

**PENGARUH PELATIHAN PROAKTIVITAS UNTUK
MENINGKATKAN KECERDASAN DALAM
MENGHADAPI RINTANGAN
(*ADVERSITY INTELLIGENCE*)
PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS WANGSA MANGGALA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh:
Rr. Prameswari Nalaningsih
02410069**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS WANGSA MANGGALA
YOGYAKARTA
2007**

Pengaruh Pelatihan Proaktivitas untuk Meningkatkan Kecerdasan dalam Menghadapi Rintangan (*Adversity Intelligensi*) pada Mahasiswa Wangsa Manggala

Rr. Prameswari Nalaningsih
Fakultas Psikologi Universitas Wangsa Manggala

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pelatihan Proaktivitas Untuk Meningkatkan Kecerdasan Dalam Menghadapi Rintangan Pada Mahasiswa Universitas Wangsa Manggala. Hipotesis yang diajukan adalah individu yang diberi pelatihan proaktivitas memiliki peningkatan kecerdasan dalam menghadapi rintangan lebih tinggi daripada individu yang tidak diberi pelatihan proaktivitas. Subjek penelitian ini sebanyak 44 mahasiswa Universitas Wangsa Manggala yang memiliki skor kecerdasan dalam menghadapi rintangan rendah atau sedang. Rancangan eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pretest-posttest control group design*. Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan *random assignment*. Kelompok eksperimen diberi perlakuan berupa pelatihan proaktivitas, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan berupa pelatihan proaktivitas. Kecerdasan dalam menghadapi rintangan dalam penelitian ini diukur dengan skala kecerdasan dalam menghadapi rintangan yang berbentuk skala *Likert*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *independent sample t-test*. Hasil uji hipotesis *gain score pretest-posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan nilai $t = 4.372$ ($p < 0.05$). Berdasarkan hasil uji hipotesis, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang mendapatkan perlakuan berupa pelatihan proaktivitas (kelompok eksperimen) memiliki kecerdasan dalam menghadapi rintangan lebih tinggi ($mean = 5.41$) dibandingkan mahasiswa yang tidak mendapatkan perlakuan berupa pelatihan proaktivitas ($mean = 0,0909$). Hal ini membuktikan bahwa Pelatihan Proaktivitas Berpengaruh Untuk Meningkatkan Kecerdasan Dalam Menghadapi Rintangan Pada Mahasiswa Universitas Wangsa Manggala.

Kata Kunci : Kecerdasan dalam Menghadapi Rintangan dan Pelatihan Proaktivitas

Pendahuluan

Untuk menghadapi dampak penguasaan IPTEK maupun sikap mental globalisasi dibutuhkan sumber daya (Damanhuri, 2003). Lulusan perguruan manusia yang unggul dalam kapasitas tinggi dinilai menjadi sumber daya

manusia yang kualitas pendidikannya paling tinggi ditinjau dari jenjang pendidikan di Indonesia. Setyawan (2006) menambahkan bahwa seorang sarjana seharusnya mempunyai kemampuan lebih dibandingkan dengan mereka yang bukan sarjana karena seorang sarjana hendaknya mampu berfikir konstruktif, kreatif, dan inovatif, sehingga Sarjana harus menjadi pelopor dan tidak menunggu kesempatan.

Menurut catatan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi (Ditjen Dikti) Depdiknas (dalam Damanhuri, 2003), angka pengangguran sarjana di Indonesia lebih dari 300.000 orang, penyebab pengangguran intelektual lebih dominan karena kurangnya kualitas lulusan sarjana tersebut. Dari penjelasan diatas, dapat dipahami bahwa kalangan sarjana memiliki masalah mengatasi rintangan mencari pekerjaan atau menciptakan pekerjaan membuat tingkat pengangguran di kalangan sarjana bertambah.

