

## **Hubungan *Adversity Quotient* dengan Optimisme pada Ibu yang Memiliki Anak *Down Syndrome* di Yayasan POTADS Bandung**

### **Relationship between Adversity Quotient with Optimism in Mothers Who Have Children Down Syndrome in POTADS Bandung Foundation**

<sup>1</sup> Dwinanda Mutia Putri Tasya, <sup>2</sup> Siti Qodariah

<sup>1,2</sup> Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,  
Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116

email: <sup>1</sup>dwinandamutiapt@gmail.com <sup>2</sup>siti.qodariah@yahoo.co.id

**Abstract.** Having a Down syndrome child is a heavy burden for parents both physically and mentally. This is because children with Down syndrome experience obstacles and difficulties in their development, have a low level of intelligence, and experiencing medical problems so that parents, especially mothers need more time and effort to care and educate their children. Parents especially mothers have an important role in educating, nurturing, and being the closest figure to the child. However, there are still mothers who can overcome these obstacles and difficulties that can occur because the mother has an adversity quotient. In overcoming these obstacles and difficulties the mother requires a strong self-confidence and a positive attitude. One form of belief and positive attitude is optimism. The purpose of this study to determine how closely the relationship between adversity quotient with optimism in mothers who have children down syndrome in the foundation POTADS Bandung. The method used is correlational. The measuring tool used is a questionnaire based on adversity theory constructed based on reference from Paul G Stoltz theory in 2000 and refers to the measurement of Adversity Response Profile and measuring instrument of optimism, measuring instrument used is a measuring tool constructed based on the reference from the theory of Mertin E Seligman, 1990 and the Attributional Style Questionnaire (ASQ) gauge. The results of this study obtained a positive correlation value of (0,594) with fairly close categories. This result shows there is a close relationship between adversity quotient with optimism in mother who has child down syndrome in foundation of POTADS Bandung.

**Keywords:** Adversity Quotient, Optimism, Down Syndrome

**Abstrak.** Memiliki anak *down syndrome* merupakan beban berat bagi orang tua baik secara fisik maupun mental. Hal tersebut dikarenakan pada anak *down syndrome* mengalami hambatan dan kesulitan dalam perkembangannya, memiliki taraf kecerdasan yang rendah, dan mengalami permasalahan medis sehingga orangtua khususnya ibu membutuhkan waktu dan usaha yang lebih untuk merawat dan mendidik anaknya. Orangtua khususnya ibu memiliki peranan penting dalam mendidik, mengasuh, dan merupakan figur yang paling dekat dengan anak. Akan tetapi, masih ada ibu yang dapat mengatasi hambatan dan kesulitannya tersebut itu dapat terjadi karena ibu memiliki *adversity quotient*. Dalam mengatasi hambatan dan kesulitannya tersebut ibu membutuhkan keyakinan diri yang kuat dan bersikap positif. Salah satu bentuk keyakinan dan bersikap positif adalah optimisme. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa erat hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme pada ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung. Metode yang digunakan adalah korelasional. Alat ukur yang digunakan berupa kuisisioner yang didasarkan teori *adversity* yang diadaptasi berdasarkan acuan dari teori Paul G Stoltz tahun 2000 dan mengacu pada alat ukur *Adversity Response Profile* yang disesuaikan dengan fenomena dan alat ukur optimisme, alat ukur yang digunakan adalah alat ukur yang diadaptasi berdasarkan acuan dari teori Mertin E Seligman, 1990 dan alat ukur *Attributional Style Questionnaire* (ASQ) yang disesuaikan dengan fenomena. Hasil penelitian ini didapatkan nilai korelasi positif sebesar (0,594) dengan kategori cukup erat. Hasil ini menunjukkan terdapat hubungan yang cukup erat antara *adversity quotient* dengan optimisme pada ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung.

**Kata kunci:** Adversity Quotient, Optimisme, Down Syndrome

## A. Pendahuluan

*Down syndrome* merupakan suatu kelainan kromosom, yang pada umumnya terjadi karena adanya kromosom tambahan pada kromosom ke 21 menurut Papalia, Olds, & Feldman 2009 dalam (Ghonyah & Savira, 2015). Faktor kecerdasan yang dimiliki oleh anak penyandang *down syndrome* akan memiliki dampak pada perkembangan lainnya misalnya yaitu pada perkembangan bahasa, perkembangan motorik, keterampilan dasar, kemandirian. Hal tersebut membuat orangtua harus dapat menghadapi dan mendampingi anak *down syndrome* dalam jangka waktu yang panjang dan juga memiliki banyak tekanan. Menurut Bowlby dalam Papalia, Old & Feldman, 2008 (Soparie, 2015) bahwa yang paling dominan dalam mengasuh anak diantara kedua orang tua adalah ibu, karena ibu merupakan objek lekat bagi sang anak.

