



## **PENINGKATAN *ADVERSITY QUOTIENT* MELALUI STRATEGI *FOCUS GROUP DISCUSSION* PADA MAHASISWA**

Desika Nanda Nurvita

[desikanandanurvita@gmail.com](mailto:desikanandanurvita@gmail.com)

Dosen Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Tulungagung Jawa Timur

**Abstrak:** *Peningkatan Adversity Quotient melalui Strategi Focus Group Discussion pada Mahasiswa.* Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan strategi *focus group discussion* dalam meningkatkan *adversity quotient* pada mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Tulungagung. Penelitian menggunakan satu kelompok subjek (*one group pretest-posttest designs*). Subjek penelitian ini adalah mahasiswa BKI angkatan 2016 kelas A, B, C, dan D, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil *pretest* menunjukkan terdapat 10 mahasiswa yang memiliki skor *adversity quotient* rendah, kemudian 10 mahasiswa tersebut diberi *treatment* dengan intervensi strategi *focus group discussion*. Instrumen penelitian menggunakan inventori *adversity quotient*. Data dianalisis dengan menggunakan rumus *paired sample t-test* untuk mengetahui peningkatan tingkat *adversity quotient* pada kelompok eksperimen. Hasil analisis menunjukkan bahwa strategi *focus group discussion* yang digunakan memberikan kenaikan yang signifikan.

**Kata Kunci:** *focus group discussion, adversity quotient, mahasiswa BKI*

Mahasiswa sebagai peserta didik pada jenjang perguruan tinggi diposisikan sebagai insan dewasa yang memiliki kesadaran dalam mengembangkan potensi diri di perguruan tinggi untuk menjadi intelektual, ilmuwan, praktisi, dan professional (Undang-Undang RI No.12 Tahun 2012). Pembelajaran di perguruan tinggi bertugas untuk menyiapkan mahasiswa menjadi individu berintelektual yang berbudaya, mampu memasuki atau menciptakan lapangan kerja, dan mampu mengembangkan diri secara profesional. Selama proses mengikuti pembelajaran di perguruan tinggi, mahasiswa diharapkan memperoleh berbagai keahlian serta pengalaman yang pada akhirnya akan mendukung kesuksesannya di masa depan. Melalui kegiatan pembelajaran dan berbagai kegiatan keorganisasian yang disediakan oleh perguruan tinggi, mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan bakat, minat, potensi, dan kemampuan dirinya secara optimal.

Indonesia telah memasuki era modern Revolusi industri 4.0 yang menyajikan tantangan yang lebih luas. Tidak bisa dipengaruhi, revolusi industri 4.0 akan berpengaruh terhadap sumber daya manusia. Menurut Rohida (2018), di era sekarang dengan begitu pesatnya perkembangan teknologi yang semakin canggih mengakibatkan individu dituntut untuk dapat menggali segala sumber daya manusia yang dimiliki agar dapat menunjang kinerjanya. Maka dari itu, pemanfaatan teknologi pada era Revolusi industri 4.0 harus diimbangi oleh peningkatan sumber daya manusia.

Perguruan tinggi sebagai lembaga penyedia sumber daya manusia dituntut untuk mampu mempersiapkan sumber daya manusia (SDM) yang terampil, kreatif, dan kritis dalam menghadapi tantangan maupun perubahan-perubahan yang akan terjadi. Proses penyiapan SDM ini tentu bukan pekerjaan mudah yang dapat dilakukan secara instan. Tugas besar perguruan tinggi dalam membantu pencapaian kesuksesan mahasiswa tidak bisa lagi hanya diukur dengan IPK yang tinggi, namun lebih kepada apakah individu memiliki kemampuan dan keterampilan secara nyata sehingga dapat memenuhi kebutuhan dunia kerja. Apabila perguruan tinggi di Indonesia mampu memberi bekal pengetahuan serta keterampilan yang memadai kepada mahasiswa, maka lulusan perguruan tinggi di Indonesia akan memiliki rasa percaya diri serta motivasi yang tinggi untuk dapat bersaing secara global.

Idealnya, perusahaan membutuhkan karyawan untuk tetap memiliki daya juang yang tinggi, baik ketika perusahaan berada dalam kondisi baik maupun dalam kondisi tidak baik. Kenyataannya, banyak perusahaan yang mengeluhkan kurangnya daya juang dan kesiapan mental mahasiswa dalam menghadapi tantangan dan persaingan. Hal ini diungkapkan oleh Raditya Hernawan (dalam Putra, 2016:7), yaitu perusahaan-perusahaan di Indonesia mengeluhkan daya juang mahasiswa lulusan perguruan tinggi. Hal ini juga diungkapkan oleh HC Analyst Recruitment & Career Development Division Astra International, Puti Larasati, yang mengungkapkan bahwa kemudahan teknologi yang diperoleh para mahasiswa membuat mereka malas untuk berjuang, sehingga mereka cenderung

mudah puas dan tidak mau berusaha keras untuk mendapatkan sesuatu (Puspita Rini, 2013).

