepada perempuan karena perempuan yang lebih sering melakukan durasi pengalamannya dan berbeda dengan laki-laki jarang melakukan durasi pengalaman cukup dengan diri sendiri saja tanpa bercerita terhadap orang lain. Pada domain mengenang pengalaman positif di masa lalu menunjukkan terjadinya tidak terdapat perbedaan signifikan laki-laki dan perempuan. Tidak adanya perbedaan laki-laki dan perempuan dipengaruhi oleh faktor lain seperti kurang mensyukuri di dalam hidupnya (F. B. Bryant & Veroff, 2007).

Temuan penelitian pada kecerdasan adversitas menunjukkan terjadinya perbedaan signifikan laki-laki dan perempuan pada domain asal usul dan pengakuan, jangkauan dan daya tahan. Perempuan lebih tinggi memiliki kemampuan untuk

menghadapi masalah dan terus berjuang ketika mengalami kesulitan di dalam hidupnya. Namun menurut (Paul G. Stoltz, 2000) memiliki kecerdasan adversitas tidak dilihat dari jenis kelamin, tinggi, rendah nya kecerdasan adversitas seseorang pada dasarnya merupakan hasil dari proses belajar, baik itu diwarisi secara genetika, pendidikan dan keyakinan. Pada domain pengendalian diri menunjukkan terjadinya tidak terdapat perbedaan signifikan laki-laki dan perempuan. Jenis kelamin tidak berpengaruh terhadap kemampuan kecerdasan adversitas seseorang karena kemampuan individu untuk menghadapi tantangan dalam problematika hidup atau mencapai kecerdasan adversitas yang baik yaitu mampu menahan kematangan emosi karena membuat individu dapat menghadapi masalah dan terus berjuang ketika mengalami kesulitan di dalam hidupnya. Disinilah proses terbentuknya kecerdasan adversitas yang harus dikembangkan oleh laki-laki ataupun perempuan (Huijuan, 2009).

Temuan lain penelitian ini menemukan bahwa savoring memiliki korelasi positif dengan kecerdasan adversitas. Hasil penelitian antara BSI dengan kecerdasan adversitas, ini menjelaskan bahwa semakin tinggi savoring, maka semakin tinggi juga tingkat kecerdasan adversitas siswa. Siswa yang memiliki savoring kerap kali berdampak pada kepuasan dalam hidup, karena savoring yang ditanamkan didalam diri individu memunculkan kedamaian hidup. Setelah menumbuhkan savoring maka kemampuan seseorang untuk bertahan dan menghadapi kesulitan disetiap masalah yang ada bisa dihadapinya. Kemampuan ini hanya akan dimiliki individu yang memiliki kemampuan untuk memegang kendali dan merespon suatu kesulitan atau tekanan secara positif, disinilah peran kecerdasan adversitas (P. G. Stoltz, 2003). Oleh karena itu siswa tersebut akan mudah bahagia kerena kebahagiaan yang dimilikinya dikarenakan menumbuhkan savoring dengan kecerdasan adversitas.

Savoring seseorang akan mempengaruhi kecerdasan adversitas karena jika seseorang mampu memaknai pengalaman positif dalam kehidupannya yang ditandai dengan berkembangnya 3 aspek savoring, yaitu mengantisipasi masa depan, menikmati pengalaman masa kini dan mengenang pengalaman positif di masa (F. B. Bryant & Veroff, 2007). Kecerdasan adversitas merupakan salah satu konsep psikologis yang di pelopori oleh Stoltz yang berasumsi bahwa setiap individu memiliki tingkat kecerdasan atau kemampuan dalam merespon suatu hambatan atau permasalahan yang tengah dihadapi (Paul G. Stoltz, 2000). Kecerdasan adversitas berperan penting dalam memprediksi seberapa jauh seseorang mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan dan seberapa kemampuannya untuk mengatasi masalah tersebut (P. G. Stoltz, 2003). Mampunya seseorang bertahan dalam menghadapi masalah karena diri seseorang savoring dalam setiap pengalaman yang dialaminya.