Seharusnya mahasiswa yang telah mengikuti proses pembelajaran di perguruan tinggi memiliki kemampuan yang lebih unggul dalam menghadapi rintangan daripada individu yang tidak mengalami proses pembelajaran di perguruan tinggi. Perguruan tinggi memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk mengikuti proses pembelajaran baik secara formal mengenai IPTEK maupun melatih kemampuan di bidang organisasi dan berinteraksi dengan lingkungan masyarakat (Damanhuri, 2003). Namun kenyataannya banyak lulusan perguruan tinggi tidak mampu mengatasi rintangan dunia kerja, yang menurut Azahari (2001) hal ini merupakan hasil dari proses selama di perguruan tinggi.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap 50 mahasiswa lima Fakultas di Universitas Wangsa Manggala pada tanggal 5-7 Juni 2006, diperoleh informasi

adanya : (1) kecenderungan persepsi negatif terhadap rintangan, (2) kecenderungan kurangnya motivasi untuk maju atau memperbaiki nilai, (3) kecenderungan kurangnya kreativitas dalam menghadapi rintangan, (4) kecenderungan mudah terpengaruh oleh teman.

Penyelesaian masalah tersebut di atas, menurut Stolz (2003) akibat kurangnya pengendalian diri terhadap masalah yang dihadapi. Berdasarkan teori Stolz (2003), ciri-ciri tersebut menunjukkan adanya kecerdasan menghadapi rintangan (*adversity intelligence*) yang rendah. Menurut Stoltz (2003) kecerdasan menghadapi rintangan (*adversity intelligence*) dapat ditingkatkan dengan cara memberikan pelatihan.

Menurut Hardjana (1994), pelatihan merupakan suatu pemberian informasi yang disertai dengan proses penghayatan terhadap informasi tersebut sehingga akan muncul perubahan kognisi pada individu yang selanjutnya diharapkan akan terjadi perubahan perilaku. Menurut Munchinsky (1987), tujuan dari pelatihan adalah mengubah perilaku baik secara langsung maupun tidak langsung dengan menggunakan prinsip belajar. Paradigma dan persepsi individu tentang kehidupan dapat diubah agar terjadi perubahan perilaku dalam waktu relatif cepat (Covey, 1997).

Pelatihan proaktivitas terdiri dari empat dimensi, yaitu (1) mengenal diri sendiri, (2) mengambil inisiatif, (3) meluaskan lingkaran pengaruh, (4) visi dan misi pribadi (Covey, 1997). Keempat dimensi tersebut mendasari peneliti untuk membuat sesi-sesi dalam pelatihan proaktivitas. Keempat dimensi proaktivitas berhubungan dengan dimensi-dimensi yang terdapat dalam kecerdasan menghadapi rintangan yaitu (1) kendali (*control*), (2) asal-usul (*origin*) dan

kepemilikan (*ownership*), (3) jangkauan (*reach*), (4) daya tahan (*endurance*).

Menurut Stoltz (2000), kecerdasan dalam menghadapi rintangan didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi berbagai macam kesulitan dengan mencari dan menemukan jalan keluar dalam menyelesaikan masalah. Selanjutnya Tjundjing (2001) mendefinisikan kecerdasan dalam menghadapi rintangan sebagai kemampuan seseorang dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Jewel dan Siegal (Huda, 2004), pelatihan adalah pengalaman belajar yang terstruktur dengan tujuan untuk mengembangkan kemampuan, ketrampilan khusus dan pengetahuan atau sikap tertentu, kemampuan tersebut meliputi potensi fisik dan mental, sedangkan ketrampilan merupakan potensi khusus.

Menurut Munchinsky (Rivai, 1999), tujuan dari pelatihan adalah mengubah perilaku baik secara langsung maupun tidak langsung dengan menggunakan prinsip belajar. Agar terjadi perubahan perilaku dalam waktu relatif cepat dapat dilakukan dengan mengubah paradigma atau persepsi individu tentang kehidupan (Covey, 1997).

