

Pelatihan *Adversity Quotient* untuk Optimalisasi Pribadi yang Tangguh pada Pendidik PAUD

Sri Kandariyah Nawangsih^{1*}, Maria Yuliana Wangge², Kimmy Katkar³, Agung Santoso Pribadi⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Semarang, Semarang, Indonesia

*Corresponding e-Mail: sknawangsih@usm.ac.id

ABSTRAK

Pendidik PAUD memiliki peran dalam pembentukan karakter anak sejak dini. Anak usia dini berada pada masa emas di mana peran orangtua, guru, dan lingkungan sekitar dibutuhkan untuk mendukung tumbuh kembang anak. Kenyataannya dalam proses pendidikan anak di sekolah, anak belum siap berpisah dengan orang tuanya, anak menjadi tantrum dan tidak kooperatif untuk belajar, bahkan perbedaan cara mendidik anak antara orang tua dan pendidik menimbulkan persoalan tersendiri. Perbedaan pendapat antar pendidik, serta beban administratif pendidik yang cenderung meningkat menyebabkan pendidik mengalami berbagai kesulitan yang memengaruhi tugas, peran, dan tanggung jawabnya sebagai pendidik. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pelatihan *adversity quotient* pada pendidik PAUD dengan harapan hasil pelatihan dapat membantu pendidik lebih tangguh mengatasi berbagai persoalan yang dihadapi. Adapun metode pelatihan dilaksanakan dengan memberikan ceramah, *ice breaking*, dan memberikan *pre-test* dan *post-test* kepada peserta pelatihan. Hasil analisis kegiatan pelatihan *adversity quotient* melalui Uji T Wilcoxon *test* diketahui sebanyak 50 data ($N = 50$) menunjukkan nilai *post-test* lebih besar dari nilai *pre-test*, dengan rata-rata peringkat sebesar 25.50 dan total peringkat sebesar 1275.00. Adapun pada hasil uji statistik diketahui nilai $Z = -6.187$ ($p = 0.000$). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pelatihan yang dilaksanakan efektif memberikan kontribusi meningkatkan pemahaman peserta, mengingat nilai perolehan *post-test* lebih tinggi daripada *pre-test*. Melalui kegiatan ini peserta memiliki pemahaman lebih baik bahwa setiap persoalan ada solusinya dan oleh sebab itu diperlukan kemampuan untuk bertahan dalam situasi sulit dan tetap bersemangat mencari penyelesaian melalui berbagai cara, bahkan menjadikan kesulitan sebagai peluang agar dapat mengatasi persoalan sebaik mungkin.

Kata kunci: *Adversity quotient*, pribadi tangguh, pendidik

ABSTRACT

Early childhood education educators have a role in shaping children's character from an early age. Early childhood is in a golden age where the role of parents, teachers, and the surrounding environment is needed to support the growth and development of children. In reality, in the process of educating children at school, children are not ready to be separated from their parents, children become tantrums and are not cooperative in learning, even differences in how to educate children between parents and educators cause their own problems. Differences of opinion between educators, as well as the increasing administrative burden of educators, cause educators to experience various difficulties that affect their duties, roles, and responsibilities as educators. This community service activity aims to provide adversity quotient training to early childhood education educators with the hope that the results of the training can help educators be more resilient in dealing with various problems faced. The training method is carried out by giving lectures, ice breaking, and providing pretests and posttests to training participants. The results of the analysis of adversity quotient training

activities through the Wilcoxon T-test showed that 50 data ($N = 50$) showed that the post-test value was greater than the pre-test value, with a mean rank of 25.50 and a sum of ranks of 1275.00 with a Z value of -6.187 ($p < 0.000$). Based on these results, it can be concluded that the training that was carried out effectively contributed to increasing participant understanding, considering that the post-test score was higher than the pre-test. Through this activity, participants have a better understanding that every problem has a solution and therefore the ability to survive in difficult situations and remain enthusiastic about finding solutions through various means is needed, even making difficulties an opportunity to overcome problems as well as possible.