Sebagai bagian dari lembaga pendidikan berbasis keislaman, Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) bertugas untuk mencetak calon konselor profesional yang siap terjun di dunia kerja. Yusuf dan Nurihsan (2005) menyebutkan bahwa salah satu karakteristik konselor profesional adalah memiliki kekuatan atau daya, dimana konselor merupakan orang yang tabah dalam menghadapi masalah, dapat mendorong klien mengatasi masalah, dan dapat menanggulangi kebutuhan dan masalahnya sendiri. Dengan demikian, untuk mencapai tujuan menjadi seorang konselor profesional, mahasiswa harus mampu menghadapi segala macam situasi dan tantangan, baik selama masa perkuliahan maupun ketika berada di dalam dunia kerja.

Sebagai salah satu lembaga pencetak calon konselor profesional, program studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Tulungagung harus mampu membantu mahasiswa dalam mengatasi hambatan dan kesulitan yang dialaminya sebelum dapat membantu orang lain. Faktanya, menurut Nurvita (2018), banyak mahasiswa prodi BKI tidak mampu mengatasi hambatan dan kesulitan yang dialaminya. Lebih lanjut, menurutnya, kesulitan dan hambatan yang dialami tersebut diikuti oleh daya juang yang rendah pada mahasiswa.

Stoltz pada tahun 1997 memperkenalkan konsep *adversity quotient* untuk menggambarkan daya juang yang dimiliki oleh seseorang. Melalui *adversity quotient*, dapat diketahui pola seseorang dalam mengolah tanggapan atas semua bentuk kesulitan, baik dari kesulitan besar sampai gangguan terkecil. Stoltz (2000, 47-48) menyatakan bahwa *adversity quotient* merupakan faktor yang dapat menentukan bagaimana, jadi dan tidaknya, sejauh mana sikap, kemampuan, dan kinerja seseorang dapat terwujud.

Konsep *adversity quotient* ini berbeda dengan sifat genetis yang tidak dapat diubah. *Adversity quotient* harus dipelajari dengan mengetahui, mengukur, dan menerapkannya ke dunia seseorang. Berdasarkan uraian tersebut, *adversity quotient* dirasa penting untuk membantu mahasiswa BKI agar mereka tidak

mudah menyerah menghadapi semua permasalahan dalam hidupnya, baik ketika masa perkuliahan di perguruan tinggi maupun dalam kehidupan yang lebih luas. Terlebih mahasiswa BKI merupakan calon-calon konselor profesional dimana dia tidak hanya bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri, tetapi juga bertanggungjawab untuk membantu klien menyelesaikan segala permasalahan hidupnya. Dengan tanggungjawab yang besar tersebut, tentunya mahasiswa harus dilatih untuk selalu siap dan memiliki ketahanan yang tinggi dalam menghadapi setiap tantangan.

Selain itu, sebagaimana uraian sebelumnya, IAIN Tulungagung sebagai lembaga penyedia sumber daya manusia harus mampu menjawab tantangan zaman yang membutuhkan sumber daya manusia (SDM) yang terampil, kreatif, dan kritis dalam menghadapi tantangan maupun perubahan-perubahan yang akan terjadi. Peningkatan *adversity quotient* dirasa semakin penting untuk membantu mahasiswa bersaing dalam dunia kerja, mengingat banyaknya perusahaan yang mulai mempertimbangkan *adversity quotient* sebagai salah satu prasyarat rekrutmen tenaga kerja. Dengan penyiapan peningkatan *adversity quotient* mahasiswa sebelum benar-benar terjun ke dunia kerja akan membantu mereka dalam persaingan di dunia kerja.

Hasil penelitian Nurvita (2018) tentang gambaran tingkat *adversity quotient* mahasiswa BKI IAIN Tulungagung. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa 35,48% mahasiswa BKI telah berada pada kategori tinggi, 53,76% berada pada kategori sedang, dan 10,75% berada pada kategori rendah. Meskipun telah banyak mahasiswa yang berada pada kategori tinggi, namun masih banyak juga mahasiswa yang berada pada kategori sedang dan rendah.