Kecerdasan menghadapi rintangan (*adversity intelligence*) didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi berbagai macam kesulitan dengan mencari dan menemukan jalan keluar dalam menyelesaikan masalah (Stoltz,2000). Kecerdasan menghadapi rintangan (*adversity intelligence*) pada individu dapat ditingkatkan dengan cara memberikan pelatihan. Salah satu pelatihan yang diasumsikan dapat meningkatkan kecerdasan menghadapi rintangan adalah pelatihan proaktivitas. Hasil penelitian Anton (2005)

membuktikan bahwa pelatihan proaktivitas dapat meningkatkan perilaku asertif individu. Individu yang memiliki kecerdasan dalam menghadapi rintangan yang tinggi mampu berinteraksi dengan individu yang lain atau lingkungan secara aktif dan berinisiatif dalam menghadapi kesulitan yang merintang (Stoltz, 2003). Menurut Burley dan Allen (dalam Anton, 2005), kemampuan berinteraksi dengan individu lain atau lingkungan secara aktif disebut dengan perilaku asertif. Apabila pelatihan proaktivitas mampu meningkatkan perilaku asertif maka dapat diasumsikan bahwa pelatihan proaktivitas juga mampu meningkatkan kecerdasan dalam menghadapi rintangan.

Pelatihan proaktivitas memiliki sesi-sesi pelatihan yang berdasarkan pada dimensi-dimensi proaktivitas. Setiap sesi dari pelatihan proaktivitas di asumsikan berhubungan dengan dimensi-dimensi kecerdasan menghadapi rintangan.

Sesi pertama adalah “sesi pengenalan diri” yang didasarkan dari dimensi mengenal diri sendiri. Tujuan utama dari sesi ini adalah agar individu mengenal diri sendiri dengan baik sehingga mampu melihat kelebihan serta kekurangan dirinya dan menyadari keberadaannya. Sedangkan tujuan pendamping dari sesi ini adalah agar terjalin hubungan yang hangat antara peserta, trainer, fasilitator serta observer, sehingga pelatihan dapat berjalan dengan lancar.

Menurut Covey (2000), kesadaran diri membuat individu mampu melihat dirinya sendiri dan menelaah pemikirannya, motif-motif, kebiasaan maupun kecenderungan individu dalam melakukan sesuatu. Individu yang mengenal dirinya sendiri maka akan mampu merasakan dan memahami dirinya serta kebutuhannya, sehingga individu yang mengenal dirinya sendiri akan

mampu mengendalikan responya terhadap lingkungan (Surekha, 2001). Menurut Stoltz (2003), individu yang memiliki kecerdasan dalam menghadapi rintangan yang semakin tinggi maka akan semakin mampu mengendalikan diri dan responnya. Dapat diambil kesimpulan, bahwa semakin mengenal tentang diri individu maka individu semakin dapat mengandalikan responnya terhadap stimulus lingkungan.

Sesi kedua adalah “inisiatif diri” yang didasarkan pada dimensi mengambil inisiatif. Tujuan dari sesi ini adalah menunjukkan kelebihan sikap dan perilaku proaktivitas, serta membuat individu menjadi proaktif. Individu yang proaktif mampu mengambil inisiatif dalam memilih respon atas stimulus dari lingkungan (Covey, 1997). “Inisiatif diri” merupakan sikap individu proaktif dalam merespon sesuatu dengan mampu bertindak dan bertanggungjawab serta

tidak menjadi sasaran tindakan. Pada dimensi asal-usul dan pengakuan dalam kecerdasan menghadapi rintangan menunjukkan bahwa semakin tinggi rasa tanggungjawab maka semakin tinggi pula kecerdasan menghadapi rintangan pada individu. Menurut Stoltz (2003), individu yang memiliki kecerdasan menghadapi rintangan yang tinggi tidak akan menyalahkan individu lain dan mengelakkan tanggungjawab, namun ia akan memiliki inisiatif untuk memperbaiki keadaan. Dalam sesi ini, individu diharapkan mampu menjadi proaktif dalam merespon stimulus dari lingkungan.