Keywords: Adversity quotient, educators, tough personality

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini memainkan peran penting dalam membentuk masa depan anak. Melalui pengalaman belajar yang diberikan oleh pendidik dengan stimulasi yang tepat, hal ini dapat menjadi fondasi yang kuat bagi anak untuk perkembangan kognitif, sosial, emosional, dan bahasa sehingga dapat memperkuat anak dalam menjalani tahap-tahap perkembangan berikutnya dengan hasil yang optimal. Pemerintah melalui lembaga pendidikan anak usia dini di bawah koordinasi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi memberikan fasilitas pendidikan yang secara khusus diajarkan kepada anak sejak berusia dini. Jika dulu pendidikan hanya dikenalkan oleh orangtua, kini sudah banyak sekolah khusus untuk pendidikan anak usia dini (PAUD), sebagai upaya pendidikan yang secara khusus ditujukan untuk anak pada masa *golden age* atau usia keemasan. Menurut Montessori pada usia keemasan yang berlangsung mulai usia 0 sampai dengan 5 tahun, anak mulai peka menerima berbagai stimulasi, serta berbagai upaya pendidikan yang berasal dari lingkungannya baik disengaja maupun tidak disengaja (Novitasari & Permatahari, 2022). Pada masa tumbuh kembang usia dini ini berbagai pengalaman situasi maupun peristiwa yang dialami anak dalam 5 tahun pertamanya dapat memberikan dampak bagi perkembangan berikutnya.

Himpunan Pendidik dan Tenaga Kependidikan Anak Usia Dini Indonesia yang selanjutnya disingkat HIMPAUDI adalah sebuah organisasi independen yang menghimpun unsur pendidik dan tenaga kependidikan di seluruh Indonesia. HIMPAUDI sebagai wadah organisasi profesi yang bersifat independen menghimpun pendidik dan tenaga kependidikan anak usia dini Indonesia secara bersama-sama mengoptimalkan diri lebih berdaya guna dan berhasil guna. Selain itu HIMPAUDI menghimpun aspirasi dan meningkatkan profesionalisme pendidik dan tenaga kependidikan anak usia dini Indonesia melalui sumber daya manusianya. Pendidik dan tenaga kependidikan anak usia dini bertanggung jawab terhadap pengasuhan, pembelajaran sebagai upaya untuk optimalisasi berbagai potensi kecerdasan dalam menunjang tumbuh kembang anak sebagai pribadi yang berkarakter. Berlandaskan tanggung jawab pendidik tersebut kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk membuat pendidik PAUD mampu menjalankan tugas, peran, dan tanggung jawabnya agar pendidik mampu menghadapi berbagai situasi maupun persoalan yang dihadapi serta mampu mengatasinya dengan baik.

Pada saat melaksanakan tugas, peran, dan tanggung jawabnya pendidik PAUD dihadapkan pada situasi yang majemuk. Melalui asesmen yang dilakukan terhadap pendidik PAUD diketahui hal-hal berikut. Anak kurang mampu beradaptasi di lingkungan belajar, belum siap mematuhi aturan, sulit menerima materi belajar, muncul sifat egosentrism, anak mengalami tantrum dan menjadi sangat aktif, anak belum kooperatif dan sulit fokus, anak susah diatur, susah diarahkan dan semaunya sendiri. Selain itu ada pula anak yang sedikit-sedikit menangis, menjadi manja, suka berebut, suka mendorong, dan bahkan sampai memukul temannya. Selanjutnya, diketahui terdapat beberapa anak inklusif atau anak berkebutuhan khusus memerlukan penanganan sesuai kondisinya, serta orang tua yang belum siap melepaskan anak untuk bermain serta belajar di sekolah. Kemudian anak menangis saat ditinggal orang tuanya sehingga suasana belajar di sekolah pun menjadi kurang kondusif.