Berdasarkan data tersebut, secara umum upaya peningkatan *adversity quotient* pada program studi BKI IAIN Tulungagung perlu dilakukan. Program studi BKI bertanggungjawab untuk melakukan upaya preventif, bagi mahasiswa yang telah memiliki tingkat *adversity quotient* tinggi dan sedang, sampai pada tindakan kuratif, bagi mahasiswa dengan tingkat *adversity quotient* rendah, sebagai upaya untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi setiap hambatan

yang dilalui dalam hidupnya secara tepat. Dengan demikian, upaya program studi BKI untuk mencetak calon-calon konselor profesional juga akan tercapai.

*Focus Group Discussion* (FGD) dirasa tepat untuk membantu memperbaiki tingkat *adversity quotient* pada mahasiswa. *Focus group* adalah diskusi terstruktur dengan memilih beberapa orang yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi atau pendapat pengukur pada masalah atau ide tertentu (Lachapelle dan Mastel, 2008). Kelompok *focus group discussion* dipimpin oleh seorang fasilitator yang tidak memihak dan merupakan tempat untuk belajar, membangun kepercayaan, pemecahan masalah secara kreatif, serta akhirnya memberikan cara untuk mempengaruhi perencanaan strategis dan pengembangan bagi para anggotanya.

*Focus group discussion* telah banyak digunakan dalam penelitian di bidang bimbingan dan konseling, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Lohmay (1998) untuk mengubah perilaku irasional siswa, serta penelitian yang dilakukan oleh Istati (2013), di mana *Focus group discussion* digunakan untuk meningkatkan tanggung jawab akademik siswa. Dalam bidang psikologi, Rohmah (2006) menggunakan *Focus group discussion* untuk menurunkan stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Penelitian ini berfokus pada upaya kuratif program studi BKI IAIN Tulungagung dalam meningkatkan *adversity quotient* mahasiswa. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan meningkatkan tingkat *adversity quotient* bagi mahasiswa program studi BKI IAIN Tulungagung yang memiliki skor rendah. FGD dijadikan strategi untuk meningkatkan *adversity quotient* mahasiswa.

## **METODE**

### **Desain Penelitian**

Rancangan penelitian yang digunakan untuk menjawab permasalahan penelitian ini adalah rancangan penelitian eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design* dengan alasan bahwa perlakuan diberikan kepada kelompok untuk mengukur perubahan sebelum dan

sesudah diberikan perlakuan. Apabila terdapat perbedaan tingkat *adversity quotient* yang signifikan pada kelompok sebelum dan sesudah *treatment* dan didukung oleh tingkat *adversity quotient* pada *posttest* lebih tinggi bila dibandingkan dengan *pretest* maka dapat disimpulkan bahwa penerapan strategi *focus group discussion* efektif untuk meningkatkan *adversity quotient* pada mahasiswa. Pada akhir pelaksanaan *treatment*, dilanjutkan dengan pemberian *posttests* dengan menggunakan instrumen yang sama yang telah dikonfirmatori.

### **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian dipilih berdasarkan ketentuan jumlah mahasiswa dalam *treatment* dengan strategi *focus group discussion*. Kriteria pemilihan subjek penelitian adalah tercatat sebagai mahasiswa BKI IAIN Tulungagung dan teridentifikasi sebagai mahasiswa yang memiliki *adversity quotient* rendah berdasarkan pengukuran menggunakan inventori *adversity quotient*. Berdasarkan hasil *pretest*, terdapat 10 mahasiswa yang memiliki kategori *adversity quotient* rendah.

### **Perlakuan**

Perlakuan berupa pelatihan peningkatan *adversity quotient* mahasiswa dengan strategi *focus group discussion* sebanyak 6 sesi, dengan meningkatkan dimensi kendali, pengakuan, ketercapaian, dan daya tahan. Setiap sesi dilakukan selama 180 menit. Selama pemberian perlakuan, peneliti berperan sebagai fasilitator.

### **Instrumen Pengumpul Data**

#### *Inventori Adversity Quotient*

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat *adversity quotient* mahasiswa yaitu inventori *adversity quotient*. Inventori ini merupakan hasil adaptasi dari inventori *adversity quotient* yang dikembangkan oleh Nurvita (2011). Inventori *adversity quotient* digunakan untuk menetapkan subjek (*pretest*) dan

mengevaluasi perubahan perilaku mahasiswa setelah *treatment (posttest)*. Inventori ini telah diujicobakan kepada 42 mahasiswa BPI angkatan 2017 kelas A dan B. Hasil perhitungan reliabilitas pada inventori *adversity quotient* diperoleh angka reliabilitas sebesar 0.902.

#### *Pedoman Observasi*

Pedoman observasi dikembangkan oleh peneliti untuk mengamati dan mengukur keterlaksanaan panduan *focus group discussion* pada kelompok eksperimen. Perilaku yang diobservasi adalah perilaku konselor dalam memimpin kegiatan kelompok dan perilaku yang ditunjukkan oleh peserta selama mengikuti kegiatan kelompok. Hasil analisis dari observasi ini digunakan untuk mendukung hasil penelitian, sehingga dapat memperkuat hasil intervensi strategi *focus group discussion*.