Kesulitan orang tua untuk mengendalikan anak *Down Syndrome* diantaranya mengenai perilaku anak yang sering memukul, menggigit, hiperaktif, tantrum, dan sulit berkonsentrasi, yang tidak jarang memberikan beban ketika orang tua sudah mulai dapat menerima anak *Down Syndrome* (Selikowitz, 2001). Kesulitan yang dialami ibu yang berbeda antara anak yang *down syndrome* dan anak normal lainnya yaitu ibu harus dapat menerima keadaan anaknya, serta ibu pun harus dapat memberikan ekspresi kasih sayang yang lebih hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Putri D. K., 2012) Aspek-aspek dalam parental acceptance yang muncul dalam pengasuhan ibu yang memiliki *down syndrome* antara lain penerimaan terhadap anak *down syndrome* serta ekspresi kasih sayang terhadap anak *down syndrome*. Selain itu anak *down syndrome*, memerlukan waktu, perhatian, usaha, biaya yang lebih banyak, serta bantuan dalam berbagai hal. Ibu yang memiliki anak *down syndrome* juga mendapatkan kesulitan dari lingkungan sekitarnya yang cenderung kurang menghargai, melihat dengan tatapan sinis, menjauhkan anaknya dari anak yang *down syndrome*, menganggap bahwa anak *down syndrome* itu aneh. Hal tersebut pun dirasakan oleh ibu yang bergabung di POTADS Bandung.

Berdasarkan hasil wawancara dengan enam orang ibu yang memiliki anak penyandang *down syndrome* di yayasan Persatuan Orang Tua Anak Dengan *Down Syndrome* (POTADS) Bandung, perasaan sedih, kecewa, marah, kaget, merasa bersalah ketika pertama kali mengetahui bahwa anaknya merupakan penyandang *down syndrome*. Perasaan-perasaan tersebut dapat diatasi oleh ibu dengan berjalannya waktu terhadap kenyataan akan kondisi anaknya, dan saat itulah mereka akan memiliki sikap yang lebih optimis menurut Michael Powers, 1989 (Hartanto, 2006). Namun, perasaan-perasaan tersebut tidak membuat sebagian besar ibu menjadi putus asa. Dengan keyakinan yang kuat terhadap masa depan anaknya membuat ibu lebih giat melakukan berbagai usaha. Bersikap positif yang dilakukan oleh ibu tersebut dapat dikatakan sebagai optimisme. Menurut (Seligman, 2006) optimisme adalah bagaimana seseorang bersikap positif terhadap suatu keadaan. Individu yang optimis akan melakukan usaha dalam mengatasi keadaan yang tidak menguntungkan bagi dirinya, berpikir bahwa keadaan buruk merupakan tantangan, tidak merasa cepat putus asa, memiliki dukungan sosial pada akhirnya akan memiliki kesehatan yang lebih baik (Seligman, 2006). Menurut Seligman dalam (Putri T. E., 2017) pengalaman buruk atau krisis yang dialami seseorang merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi optimisme.

Beberapa ibu yang memiliki anak *down syndrome* di POTADS Bandung merasa kesulitan dan tertekan dengan kondisi tersebut. Walaupun begitu, sebagian besar ibu yang memiliki anak *down syndrome* di POTADS Bandung menganggap bahwa memiliki anak *down syndrome* bukanlah suatu beban yang berat namun, hal

tersebut merupakan suatu tantangan bagi dirinya. Hal tersebut terjadi karena ibu selalu bersikap positif terhadap apa yang terjadi pada dirinya. Perbedaan respons yang dimiliki oleh ibu yang bergabung di POTADS Bandung terhadap kesulitan yang dialaminya merupakan suatu tantangan dan tekanan. Untuk mengatasi kesulitan terhadap situasi yang dialaminya, ibu membutuhkan *adversity quotient*. *Adversity Quotient* merupakan suatu kemampuan untuk dapat bertahan dalam menghadapi segala masalah ataupun kesulitan hidup (Stoltz P. G., 2000).

Menurut Stoltz (2000) setiap individu memiliki kecerdasan adversitas yang tinggi dan rendah. Adapun karakteristik individu yang memiliki kecerdasan adversitas tinggi, antara lain optimis, gigih, dan ulet dalam menghadapi masalah, berpikir dan bertindak secara matang dan bijaksana, dapat memotivasi diri sendiri, berani mengambil resiko dalam menghadapi tantangan dan perubahan hidup, bekerja dengan semangat tinggi, berorientasi pada masa depan dan memiliki komitmen untuk maju, disiplin, mengatakan hal-hal yang optimis dalam menghadapi masalah.