Sesi ketiga adalah “besar-kecil lingkaran pengaruh” yang didasarkan pada dimensi ketiga yaitu meluaskan lingkaran pengaruh. Sesi ini bertujuan agar individu dapat memfokuskan waktu dan energinya dengan optimal. Individu mampu meningkatkan kualitas diri sehingga dapat memberikan pengaruh positif terhadap

dirinya serta mampu mengontrol diri dan lingkungan sekitar. Individu proaktif akan meningkatkan kemampuan dirinya sehingga dapat mempengaruhi lingkungannya serta menghadapi kesulitan (Covey, 2000). Individu proaktif mampu mengendalikan kesulitan sehingga tidak mempengaruhi dirinya dalam bekerja, individu proaktif dapat menciptakan suasana sendiri dan mampu memberikan pengaruh terhadap lingkungannya (Covey, 1997). Menurut Stoltz (2003), semakin efektif individu menahan atau membatasi kesulitan untuk menjangkau hidup individu maka individu akan merasa semakin berdaya. Individu yang memiliki kendali dalam membatasi kesulitan agar tidak mempengaruhi kinerjanya dan tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan yang menghambat (Stoltz, 2003). Individu proaktif akan memfokuskan diri pada peningkatan kualitas dirinya, sehingga tidak mudah terpengaruh kondisi lingkungan yang menghambat sehingga mampu mencapai tujuan sesuai dengan komitmen yang telah dibuat. Sesi keempat adalah “visi pribadi” yang didasarkan pada dimensi visi dan misi pribadi. Menurut Covey (1997), visi dan misi pribadi adalah memulai dengan jelas pengertian mengenai tujuan hidup individu. Individu yang proaktif akan mengetahui tujuan hidupnya serta bagaimana cara mencapai tujuan tersebut (Covey, 1997), sehingga individu proaktif tidak membiarkan kesulitan yang dihadapinya mengganggu pencapaian tujuan. Menurut Stoltz (2003), semakin rendah kecerdasan menghadapi rintangan individu maka individu akan menganggap kesulitan yang dihadapi bertahan dan mempengaruhi diri individu lebih lama, sehingga membuat individu larut dalam kesulitan yang dihadapi. Individu yang larut dalam kesulitan yang dihadapi tidak mampu bertindak mencapai tujuan.

Individu proaktif tidak akan larut dalam kesulitan yang dihadapi, hal ini karena individu proaktif memiliki tujuan dan rencana pencapaian tujuan yang jelas.

Dari penjelasan mengenai pelatihan proaktivitas dengan kecerdasan menghadapi rintangan dapat diasumsikan bahwa individu yang diberikan pelatihan proaktivitas, akan mengalami peningkatan di setiap dimensi kecerdasan menghadapi rintangan. Hal ini berarti terjadinya peningkatan kecerdasan menghadapi rintangan dengan efektif.

Hipotesis

Individu yang diberi pelatihan proaktivitas memiliki kecerdasan menghadapi rintangan yang lebih tinggi daripada individu yang tidak diberi pelatihan proaktivitas.

Metode Penelitian

Rancangan eksperimen yang digunakan pada penelitian ini adalah *true experimental*, dengan teknik berupa

randomized control group pretest – posttest design (Cook & Campbell, 1979).

Subjek penelitian adalah mahasiswa Universitas Wangsa Manggala.

Kriteria subjek penelitian pada penelitian ini adalah subjek yang memiliki skor kecerdasan dalam menghadapi rintangan kategori sedang maupun rendah. Data mengenai kecerdasan dalam menghadapi rintangan pada penelitian ini diukur menggunakan Skala Kecerdasan Menghadapi Rintangan yang disusun oleh peneliti. Model skala yang digunakan adalah model rating yang dijumlahkan (*method of summated rating*) dari likert.