### **Prosedur Perlakuan**

#### Tahap persiapan

Tahap persiapan digunakan peneliti untuk menyiapkan segala kelengkapan sebelum dilaksanakannya *treatment*. Kegiatan yang dilakukan peneliti pada tahap ini, yaitu: memenuhi kelengkapan administrasi untuk persyaratan ijin penelitian, uji coba instrumen untuk mengetahui kelayakan dari inventori *adversity quotient* yang akan digunakan, dan menyusun dan merevisi bahan *treatment*. Materi panduan dikembangkan berdasarkan kajian teori dan direvisi sesuai hasil uji validasi ahli.

#### Tahap pelaksanaan

Pada tahap ini kelompok eksperimen menerima *treatment* dengan strategi *focus group discussion*. Seluruh intervensi dalam kegiatan ini dilaksanakan dalam upaya untuk meningkatkan tingkat *adversity quotient* berdasarkan prosedur strategi yang sudah disesuaikan dengan kebutuhan. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah disepakati oleh peneliti dan peserta kelompok. Berikut merupakan rincian pelaksanaan *treatment* dengan menggunakan strategi *focus group discussion*.

**Tabel 1** Prosedur perlakuan eksperimen

Dimensi <i>Adversity Quotient</i>	Strategi <i>Focus Group Discussion</i>
	Pertemuan 1 Membangun hubungan keakraban dan kepercayaan dalam kelompok FGD
1. <i>Control</i> (Kendali)	Pertemuan 2 Strategi FGD dilakukan dengan melalui tahap: 1. Menjelaskan tema yang akan dibahas 2. Memberikan pertanyaan yang berfokus pada sejauh mana seseorang mampu untuk secara positif mempengaruhi situasi 3. Memberikan pertanyaan yang berfokus pada sejauh mana seseorang dapat mengendalikan tanggapan dirinya sendiri terhadap suatu situasi  Mengembangkan kemampuan untuk memiliki kendali terhadap peristiwa yang menimbulkan kesulitan
2. <i>Ownership</i> (Pengakuan)	Pertemuan 3 Strategi FGD dilakukan dengan melalui tahap: 1. Menjelaskan tema yang akan dibahas 2. Memberikan pertanyaan yang berfokus pada kemampuan mengakui akibat dari suatu perbuatan apapun penyebabnya 3. Memberikan pertanyaan yang berfokus pada sejauh mana keterlibatan dalam memperbaiki situasi yang dihadapi, tanpa mempedulikan penyebabnya  Mengembangkan kemampuan untuk mampu mengakui akibat-akibat kesulitan yang dialami
3. <i>Reach</i> (Ketercapaian)	Pertemuan 4 Strategi FGD dilakukan dengan melalui tahap: 1. Menjelaskan tema yang akan dibahas 2. Memberikan pertanyaan yang berfokus pada sikap dalam menanggapi kesulitan 3. Memberikan pertanyaan yang berfokus pada seberapa luas anggapan mengenai kesulitan  Mengembangkan kemampuan untuk mampu membatasi kesulitan masuk ke dalam bidang kehidupan yang lain
4. <i>Endurance</i> (Daya Tahan)	Pertemuan 5 Strategi FGD dilakukan dengan melalui tahap: 1. Menjelaskan tema yang akan dibahas 2. Memberikan pertanyaan yang berfokus pada seberapa lama bertahan dalam kesulitan  Mengembangkan kemampuan peserta dalam bertahan terhadap kesulitan
	Pertemuan 6 Peserta mengevaluasi pengalaman yang diperoleh selama proses kegiatan

Tahap Akhir

Untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat diadakan *posttest* setelah dilakukan perlakuan. Instrumen yang digunakan dalam *posttest* adalah instrumen yang sama dengan instrumen yang digunakan dalam *pretest*, yaitu inventori *adversity quotient*, akan tetapi dilakukan pengacakan pada instrumen *posttest*.

### **Pengumpulan Data**

Jenis data pada penelitian ini adalah data numerik dan verbal. Data numerik dikumpulkan menggunakan inventori *adversity quotient*. Data verbal dikumpulkan dengan menggunakan pedoman observasi.