Beragam situasi tersebut menimbulkan persoalan tersendiri bagi pendidik, seperti kewalahan mengatasi suasana bermain dan belajar, terjadi miskomunikasi dengan sesama rekan pendidik, dan

pendidik merasa kurang mampu menghadapi berbagai persoalan yang terjadi. Hal ini semakin sulit namun tak terhindarkan manakala terdapat perbedaan sudut pandang antara pendidik dan orang tua dalam hal penanganan anak, orang tua yang terlalu banyak menuntut, rekan kerja yang belum mampu bekerja secara tim, serta beban administrasi pendidik yang semakin meningkat seiring dengan bertambahnya tuntutan kerja pada pendidik seolah menjadikannya merangkap sebagai petugas aplikasi pendidikan. Hal tersebut menyebabkan pendidik kelelahan dan semakin kewalahan sementara ketersediaan media IT (*information & technology*) dan sumber daya manusia yang kurang mendukung. Kondisi ini sudah barang tentu berdampak buruk manakala pendidik berinteraksi dengan anak.

Berdasarkan paparan sebelumnya diketahui kelelahan kerja pada pendidik PAUD menimbulkan persoalan tersendiri yang alih-alih menjadi stres kerja. Stres merupakan stimulus, respon, kaitan antara manusia dan pemicu stres seiring dengan interaksi antara manusia terhadap lingkungannya (Zenivansari & Dewanti, 2024). Pengertian ini menjelaskan bahwa stres sebagai reaksi umum tubuh terhadap semua tekanan, baik yang menguntungkan maupun yang tidak menguntungkan respon negatif. Yogisutanti (2019) dalam penelitian berjudul Pencegahan Kelelahan Kerja dan Stres Kerja pada Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Desa Babakan Kecamatan Ciparay Kabupaten Bandung menyatakan bahwa kelelahan dan stres kerja tidak hanya dialami oleh pekerja di bidang industri tetapi juga dialami oleh para guru dan dosen yang bekerja di bidang jasa pendidikan. Hasil penelitiannya diketahui kelelahan dapat berpengaruh terhadap kinerja pendidik, selain itu pendidik juga mengalami stres kerja.

Adapun sumber stres itu sendiri bervariasi mulai dari tuntutan pekerjaan, perilaku agresif anak berkebutuhan khusus di sekolah, tanggung jawab yang besar terhadap anak berkebutuhan khusus, konflik dengan rekan kerja, kemampuan guru dalam beradaptasi menghadapi kesulitan belajar anak, memendam perasaan ketidakadilan atau ketidakpastian, kesulitan waktu, dan sumber daya yang belum memadai. Lebih lanjut proses adaptasi terhadap perubahan kurikulum, munculnya perasaan tidak berdaya, struktur sekolah dan manajemen terkait adanya siswa berkebutuhan khusus dalam kelas besar turut berperan menambah terjadinya stres yang dialami pendidik (Nur dkk., 2023). Selye menggolongkan stres menjadi dua tipe berdasarkan persepsi individu terhadap stres yang dialaminya. Pertama Selye menyebutnya dengan distres atau stres negatif sebagai sebuah keadaan yang tidak menyenangkan dan merusak, biasanya ditunjukkan dengan keadaan psikologis yang negatif, seperti perasaan cemas, ketakutan, khawatir, serta gelisah. Stres golongan kedua yaitu eustres atau stres positif. Stres ini diketahui dapat meningkatkan motivasi untuk melakukan sesuatu seperti dalam beraktivitas atau ketika individu melakukan pekerjaan (Nur dkk., 2024).

Stres kerja dapat berdampak negatif manakala pendidik tidak mampu mengatasi berbagai situasi yang terjadi. Dampak yang ditimbulkan dari stres ini dapat memengaruhi kreativitas dalam bekerja, memengaruhi interaksi pendidik dengan anak, kualitas kerja, bahkan efektivitas pendidikan. Oleh sebab itu *coping stress* diperlukan sebagai proses pemulihan dari situasi lelah, tidak nyaman, dan penuh tekanan menuju ke situasi yang lebih kondusif. Terdapat dua tipe *coping* untuk menurunkan *stress* yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Individu yang menggunakan *problem-focused coping* biasanya langsung mengambil tindakan untuk memecahkan masalah atau mencari informasi yang berguna untuk membantu memecahkan masalah. Sedangkan *emotion-focused coping* lebih menekankan pada usaha untuk menurunkan emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah atau tekanan (Andriyani, 2014).