Menurut beberapa penelitian sebelumnya, hasil penelitian yang dilakukan oleh (Isiya & Nugraha, 2014) terdapat hubungan positif yang signifikan antara optimisme dan *adversity quotient* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS yang mengerjakan skripsi. Hubungan positif antara dua variabel menunjukkan terjadi hubungan searah yaitu semakin tinggi optimisme, maka semakin tinggi pula *adversity quotient* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS yang mengerjakan skripsi. Hasil penelitian (Putri, 2016) ada hubungan yang sangat signifikan antara *adversity quotient* dan optimisme. Skor positif menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi adalah searah yang positif, artinya semakin tinggi skor *adversity quotient*, maka semakin tinggi pula skor optimisme. Dilihat dari penelitian diatas, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *adversity quotient* dengan optimisme. Penelitian tersebut menggunakan sampel pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada ibu yang memiliki anak *down syndrome*.

Ibu yang berpandangan bahwa memiliki anak *down syndrome* merupakan suatu situasi yang penuh dengan kesulitan, tantangan dan hambatan maka ibu yang memiliki anak *down syndrome* akan bertahan dan giat berusaha agar anaknya memiliki masa depan yang baik dengan cara selalu bersikap positif terhadap situasi yang terjadi di kehidupannya. Berdasarkan uraian diatas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti seberapa erat hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme pada ibu yang memiliki anak *down syndrome* di Yayasan POTADS Bandung.

## B. Landasan Teori

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Adversity Quotient* dari Stoltz. Menurut (Stoltz, 2000) *Adversity Quotient* merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengamati kesulitan dan mengolah kecerdasan tersebut dengan mengolah kesulitan tersebut dengan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadi sebuah tantangan untuk diselesaikan. *Adversity Quotient* terdiri atas empat dimensi CO<sub>2</sub>RE yaitu:

1. *Control* (pengendalian) yaitu kendali yaitu sejauh mana seseorang mampu mempengaruhi dan mengendalikan respon individu secara positif terhadap situasi apapun.
2. *Origin-Ownership* (asal-usul dan pengakuan) yaitu sejauh mana seseorang menanggung akibat dari suatu situasi tanpa mempermasalahkannya.
3. *Reach* (jangkauan) yaitu sejauh mana seseorang membiarkan kesulitan menjangkau bidang lain dalam pekerjaan dan kehidupannya.

4. *Endurance* (daya tahan) yaitu seberapa lama seseorang mempersepsikan kesulitan ini akan berlangsung.

Sedangkan teori Optimisme menurut Martin E Seligman Optimisme adalah bagaimana seseorang bersikap positif terhadap suatu keadaan. Selanjutnya menurut (Seligman, 2006) mengemukakan ada tiga aspek, yaitu:

1. *Permanence* (Ketepatan suatu peristiwa) aspek ini menggambarkan bagaimana individu melihat suatu peristiwa terjadi, apakah bersifat tetap atau sementara.
2. *Pervasiveness* (Keluasaan suatu peristiwa) aspek ini menunjukkan dimensi ruang dari suatu kejadian atau peristiwa, apakah berlaku spesifik untuk suatu kejadian saja atau berlaku umum untuk semua kejadian.
3. *Personalization* (Sumber suatu peristiwa) aspek ini merupakan penyebab suatu peristiwa itu terjadi, apakah dari dalam diri individu (internal) atau dari luar diri individu (eksternal).

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berikut adalah hasil penelitian mengenai Hubungan *Adversity Quotient* dengan Optimisme, yang diuji menggunakan teknik analisis korelasi *Rank Spearman*. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Hubungan Hubungan *Adversity Quotient* dengan Optimisme

		<i>Adversity Quotient</i>	Optimisme
Spearman's rho	<i>Adversity Quotient</i>	Correlation Coefficient	1,000
		Sig. (2-tailed)	,594*
		N	60
		Correlation Coefficient	,594
Optimisme		Sig. (2-tailed)	,007
		N	60
		Correlation Coefficient	1,000

Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan korelasi *Rank Spearman*, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara antara *adversity quotient* dengan optimisme pada ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil koefisien korelasi 0,594 menurut kriteria Guilford termasuk kedalam derajat korelasi cukup yang menunjukkan adanya hubungan yang cukup erat antara *adversity quotient* dengan optimisme dan memiliki hubungan yang positif yang artinya semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin tinggi pula optimisme ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung. Hal tersebut menunjukkan bahwa variable *adversity quotient* cukup menjadi prediktor bagi variable optimisme.