### **Analisis Data**

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk menjawab permasalahan penelitian. Sebelum melakukan uji hipotesis, perlu dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui sebaran data dan menentukan rumus statistik yang digunakan dalam uji hipotesis. Uji normalitas yang digunakan yaitu uji normalitas *shapiro wilk* dengan berbantuan program *SPSS 20.0 for windows*. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data terdistribusi normal. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat ditentukan bahwa pengujian hipotesis penelitian dapat menggunakan statistik parametrik dengan rumus *paired sample t-test* (Creswell, 2012; Leedy & Ormrod, 2005). *T-Test* digunakan untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan *adversity quotient* sebelum dan sesudah pelaksanaan *treatment* pada kelompok eksperimen. *T-Test* dilaksanakan menggunakan program *SPSS 20.00 for windows*. Taraf signifikansi yang digunakan pada *T-Test* sebesar 0,05. Apabila hasil perhitungan statistik menunjukkan bahwa taraf signifikansi (*probability error*) < 0,05 maka dapat dikatakan bahwa *treatment* yang diberikan pada kelompok efektif untuk meningkatkan tingkat *adversity quotient* subjek penelitian.

## **HASIL**

Hasil analisis memaparkan bagaimana keefektifan strategi *focus group discussion* untuk meningkatkan *adversity quotient* mahasiswa. Sebelum melakukan pengujian hipotesis dengan analisis statistik, perlu dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui sebaran data dan menentukan rumus statistik yang digunakan dalam uji hipotesis. Uji normalitas yang digunakan yaitu uji normalitas *shapiro wilk* dengan berbantuan program *SPSS 20.0 for windows*. Berikut hasil uji normalitas *shapiro wilk*.

**Tabel 2 Uji Normalitas Shapiro Wilk**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
PRETEST	.198	10	.200*	.896	10	.199
POSTTEST	.143	10	.200*	.976	10	.943

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi pada skor *pretest* sebesar 0,199 dan *posttest* sebesar 0,943 (lebih dari 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut, maka dapat ditentukan bahwa pengujian hipotesis penelitian dapat menggunakan statistik parametrik dengan rumus *paired sample t-test* (Creswell, 2012; Leedy & Ormrod, 2005).

Sebagaimana dijelaskan pada bab sebelumnya, *T-Test* digunakan untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan *adversity quotient* sebelum dan sesudah pelaksanaan *treatment* pada kelompok eksperimen. *T-Test* dilaksanakan menggunakan program *SPSS 20.00 for windows*. Berikut hasil *T-Test* pada kelompok eksperimen.

**Tabel 3 Hasil Paired Sample T-Test pada eksperimen dengan strategi Focus Group Discussion**

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-
--	--------------------	---	----	----------

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 PRETEST – POSTTEST	-53.400	16.467	5.207	-65.180	-41.620	-10.255	9	.000

Hipotesis :

$H_0$  = Tidak ada peningkatan *adversity quotient* secara signifikan pada mahasiswa setelah diberikan intervensi strategi *focus group discussion*.

$H_1$  = Ada peningkatan *adversity quotient* secara signifikan pada mahasiswa setelah diberikan intervensi strategi *focus group discussion*.

Dasar pengambilan keputusan berdasarkan probabilitas.

Jika probabilitas  $> 0,05$ , maka  $H_0$  diterima

Jika probabilitas  $< 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak

Keputusan:

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (kurang dari 0,05) sehingga hipotesis nul ( $H_0$ ) ditolak, artinya ada peningkatan *adversity quotient* secara signifikan pada mahasiswa setelah diberikan intervensi strategi *focus group discussion*. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa strategi *focus group discussion* efektif untuk meningkatkan *adversity quotient* pada mahasiswa BPI IAIN Tulungagung.

## PEMBAHASAN

Strategi *focus group discussion* berhasil membantu mahasiswa dalam meningkatkan skor *adversity quotient* mahasiswa. Sebagaimana disebutkan sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan strategi *adversity quotient* dalam meningkatkan *adversity quotient* mahasiswa. Hasil *T-Test* pada kelompok eksperimen dengan intervensi menggunakan strategi *focus group discussion* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan tingkat *adversity*

*quotient* secara signifikan pada mahasiswa setelah diberikan intervensi strategi *focus group discussion*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa strategi *focus group discussion* efektif dalam meningkatkan tingkat *adversity quotient* mahasiswa.

Hasil penelitian ini mendukung hasil-hasil penelitian sebelumnya yang membahas tentang strategi *focus group discussion*. Beberapa hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa *focus group discussion* bermanfaat sebagai strategi untuk mengubah tingkah laku seseorang, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Lohmay (1998) untuk mengubah perilaku irasional siswa, penelitian Rohmah (2006) menggunakan *focus group discussion* untuk menurunkan stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, serta hasil penelitian Karahan, et al. (2014) yang menggunakan *focus group discussion* untuk meningkatkan keterampilan pengelolaan marah.