Berbagai situasi yang telah diulas pada beberapa alinea sebelum ini diketahui bahwa terdapat beberapa situasi sulit yang dialami oleh pendidik PAUD. Berkaitan dengan hal tersebut tim pengabdian kepada masyarakat (PKM) Fakultas Psikologi Universitas Semarang (USM) melihat diperlukan suatu upaya untuk mengatasi persoalan tersebut. Agar pendidik dapat menghadapi kesulitan-kesulitan dan hambatan yang ada, maka pendidik memerlukan kecerdasan dalam menghadapi hambatan, atau disebut juga *Adversity Quotient*. Stoltz (dalam Azizah & Djamhoer, 2021) menyatakan *adversity quotient* adalah kecerdasan menghadapi kesulitan atau hambatan yang dimiliki individu serta kemampuan bertahan dalam berbagai kesulitan hidup berikut tantangan yang dialami.

Adversity quotient juga merupakan kemampuan individu untuk menggerakkan tujuan hidup ke depan yang juga diketahui berperan dalam menentukan kesuksesan di masa mendatang.

Stoltz (dalam Juliani, 2019) dalam ulasannya juga menjelaskan bahwa *adversity quotient* merupakan kemampuan individu untuk bertahan menghadapi kesulitan, mengatasi kesulitan, serta mampu melampaui harapan-harapan atas kinerja berikut potensi yang dimiliki. Selanjutnya dijelaskan pula bahwa kesuksesan individu terutama ditentukan oleh cara yang dilakukan untuk merespon segala peristiwa atau persoalan yang dihadapi. Individu yang merespon kesulitan sebagai sesuatu yang sifatnya tetap, internal, dan dapat digeneralisasi ke bidang-bidang kehidupan lainnya cenderung akan mengalami kesulitan di berbagai bidang. Sebaliknya, individu yang menanggapi situasi-situasi sulit ditempatkan sebagai sesuatu yang sifatnya eksternal, sementara, dan terbatas cenderung dapat menikmati banyak manfaat, mulai dari kinerja sampai kesehatan.

Keberhasilan pendidik dalam melaksanakan tugas, peran, dan tanggung jawabnya ditentukan oleh kecerdasan adversitas atau *adversity quotient* pada pendidik. *Adversity quotient* menjadi salah satu faktor penentu yang dapat mempengaruhi pendidik mengatasi masalahnya dan juga sangat menentukan keberhasilannya dalam menjalankan tugas, peran maupun tanggung jawabnya. Berdasarkan hal tersebut *adversity quotient* pada pendidik merupakan kemampuan seorang pendidik untuk bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan pada saat melakukan aktivitas serta kemampuan melakukan penyesuaian terhadap situasi sulit demi mencapai keberhasilan anak sebagai peserta didik. Pelatihan ini diharapkan mampu mengatasi berbagai persoalan yang dihadapi oleh mitra kegiatan PKM yaitu pendidik PAUD.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pelatihan yang dilakukan oleh tim pengabdian disusun berdasarkan alur berikut ini.

1	Riset & Asesmen Awal	2	Penyusunan Proposal	3	Koordinasi Mitra	4	Pelaksanaan Program	5	Luaran
---	----------------------	---	---------------------	---	------------------	---	---------------------	---	--------

Gambar 1. Alur Kegiatan Pengabdian Tim PKM Fakultas Psikologi USM

1. Asesmen Awal

Tim PKM Fakultas Psikologi USM melakukan asesmen untuk menemukan situasi-situasi yang dialami oleh pendidik PAUD, membagikan kuesioner, melakukan wawancara, serta berdiskusi untuk menemukan topik yang sesuai dengan kebutuhan dan menentukan mitra pengabdian.

2. Penyusunan Proposal

Tim PKM Fakultas Psikologi USM menyusun proposal PKM berdasarkan temuan asesmen awal untuk diajukan kepada mitra pengabdian.