Pelaksanaan penelitian ini terdiri dari dua tahap yaitu persiapan penelitian dan pelaksanaan penelitian. Pelaksanaan penelitian dimulai sejak tanggal 29 Januari 2007 sampai dengan tanggal 25 Februari 2007. Pelatihan pada kelompok eksperimen dilaksanakan pada tanggal 24 Februari 2007, bertempat di Laboratorium

Fakultas Psikologi. Pelatihan dilakukan di dalam ruangan (*indoor*) karena akan lebih efektif dan mendukung pencapaian hasil yang diharapkan dalam pelatihan. Pelatihan dilaksanakan dalam satu hari, yaitu dimulai pada pukul 08.00 WIB sampai dengan pukul 14.00 WIB. Yang terdiri dari 4 sesi, yaitu :

- 1) Sesi I : “Pengenalan Diri”
- 2) Sesi II : “Inisiatif Diri”
- 3) Sesi III : ”Besar-Kecil Lingkaran Pengaruh”
- 4) Sesi IV : “Visi Pribadi”
- 5) Evaluasi

Analisis data untuk menguji hipotesis ini menggunakan dua teknik analisis komparatif, yaitu *Independent Sample T-Test*

Teknik analisis *Independent Sample T-Test* digunakan untuk mengetahui dan melihat ada atau tidaknya perbedaan dua kelompok yang independent dan mengetahui pengaruh

variabel bebas terhadap variabel tergantung (Santoso, 2004).

Analisis ini menggunakan *Independent Sample T-Test* karena dalam penelitian ini hanya terdapat dua kelompok subjek (eksperimen dan kontrol) yang diteliti, serta menggunakan pola *between subject*, yaitu dengan memberikan satu buah perlakuan pada dua kelompok subjek (Safitri dalam Erma, 2006).

Data yang akan dianalisis menggunakan *Independent Sample T-Test* adalah data “*gain score*”, yaitu selisih skor yang diperoleh sesudah diberikan perlakuan pelatihan proaktivitas (*posstest*) dengan skor yang diperoleh sebelum diberi perlakuan pelatihan proaktivitas (*pretest*) untuk setiap subjek.

Hasil dan Pembahasan

Hasil pengujian *independent sample t-test* pada penelitian dengan taraf signifikansi 1%. diperoleh t sebesar 4.372 dengan probabilitas (sig. 1-tailed) sebesar

0.000 ($p < 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan peningkatan kecerdasan dalam menghadapi rintangan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan berupa pelatihan proaktivitas memiliki peningkatan kecerdasan dalam menghadapi rintangan lebih tinggi (mean= 5.41) daripada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan berupa pelatihan proaktivitas (mean= -9.09E-02).

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diketahui bahwa ada perbedaan signifikan. Subjek yang berada pada kelompok eksperimen dan mendapatkan pelatihan proaktivitas mengalami peningkatan skor kecerdasan dalam menghadapi rintangan yang lebih tinggi daripada subjek pada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan pelatihan proaktivitas. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan diterima.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kecerdasan dalam menghadapi rintangan antara mahasiswa yang diberi perlakuan berupa pelatihan proaktivitas dengan mahasiswa yang tidak diberi perlakuan berupa pelatihan proaktivitas. Mahasiswa yang mendapatkan pelatihan proaktivitas mempunyai kecerdasan dalam menghadapi rintangan yang lebih tinggi daripada mahasiswa yang tidak diberi pelatihan proaktivitas. Hal ini membuktikan bahwa pelatihan proaktivitas efektif untuk meningkatkan kecerdasan dalam menghadapi rintangan pada mahasiswa.

Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Skala yang paralel sangat dianjurkan, agar tidak menimbulkan efek testing.
 - b. Dapat dijadikan alternatif dalam melihat pengaruh pelatihan