Pelaksanaan strategi *focus group discussion* merupakan proses saling berbagi pengalaman dengan suasana santai sehingga sesekali peserta kelompok dapat saling bercanda. Menurut Krueger (1998), strategi *focus group discussion* memberikan manfaat yang besar karena strategi ini menyediakan lingkungan yang interaktif. Strategi *focus group discussion* memungkinkan peserta dapat merenungkan, merefleksikan, serta mendengarkan pengalaman dan pendapat peserta lainnya. Dengan interaksi semacam ini akan membantu peserta membandingkan realitas pribadinya sendiri dengan peserta lain.

Dalam pelaksanaannya, strategi *focus group discussion* membutuhkan kecakapan pemimpin kelompok untuk membangun keakraban serta rasa saling percaya antar peserta kelompok. Kenyamanan peserta terhadap situasi kelompok menjadi faktor yang sangat penting untuk mendukung keberhasilan *treatment*. Kenyamanan memiliki pengaruh yang sangat besar bagi peserta untuk mengungkapkan pendapat serta apa yang dirasakannya dalam kelompok. Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Hamre & Pianta (2006: 50) yang menyimpulkan bahwa hubungan baik antara pemimpin dan peserta kelompok memungkinkan peserta merasa lebih aman dan nyaman, merasa lebih kompeten,

mewujudkan hubungan yang lebih positif dengan teman sebaya, serta memperoleh keuntungan yang lebih besar.

Berdasarkan hasil penelitian, strategi *focus group discussion* berhasil untuk meningkatkan *adversity quotient* peserta kelompok. Dengan memiliki *adversity quotient* yang tinggi diharapkan mahasiswa mampu mencapai kesuksesan. Hal ini sejalan dengan pendapat Shivaranjani (2014: 182), yang mengungkapkan bahwa dengan memiliki *adversity quotient* yang tinggi seseorang dapat mengatasi kesulitan dan situasi-situasi yang merugikan dalam hidupnya.

Keberhasilan tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini memiliki berbagai kelebihan, yaitu *focus group discussion* memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengungkapkan ide dan pengalaman yang berfokus pada kognitif dan tingkah laku peserta. Melalui intervensi ini, peserta belajar untuk mencermati pengalaman dan pandangan diri sendiri dan peserta lain secara lebih dalam. Mereka juga berlatih melakukan refleksi kognitif dan tingkah laku berdasarkan pengalaman diri dan orang lain, sehingga mereka dapat meningkatkan daya juang dalam menjalani hidupnya. Dengan demikian, peserta dapat mengambil hal-hal positif dari setiap pandangan dan pengalaman diri dan teman-temannya serta mempertimbangkan kembali proses kognitif dan tingkah laku yang ditampilkannya.

Selain berbagai macam kelebihan yang ada dalam penelitian ini, terdapat pula keterbatasan yang dimiliki penelitian ini. Keterbatasan waktu menyebabkan kegiatan berlangsung setiap hari mulai dari siang sampai sore hari. Kondisi ini menyebabkan beberapa peserta kadangkala lelah dan menyebabkan peserta enggan untuk terlibat aktif dalam kegiatan diskusi, sehingga berakibat pula pada jalannya kegiatan diskusi. Kondisi kelelahan juga kadang kala menyebabkan peserta kurang fokus di awal kegiatan. Beberapa peserta juga kadang malu untuk memulai mengungkapkan pengalaman atau pendapatnya dalam kegiatan diskusi. Cara mengatasi hal tersebut, pemimpin kelompok mencoba menghangatkan situasi dengan *ice breaking*, mengarahkan alur kegiatan, serta berusaha menumbuhkan ketertarikan dan konsentrasi peserta melalui pertanyaan-

pertanyaan yang lebih bervariasi. Dengan demikian, peserta dapat bersemangat dan berpartisipasi aktif mengikuti seluruh proses kegiatan sampai akhir.