3. Koordinasi Mitra

Tim PKM Fakultas Psikologi USM bersama mitra pengabdian menyepakati kerja sama terkait kegiatan PKM yaitu Pelatihan kepada Pendidik HIMPAUDI Kota Semarang yang meliputi peserta kegiatan, waktu pelaksanaan dan tempat kegiatan.

4. Pelaksanaan Program

Program kegiatan pelatihan *adversity quotient* dilaksanakan dalam dua sesi. Sesi pertama, ceramah dengan materi ABC dan ceramah sesi kedua tentang Penenangan dan Pemfokusan. Setiap sesi materi berakhir, tim pengabdian memberikan *ice breaking* kepada peserta pelatihan. Selama pelatihan, peserta menerima form *pretest* dan *posttest* terkait kegiatan.

5. Luaran

Luaran kegiatan pengabdian ini berupa modul pelatihan dan karya rekaman video yang telah diHKI-kan, laporan kegiatan pengabdian, dan artikel jurnal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan berlangsung mulai pukul 09.00-12.00 di Gedung T.3.2. yang diikuti oleh 50 peserta. Peserta yang hadir terdiri dari 50 pendidik yang ditentukan berdasarkan metode pengambilan sampel kuota dari berbagai kecamatan, yaitu Kecamatan Banyumanik, Kecamatan Candisari, Kecamatan Gajahmungkur, Kecamatan Gayamsari, Kecamatan Genuk, Kecamatan Gunungpati, Kecamatan Ngaliyan, Kecamatan Pedurungan, Kecamatan Semarang Selatan, Kecamatan Semarang Tengah, Kecamatan Semarang Timur, Kecamatan Semarang Utara, Kecamatan Tembalang, dan Kecamatan Semarang Barat. Adapun dari 50 peserta, 10 peserta di antaranya berasal dari Pengurus Daerah HIMPAUDI Kota Semarang. Kehadiran peserta dimulai sejak pukul 08.45 untuk registrasi hingga kegiatan dimulai pada pukul 09.00. Sebelum memasuki ruang kegiatan pelatihan, peserta mengisi daftar hadir, menerima seminar kit, dan *snack doos* serta *form pre-test*.



Gambar 2. Antusiasme Peserta Menyimak Paparan Materi

Selama kegiatan berlangsung, peserta tampak antusias dan bersungguh-sungguh mengikuti proses pelatihan terlebih pada waktu pembagian tugas kelompok, beberapa kelompok terpilih yang diminta untuk mempresentasikan hasil diskusinya mampu membuat suasana semakin meriah dan menyenangkan. Hal yang sama juga terjadi pada waktu dua peserta senior menceriterakan pengalaman kerja terkait suka dan duka menjadi pendidik sampai akhirnya satu dari dua peserta tersebut mendirikan dan mengelola PAUD sendiri. Kegiatan pelatihan ini berhasil membuka wawasan pada pendidik PAUD dan menjadi penguatan positif yang mampu memotivasi peserta lain bersemangat menghadapi berbagai persoalan yang ada dan menjadikan persoalan sebagai peluang menjadi lebih baik dan lebih kuat. Sebelum kegiatan berakhir, peserta kembali menerima *form post-test*.



Gambar 3. Feedback Kelompok

Hasil penghitungan kegiatan pelatihan dengan menggunakan Uji T (Wilcoxon Test) diketahui sebagai berikut.

Tabel 1. Tabel Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-Test - Pre-Test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	50 ^b	25.50	1275.00
	Ties	0 ^c		
	Total	50		

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

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa seluruh responden ($N = 50$) mengalami peningkatan skor post-test dibandingkan skor pre-test, yang ditunjukkan oleh Positive Ranks sebanyak 50 responden dengan rata-rata peringkat sebesar 25,50 dan total peringkat 1275,00. Tidak ada responden yang memiliki skor post-test lebih rendah dari pre-test (Negative Ranks = 0) maupun skor yang sama antara pre-test dan post-test (Ties = 0). Hal ini menunjukkan bahwa seluruh responden menunjukkan hasil belajar yang meningkat setelah pelaksanaan intervensi.