Tabel 2. Rekapitulasi Uji Korelasi *Adversity Quotient* dengan Optimisme

Dimensi <i>Adversity Quotient</i>	Koefisien Korelasi	Keterangan
<i>Control</i>	0.234	Terdapat korelasi lemah dan positif antara <i>control</i> dengan optimisme
<i>Origin Ownership</i>	0.477	Terdapat korelasi cukup kuat dan positif antara <i>origin ownership</i> dengan optimisme
<i>Reach</i>	0.503	Terdapat korelasi cukup kuat dan positif antara <i>reach</i> dengan optimisme
<i>Endurance</i>	0.460	Terdapat korelasi cukup kuat dan positif antara <i>endurance</i> dengan optimisme

Keterangan di atas dapat diketahui bahwa korelasi yang paling tinggi diantara dimensi-dimensi *adversity quotient* adalah korelasi antara dimensi *reach* dengan optimisme yang menunjukkan korelasinya cukup kuat.

Tabel 3. Gambaran Adversity Quotient

<i>Adversity Quotient</i>	Frekuensi					
	Rendah	%	Sedang	%	Tinggi	%
<i>Control</i>	24	40%	13	21,7 %	23	38,3%
<i>Origin Ownership</i>	10	16,7%	18	30%	32	53,3%
<i>Reach</i>	7	11,7%	9	15%	44	73,3%
<i>Endurance</i>	3	5%	21	35%	36	60%

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa dimensi *reach* memiliki presentase tertinggi, yaitu sebanyak 44 orang (73,3%). Dimensi *reach* yang tinggi menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung telah memiliki arahan dan tujuan yang dicapai sehingga tidak menjangkau pada masalah lainnya. Dimensi *control* yang rendah menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak *down syndrome* belum dapat mengendalikan perasaan atau respon yang dimilikinya pada situasi tertentu.

Tabel 4. Gambaran Optimisme

Kategori	Frekuensi	Presentase
Sangat Pesimis	0	0 %
Pesimis	4	6,7 %
Sedang / Cukup	9	15 %
Optimis	31	51,7 %
Sangat Optimis	16	26,6 %
<b>TOTAL</b>	<b>60</b>	<b>100 %</b>

Dapat dilihat dari tabel 4.1.4.1 dari 60 ibu yang memiliki anak *down syndrome*, 31 orang atau sebanyak 51,7% optimis, Hal tersebut menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung memiliki optimisme tinggi. Artinya, sebagian besar ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung selalu bersikap positif terhadap masalah yang dialaminya.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme pada ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung dapat disimpulkan bahwa (1) Terdapat hubungan yang positif antara *adversity quotient* dengan optimisme pada ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung. Artinya, semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin tinggi optimisme pada ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung. (2) Seluruh ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung memiliki *adversity quotient* yang tinggi dan optimisme yang tinggi. (3) Jika dilihat dari dimensi-dimensi *adversity quotient* didapatkan hasil tertinggi adalah pada dimensi *reach*. (4) Jika dilihat dari aspek-aspek optimisme didapatkan hasil tertinggi adalah pada aspek *permanence*. (5) Tingkat pendidikan, pekerjaan, memperkaya wawasan yang dimiliki ibu dalam membentuk *adversity quotient* dan optimisme pada ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung.

#### Daftar Pustaka

- Ghonyah, Z., & Savira, S. I. (2015). Gambaran Psychological Well Being pada Perempuan yang Memiliki Anak Down Syndrom. *Character. Volume 03 Nomor 02*.
- Hartanto, S. (2006). Suatu Penelitian Deskriptif Mengenai Derajat Optimisme pada Ibu yang Memiliki Anak Autis di Pusat Terapi "X" di Kota Bandung.
- Isiya, B. U., & Nugraha, A. K. (2014). Hubungan Antara Optimisme Dengan Adversity Quotient Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Uns Yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Vol 2, No 5 Mar*.
- Putri, D. K. (2012). Pengasuhan Ibu Yang Memiliki Anak Down Syndrome. *Media Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*.
- Putri, N. N. (2016). Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Optimisme Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di

Universitas Gunadarma.

- Putri, T. E. (2017). Hubungan Antara Optimisme dengan Penyesuaian Akademik (Studi Pada Anak Panti Asuhan Al-Hayat Bandung). *Prosiding Psikologi ISSN: 2460-6448 Volume 3, No. 2, Tahun 2017*.
- Seligman, M. (2006). *Learned optimism: how to change your life*. New York: Pocket Boss.
- Selikowitz, M. (2001). *Mengenal Syndrome Down*. Jakarta: Arcan.
- Soparie, C. (2015). Gambaran Tentang Perbedaan Mengenai Subjective Well-Being Ibu dan Bapak Yang Memiliki Anak Down Syndrome di Yayasan POTADS Bandung.
- Stoltz, P. G. (2000). *Faktor Paling Penting dalam Meraih Sukses Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Pehuang*. Jakarta: Grasindo.