Secara umum berdasarkan hasil peningkatan skor mahasiswa, pelatihan *adversity quotient* dengan strategi *focus group discussion* telah menunjukkan keberhasilan. Berdasarkan hasil penelitian, strategi *focus group discussion* efektif untuk meningkatkan *adversity quotient*. Hal ini berimplikasi positif dan memberikan sumbangan manfaat pada bidang bimbingan konseling islam, di antaranya: Pertama, strategi ini dapat digunakan sebagai alternatif dalam kegiatan bimbingan. Kedua, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi *focus group discussion* efektif untuk meningkatkan *adversity quotient* secara signifikan, sehingga konselor atau dosen dapat menerapkan kedua metode ini dengan mempertimbangkan kekhasan strategi untuk disesuaikan dengan kondisi peserta. Strategi *focus group discussion* digunakan oleh konselor atau dosen jika ingin mengubah tingkah laku mahasiswa melalui pendekatan kognitif.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan program studi BKI IAIN Tulungagung dalam mengembangkan tindakan preventif hingga pada tindakan kuratif sebagai upaya mencetak calon lulusan yang kompeten di bidang Bimbingan Konseling Islam. Peneliti beranggapan bahwa *adversity quotient* merupakan salah satu faktor penting dalam menentukan kesuksesan mahasiswa. *Adversity quotient* dirasa penting untuk membantu mahasiswa menghadapi semua permasalahan dan tantangan yang ia hadapi dalam kehidupannya. Hal ini penting agar mahasiswa tidak mudah menyerah menghadapi semua permasalahan dalam hidupnya, baik ketika masa perkuliahan di perguruan tinggi maupun dalam kehidupan yang lebih luas.

Peningkatan *adversity quotient* dengan strategi *focus group discussion* ini merupakan salah satu langkah penyiapan *pre service training* program studi BKI bagi mahasiswa agar dapat menjadi calon-calon konselor yang kompeten dan profesional di bidang Bimbingan Konseling Islam. Penyiapan ini penting karena sebagai calon *helper*, mereka tidak hanya bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri, tetapi juga bertanggungjawab untuk membantu klien menyelesaikan

segala permasalahan hidupnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Sadayanasa (2014: 110), yang menyatakan bahwa sebagai *helper* profesional, konselor harus dapat berperan sebagai mediator bagi konseli dalam menyelesaikan masalah pribadinya, konselor sebagai petunjuk dalam pemecahan masalah konseli sendiri, konselor harus dapat mengungkapkan berbagai masalah yang dialami oleh konseli, dan konselor juga harus mampu melihat permasalahan dari berbagai aspek. Dengan tanggungjawab yang besar tersebut, tentunya mahasiswa harus dilatih untuk selalu siap dan memiliki ketahanan yang tinggi dalam menghadapi setiap tantangan.

Selain sebagai penyiapan *pre service training*, peningkatan *adversity quotient* dengan strategi *focus group discussion* ini juga merupakan salah satu upaya penyiapan sumber daya manusia. Diharapkan dengan memiliki *adversity quotient* yang tinggi, mahasiswa mampu menjawab tantangan zaman yang membutuhkan sumber daya manusia (SDM) yang terampil, kreatif, dan kritis dalam menghadapi tantangan maupun perubahan-perubahan lain yang mungkin akan terjadi.

Selain itu, mahasiswa harus mampu berkompetisi dalam ketatnya persaingan di dunia kerja. Sebagaimana disebutkan sebelumnya yang menyatakan bahwa *adversity quotient* telah dijadikan sebagai salah satu pertimbangan dalam rekrutmen tenaga kerja, maka *adversity quotient* dianggap berkontribusi dalam kinerja para tenaga kerja. Hal ini telah didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sukardewi, Dantes, dan Natajaya (2013) yang menunjukkan bahwa *adversity quotient* merupakan salah satu aspek yang secara signifikan berkontribusi terhadap kinerja guru SMA Negeri di Kota Amplura.

Dengan demikian, dapat diperoleh kesimpulan bahwa peningkatan *adversity quotient* berimplikasi positif terhadap pengembangan *output* mahasiswa program studi BKI IAIN Tulungagung. Penyiapan dilakukan melalui *pre service training* dalam rangka penyiapan calon konselor profesional serta penyiapan sumber daya manusia yang dapat bersosialisasi di masyarakat serta bersaing di dunia kerja.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan bahwa terdapat peningkatan *adversity quotient* secara signifikan pada mahasiswa setelah diberikan intervensi dengan strategi *focus group discussion*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa strategi *focus group discussion* efektif untuk meningkatkan *adversity quotient* pada mahasiswa BKI IAIN Tulungagung. Saran bagi program studi BKI IAIN Tulungagung, yaitu: (1) berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa strategi *focus group discussion* terbukti efektif untuk meningkatkan *adversity quotient* mahasiswa, dengan demikian program studi dapat menggunakan strategi tersebut untuk membantu mahasiswa meningkatkan *adversity quotient*-nya mahasiswa secara keseluruhan, bukan hanya untuk mahasiswa yang memiliki skor *adversity quotient* rendah; (2) sebagai bahan pertimbangan bagi program studi, khususnya dosen yang ingin melaksanakan kegiatan psikoedukasi dengan intervensi ini, ada beberapa hal yang dapat mendukung keberhasilan pencapaian tujuan kegiatan, di antaranya diberikan kepada mahasiswa yang aktif dalam kegiatan kelompok dan diberikan kepada mahasiswa yang cenderung terbuka dalam berbagi pengalaman pribadinya; (3) Program studi, khususnya dosen, dapat mempelajari intervensi ini dengan mempelajari buku panduannya. Saran bagi peneliti yang hendak melakukan penelitian lanjutan terkait penelitian ini, yaitu: (a) penelitian ini dapat dikembangkan menjadi penelitian tindakan dengan memperbaiki panduan strategi *focus group discussion* yang sudah ada; (b) peneliti selanjutnya dapat mengujicobakan strategi *focus group discussion* pada bidang masalah yang lain yang berfokus pada perbaikan dari segi kognitif.