Tabel 2. Tabel Test Statistics

Post-Test - Pre-Test	
Z	-6.187 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

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

Selanjutnya, hasil uji statistik yang disajikan dalam Tabel 2 menunjukkan nilai $Z = -6,187$ dengan tingkat signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,000. Nilai ini lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05 yang mengindikasikan bahwa peningkatan skor antara *pre-test* dan *post-test* adalah signifikan secara statistik.

Berdasarkan tabel tersebut diketahui bahwa kegiatan pelatihan yang diselenggarakan efektif memberikan kontribusi dari segi pemahaman terhadap situasi dan persoalan yang dihadapi pendidik, baik yang berasal dari peserta didik, dari orang tua/wali, Lembaga maupun dari diri sendiri. Pendidik PAUD yang semula tergolong kewalahan menghadapi rutinitas, merasa serba kurang mampu menghadapi masalah, lelah dengan tuntutan administrasi yang mengganggu fokus utama pekerjaan bahkan menjadi rentan konflik, melalui kegiatan ini telah mengubah cara pandang dan mendapatkan pemahaman lebih baik dalam menghadapi beragam persoalan yang terjadi. Pelatihan *adversity quotient* telah membuat pendidik lebih terbuka wawasannya dan semakin meyakini bahwa setiap persoalan ada solusinya meskipun ini membutuhkan kemampuan bertahan dalam situasi sulit dan tetap bersemangat mencari penyelesaian melalui usaha-usaha yang dapat mengubah kesulitan menjadi peluang agar dapat diatasi dengan sebaik mungkin.

Sebagaimana yang diuraikan oleh Ronnie (Astuti, 2023) bahwa melalui *adversity quotient* seseorang ditempa kemampuannya untuk tidak berputus asa dan memiliki sebuah kebulatan hati mengatasi persoalan. Kemudahan dan kesulitan merupakan realitas yang harus dihadapi untuk mendapatkan jalan-jalan kemudahan agar dapat menyikapi beragam kesulitan sesuai situasi dan kondisinya. Sejalan dengan Ronnie, penelitian yang dilakukan oleh Firdaus dkk., (2019) diketahui bahwa efektivitas pengajaran pada guru dapat ditingkatkan melalui *adversity quotient* yang dimiliki,

dibuktikan dengan peran kecerdasan adversitas 37,80% dalam pengajaran. Lebih lanjut Mangansige & Wibowo (2020) dalam penelitian mengenai Gambaran Adversitas pada Guru Pembimbing Khusus diketahui *adversity quotient* memiliki peran dalam kehidupan sehari-hari, yaitu dapat menimbulkan daya saing, produtivitas, kreativitas, motivasi, pengambilan resiko, perbaikan, ketekunan, belajar, merangkul perubahan, dan keuletan. Selain itu ditegaskan pula bahwa untuk memahami situasi, persoalan, dan kesulitan yang dihadapi perlu dilakukan pemilahan tentang situasi sulit yang dimaksud, penyebab situasi sulit, dampak situasi sulit, strategi, karakter partisipan, dan dukungan sosial. Keenam hal tersebut jika diketahui dengan baik maka langkah-langkah yang diupayakan untuk mengatasi persoalan akan efektif mengatasi masalah yang terjadi.

Sukardewi dkk. (2013) melalui penelitiannya yang berjudul Kontribusi *adversity quotient*, etos kerja, dan budaya organisasi terhadap kinerja guru SMA Negeri di Kota Amlapura diketahui bahwa *adversity quotient* sangat berpengaruh terhadap motivasi guru dalam menyelesaikan tugas-tugasnya dan menjadi kunci utama guru dalam mengantarkan siswa pada keberhasilan. Berdasarkan hal tersebut *adversity quotient* secara tidak langsung dapat memberikan pengaruh pada kinerja guru itu sendiri. Sikap profesionalisme juga dapat diketahui melalui kemampuan *adversity quotient* yang ditampilkan oleh pendidik. Pada penelitian Weno dan Matulessy (2016) serta penelitian Budiani dkk. (2014) diketahui *adversity quotient* memiliki porsi besar terhadap sikap profesionalitas dan dapat mengiringi guru pada karakter yang kuat, seperti menjadi teladan, kharismatik dan inspirasi.