Savoring ditandai dengan tiga aspek yaitu mengantisipasi masa depan, menikmati pengalaman masa kini, mengenang pengalaman positif di masa lalu (F. B. Bryant & Veroff, 2007). Kecerdasan adversitas ditandai dengan empat aspek yaitu pengendalian diri, asal usul dan pengakuan, jangkauan, daya tahan (Paul G. Stoltz, 2000). Hasil penelitian menunjukkan korelasi positif antara aspek savoring dengan aspek kecerdasan adversitas. Aspek pengendalian diri dengan aspek masa depan, aspek ini terkait dengan kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti mampu mengendalikan diri ketika ada masalah, mampu bertahan menghadapi masalah (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Paul G. Stoltz, 2000). Aspek pengendalian diri dengan aspek masa kini, aspek ini terkait dengan kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti tidak mudah menyerah saat menghadapi masalah (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Shen, 2014). Aspek pengendalian diri dengan aspek pengalaman masa lalu, aspek ini terkait dengan kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti berpikir dan bertindak positif dalam situasi yang sulit (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Sho'imah, 2010).

Aspek asal usul dan pengakuan dengan aspek masa depan, aspek ini mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti memahami timbulnya masalah (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Paul G. Stoltz, 2000). Aspek asal usul dan pengakuan dengan aspek masa kini, aspek ini mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti bertanggung jawab atas masalah yang terjadi (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Shen, 2014). Aspek asal usul dan pengakuan dengan aspek pengalaman masa lalu, aspek ini mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti memahami faktor adanya masalah (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Shen, 2014).

Aspek jangkauan dengan aspek masa depan, aspek ini mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti mampu membatasi masalah agar tidak berdampak pada aspek kehidupan lain (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Paul G. Stoltz, 2000). Aspek jangkauan dengan aspek masa kini, aspek ini mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti mampu mengetahui efek jangkauan masalah (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Shen, 2014). Aspek jangkauan dengan aspek pengalaman masa lalu, aspek ini mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti menyelesaikan masalah yang dialaminya (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Olila, 2012).

Aspek daya tahan dengan aspek masa depan, aspek ini mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti menganggap masalah yang dihadapi bersifat sementara (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Paul G. Stoltz, 2000). Aspek daya tahan dengan aspek masa kini, aspek ini mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti memiliki keyakinan dapat mengatasi masalah (F. B. Bryant & Veroff, 2007; P. G. Stoltz, 2003). Aspek daya tahan dengan aspek pengalaman masa lalu, aspek ini mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif seperti tidak mudah menyerah saat menghadapi masalah (F. B. Bryant & Veroff, 2007; Olila, 2012).

Korelasi aspek savoring dengan aspek kecerdasan adversitas termasuk dalam korelasi positif yang signifikan (Riduwan, 2010). Jadi kesimpulannya savoring dapat mempengaruhi kualitas kecerdasan adversitas siswa. Siswa yang memiliki savoring akan berkorelasi dengan kecerdasan adversitas begitupun kecerdasan adversitas akan berkorelasi dengan savoring.

Ini memberikan implikasi terhadap pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah dengan fokus pada upaya peningkatan kecerdasan adversitas. Konseling berbasis petualangan menunjukkan secara efektif dalam meningkatkan kecerdasan adversitas (Nurihsan & Rusmana, 2016). Konseling berbasis petualangan mengombinasikan antara belajar eksperiensial (experiential learning) dengan belajar di luar ruangan (outdoor education) yang menggunakan teknik-teknik konseling kelompok (Fletcher & Hinkle, 2002). Selain itu juga individu belajar mendeteksi pikiran yang tidak akurat, mengajarkan berbagai strategi yang dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah dan mengatasi situasi dan emosi yang sulit (Newes & Bandoroff, 2004). Dengan menggunakan teknik konseling berbasis petualangan (KBP) supaya siswa diharapkan menjadi pengaruh yang baik bagi siswa akan lebih mudah bahagia, bersyukur, terarah, berani dalam mengambil keputusannya sendiri, dan tidak rendah diri (pesimis).

Simpulan

Sesuai dengan yang dijelaskan sebelumnya, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antara savoring dengan kecerdasan adversitas pada siswa. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan terdapat korelasi positif yang signifikan antara savoring dan tingkat kecerdasan adversitas. Fakta penelitian ini memberikan gambaran fenomena savoring memiliki dampak positif terhadap peningkatan kecerdasan adversitas. Savoring didalam diri individu akan mempengaruhi kekuatan hubungan antara peristiwa positif, mengenai savoring, ada bukti bahwa beberapa respon savoring dapat berinteraksi dengan pengalaman positif untuk meningkatkan pengaruh positif. Meningkatnya savoring maka semakin meningkatnya kecerdasan emosional perilaku seseorang, dikaitkan secara positif dengan kecerdasan adversitas. Strategi yang digunakan untuk meningkatkan kecerdasan adversitas dengan adanya layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan teknik konseling berbasis petualangan (KBP) supaya siswa diharapkan menjadi pengaruh yang baik bagi siswa untuk terus bertahan dan berjuang menghadapi berbagai macam hal yang akan terus menerus serta tidak takut akan perubahan, baik itu mendapatkan masalah, hambatan, serta hal-hal lain yang terus didapatkan setiap harinya.