## DAFTAR RUJUKAN

- Creswell, J. W. 2012. *Educational Research Planning, conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research Fourth Edition*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Hamre, B. K., & Pianta, R. C. 2006. Student–Teacher Relationships. *Journal of University Virginia*, hlm 50-59. (Online), (<http://www.pearweb.org/>), diakses 17 Desember 2015.
- Istati, M. 2013. *Perbandingan Metode Dialog Sacrotes dan Focus Group Discussion dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Akademik Siswa SMP*. Tesis tidak diterbitkan. Malang: Pascasarjana UM.
- Karahan, T.F.; Yalcin, B. M. ; & Erbas, M. M. 2014. The Beliefs, Attitudes and Views of University Students about Anger and the Effects of Cognitive Behavioral Therapy-Oriented Anger Control and Anxiety Management Programs on Their Anger Management Skill Levels. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 14 (6): 2071-2082.
- Krueger, R. A. 1998. *Analyzing and reporting focus group results*. Thousand Oaks, CA : Sage.
- Lachapelle, P. & Mastel, T. 2008. *Using Focus Groups for Community Development*. Bozeman: Montana State University.
- Leedy, Paul D. & Ormrod, Jeanne Ellis. 2005. *Practical Research Planning and Design 8<sup>TH</sup> Edition*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Lohmay. 1998. *Pengubahan Perilaku Irasional dalam Kegiatan Akademik melalui Diskusi Kelompok Terarah*. Tesis tidak diterbitkan. Malang. Pascasarjana UM.

- Nurvita, Desika Nanda. 2011. *Pengembangan Inventori Adversity Quotient dengan Media Software bagi Siswa MAN Blitar*. Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Program Studi Bimbingan dan Konseling.
- Nurvita, Desika Nanda. 2018. Potret *Adversity Quotient* pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. *Journal An-Nafs Kajian Penelitian Psikologi*, 3 (2): 162-182.
- Puspita Rini, Margareth. 2013. *Kemajuan Teknologi Bikin Daya Juang Mahasiswa Rendah* (Online), (<https://news.okezone.com/read/2013/03/20/373/778796/kemajuan-teknologi-bikin-daya-juang-mahasiswa-rendah>), diakses 10 Maret 2018.
- Putra, Adhimulya Nugraha. 2016. *Hubungan Antara Adversity Quotient dan Employability pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Skripsi. Yogyakarta: Program Studi Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Rohida, Leni. 2018. Pengaruh Era Revolusi Industri 4.0 terhadap Kompetensi Sumber Daya Manusia. *Jurnal Manajemen Bisnis Indonesia*, 6 (1): 114-136
- Rohmah, F. A. 2006. Pengaruh Diskusi Kelompok untuk Menurunkan Stres pada Mahasiswa yang Sedang Skripsi. *Indonesian Psychological Journal*, 3 (1): 50-62.
- Sedanayasa, Gede. 2014. *Pengembangan Pribadi Konselor*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Shivaranjani. 2014. Adversity Quotient: One Stop Solution To Combat Attrition Rate Of Women In Indian It Sector. *International Journal of Business and Administration Research Review*, 1 (5): 181-189.

Stoltz, P. G. 2000. *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities (Mengubah Hambatan menjadi Peluang)*. Terjemahan oleh T, Hermaya. 2000. Jakarta: PT Gramedia Widia Sarana Indonesia.

Sukardewi, Nyoman; Dantes, Nyoman; & Natajaya Nyoman. 2013. Kontribusi Adversity Quotient (AQ), Etos Kerja, dan Budaya Organisasi terhadap Kinerja Guru SMA Negeri di Kota Amlapura. *e-Journal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha Program Studi Administrasi Pendidikan*, Vol 4.

Yusuf, Syamsu. & Nurihsan, Juntika. 2005. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

\_\_\_\_\_, 2012, *Undang-undang Republik Indonesia Nomor.* (online), ([unnes.ac.id/wp-content/uploads/uu-12-2012.pdf](http://unnes.ac.id/wp-content/uploads/uu-12-2012.pdf)), diakses tanggal 10 Maret 2018.