- proaktivitas untuk meningkatkan rintangan dalam dunia kerja sehingga variable-variabel yang lain. tercipta sumber daya manusia yang berkualitas.
2. Bagi subjek penelitian
- Pengaplikasian pelatihan proaktivitas sangat dianjurkan, serta dimungkinkan untuk membiasakan dengan berperilaku proaktif, sehingga dapat memudahkan dalam menghadapi permasalahan. Dengan membiasakan perilaku proaktif, maka individu mampu belajar meningkatkan kecerdasan menghadapi rintangan ke arah yang lebih tinggi sehingga mampu menghadapi
3. Bagi para pendidik
- Pelatihan proaktivitas telah terbukti dapat meningkatkan kecerdasan dalam menghadapi rintangan pada mahasiswa, sehingga pelatihan proaktivitas dapat digunakan sebagai alternatif untuk melatih kebiasaan perilaku yang positif dalam menghadapi permasalahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alatas, Ali. 2000. *Dinamika Perkembangan Situasi Politik dan Keamanan Dunia Serta Perubahan Konstelasi Hubungan Antar-Negara Menjelang Akhir Abad Ke-20*.
<http://www3.itu.int/missions/indonesia>. diakses tgl. 15 Januari 2006
- Antonius, A. 2005. *Efektivitas Pelatihan Proaktivitas Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Pada Siswa SMU*. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta : Universitas Wangsa Manggala
- Azwar, S. 2003. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Azwar, S. 2001. *Isu Uji Asumsi dalam Inferensi Statistika*. *Buletin psikologi, tahun IX, No. 1, 8-17*
- Azwar, S. 2000. *Pengantar Psikologi Intelligensi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Azwar, S. 1999. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Consalvo, C.M. 1996. *Changing Pace*. New York : HRD Pres
- Covey. 1997. *The 7 Habits Of Highly Effective People (Tujuh Kebiasaan Manusia Yang Sangat Efektif)*. Jakarta : Bina Putra Aksara
- Covey. 2003. *8th The 7 Habits Of Highly Effective People (8 Tahun Tujuh Kebiasaan Manusia Yang Sangat Efektif)*. Jakarta : Bina Putra Aksara
- Cook, T.D & Campbell, D.T. 1979. *Quasi Exsperimentation : Design and Analysis Issues For Field Setting*. Boston : Houghton Mittlein Company.
- Damanhuri, Didin S. 2003. *SDM Indonesia dalam Persaingan Global*.
http://www.Sinar_Harapan.com. diakses tgl. 7 Februari 2006.
- Erma, K. 2006. *Pengaruh Pelatihan Kecerdasan Dalam Menghadapi Kesulitan Terhadap Etos Kerja Pada Aktivistis Dakwah Kampus Universitas Wangsa Manggala*. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta : Universitas Wangsa Manggala
- Goleman. 2002. *Emotional Intelligent*. Jakarta : Gramedia
- Hadi, S. 2001. *Isu Uji Asumsi*. *Buletin psikologi, tahun IX, No. 1, 1-7*
- Harjana, A.M. 1994. *Stress Tanpa Distress*. Yogyakarta : Andi Offset
- Hardjana, A.M. 2001. *Training Sumber Daya Manusia yang Efektif*. Yogyakarta : Kanisius.
- Harefa, A. 2003. *Presentasi Efektif*. Yogyakarta : Andi Offset
- Huda, S. 2004. *Perbedaan Kecakapan Hidup (life skills) Antara Peserta dan Bukan Peserta Pelatihan Manajemen Diri (PMD)*. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta : Universitas Wangsa Manggala
- Rivai, Veithzal 1999. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*

Efektivitas Belajar Mahasiswa.
<http://www.depdiknas.go.id>.
 Diakses tgl. 25 Pebruari 2006.

- Muchinsky. 1987. *Psychology Applied to Work*. Illionis : Dorsey Press
- Winarti, E. 2003. *Pengembangan Kepribadian*. Jakarta :Lembaga Pendidikan dan Pengembangan Indonesia
- Pennebaker,J.W.S.D. 1989. Disclosure Of Trauma And Health Among Holocaust Servivors. *Psychosomatic Medicine*. Vol 15, no. 577-589
- Tim BPS .2004.*Daerah Istimewa Yogyakarta Dalam Angka*. Yogyakarta. Badan Pusat Statistik
- Santoso, S. 2004. *SPSS Versi 10 (Mengolah Data Statistic Secara Profeional)*. Jakarta : Elex Media Komputindo
- Stotz. 2003. *Adversity Quotient*. Jakarta : Grasindo
- Stoltz, P.G. 2000. *Adversity At Work : Make Everyday Challenges The Key To Your Success*. New York : Harper Collins Publisher Inc