Referensi

- Ahmadi, & Supriyono, S. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 84(4), 822-822.
- Bryant, F. (2003). Savoring Beliefs Inventory (SBI): A scale for measuring beliefs about savouring. *Journal of mental health*, 12(2), 175-196.
- Bryant, F. B. (1989). A four-factor model of perceived control: Avoiding, coping, obtaining, and savoring. *Journal of personality*, 57(4), 773-797.
- Bryant, F. B., & Veroff, J. (2007). Savoring Beliefs Inventory (SBI): A scale for measuring beliefs about savouring. *Journal of Mental Health*, 12(2), 175-196.
- Destiana. (2014). Tingkat Kecerdasan Adversity Ditinjau dari Coping Adaptif dan Coping Maladaptif pada Siswa Kelas X SMAN 8 Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan*, 4(3).
- Fletcher, T. B., & Hinkle, J. S. (2002). Adventure based counseling: An innovation in counseling. *Journal of Counseling & Development*, 80(3), 277-285.

-
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56(3), 218-218.
- Huijuan, Z. (2009). The adversity quotient and academic performance among college students at St. Joseph's College, Quezon City (Bachelor thesis, St. Joseph's College, New York, United States).
- Kellert, S. R., & Wilson, E. O. (1993). *The biophilia hypothesis*: Island Press.
- Korpela, K., Kytta, M., & Hartig, T. (2002). Restorative experience, self-regulation, and children's place preferences. *Journal of environmental psychology*, 22(4), 387-398.
- Langston, C. A. (1994). Capitalizing on and coping with daily-life events: Expressive responses to positive events. *Journal of personality and social psychology*, 67(6), 1112-1112.
- Matore, M. E. E. M., Khairani, A. Z., & Razak, N. A. (2015). The Influence of AQ on the Academic Achievement among Malaysian Polytechnic Students. *International Education Studies*, 8(6), 69-74.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). TARGET ARTICLES:" Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications". *Psychological inquiry*, 15(3), 197-215.
- Newes, S., & Bandoroff, S. (2004). Coming of age: The evolving field of adventure therapy. Boulder, CO: *Association of Experiential Education*.
- Noorlaila, F. (2011). *Kontribusi Keterlibatan Siswa Dalam Peer Group di Sekolah terdapat Kedisiplinan Siswa*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nurihsan, A. J., & Rusmana, N. (2016). Model Konseling Berbasis Petualangan untuk Meningkatkan Kecerdasan Adversitas Mahasiswa. *Edusentris*, 3(1), 72-84.
- Olila, R. G. (2012). Adversity quotient and personal characteristics as correlates of the personality-temperament traits of educators in selected public and private educational institutions. *Unpublished Ph. D. Dissertation. Manila: The Faculty of the School of Graduate Studies, Manuel L. Quezon University. Available online also at: https://www.peaklearning.com/documents/PEAK_GRI_olila.pdf [accessed in Manila, the Philippines: January 15, 2.*
- Parvathy, U., & Praseeda, M. (2014). Relationship between adversity quotient and academic problems among student teachers. *Journal of Humanities and Social Science*, 19(11), 23-26.
- Riduwan. (2010). *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Shen, C. Y. (2014). A study investigating the influence of demographic variables on adversity quotient. *The Journal of Human Resource and Adult Learning*.
- Sho'imah, D. W. (2010). Hubungan adversity quotient dan self efficacy dengan toleransi terhadap stres pada mahasiswa.
- Soesilowindradini. (2006). *Psikologi Perkembangan Masa Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Stoltz, P. G. (2000). Adversity quotient: Turning obstacles into opportunities (Mengubah hambatan menjadi peluang). *Jakarta: Grasindo*.
- Stoltz, P. G. (2003). *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Mejadi Peluang (Edisi terjemahan T. Hermaya)*. Jakarta: Grasindo.
- Sugara, G. S. (2018). Student Quality-of-Life in Academic Culture Perspective. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 2(1), 47-60.
- Suryaputri, I. Y., Rosha, B. C., & Sari, K. (2013). Gender and other factors and risk of mental emotional problems among students in Indonesia. *Health Science Journal of Indonesia*, 4(2), 98-102.