SIMPULAN

Kegiatan pelatihan *adversity quotient* yang dilaksanakan telah berkontribusi secara efektif kepada pendidik PAUD. Pendidik lebih terbuka wawasannya dan mampu memiliki pemahaman lebih baik berkaitan dengan anak sebagai peserta didik, orang tua/wali, Lembaga, maupun diri sendiri, bahkan dengan rekan sesama pendidik serta tuntutan administratif yang acapkali melelahkan. Bahwasanya setiap persoalan ada solusinya semakin diyakini oleh pendidik dan oleh sebab itu dibutuhkan kemampuan untuk bertahan sambil mencari solusi terbaik. Adapun untuk menjadi pribadi tangguh, pendidik perlu menjaga semangat, tenang, dan tidak putus asa mencari penyelesaian atas semua persoalan yang dihadapi bahkan dengan mengubah persoalan sebagai peluang maka hasil yang dicapai lebih optimal.

SARAN

Adapun saran yang dapat diberikan yaitu 1) memperluas cakupan sampel dengan cara melibatkan Pendidik PAUD dari wilayah lain di luar HIMPAUDI Kota Semarang sehingga hasil kegiatan dapat digeneralisasikan dan bermanfaat secara lebih luas, 2) instrumen kegiatan pengabdian telah diuji validitas dan reliabilitas, dan 3) menerapkan metode pelatihan secara lebih inovatif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini dibiayai oleh LPPM USM, oleh sebab itu Tim PKM menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan memberikan bantuan sehingga kegiatan terselenggara dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada mitra pengabdian yaitu HIMPAUDI Kota Semarang khususnya Pendidik PAUD atas kesediaan, kepercayaan, dan partisipasinya selama kegiatan berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

Andriyani, J. (2014). Coping Stres pada Wanita Karier yang Berkeluarga. *Jurnal Al-Bayan: Media Kajian dan Pengembangan Ilmu Dakwah*, 20(2).

Astuti, S. (2023). *Strategi Meningkatkan Produktivitas Kerja Dosen: Pendekatan Riset terhadap Kemampuan Perencanaan Strategi, Adversity Quotient, dan Pemberdayaan* (Cetakan 1). Malang: Media Nusa Creative.

Azizah, A. N. N., & Djamhoer, T. D. (2021). Studi Deskriptif Adversity Quotient pada Guru PG/TK X Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 12–17. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i1.88>

Budiani, I. A. P., Dantes, N., & Dantes, K. R. (2014). Determinasi Kecerdasan Emosional Dan Adversity Quotient (Aq) Terhadap Sikap Profesional Ditinjau Dari Status Profesi Guru SMP Di Kecamatan Buleleng Kabupaten Buleleng. *Jurnal Pendidikan Dasar Ganesha*, 4(1).

Firdaus, Y., Sumardi, S., & Istiadi, Y. (2019). Efektivitas Pengajaran Guru ditinjau dari Adversity Quotient dan Integritas. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 7(1), 700–706. <https://doi.org/10.33751/jmp.v7i1.954>

Juliani, M. (2019). Kecerdasan Adversitas sebagai Salah Satu Faktor Penentu dalam Mengoptimalkan Pencapaian Target Kompetensi Asuhan Kebidanan. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 2(2), 48–52. <https://doi.org/10.23887/ijnse.v2i2.17149>

Mangansige, I., & Wibowo, D. H. (2020). Antara Tanggung Jawab dan Karir (Gambaran Adversity Quotient pada Guru Pembimbing Khusus). *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 4(3), 283–296. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v4i3.2876>

Novitasari, & Permatasari, N. (2022). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Ahlimedia Press.

Nur, M., Kurnaedi, N., Surya, H., Mutiarahmah, L., & Khairunnisa, N. (2024). Pelatihan Strategi Coping Stress (Problem and Emotion Focused) untuk Guru PAUD dalam Menangani Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Reguler. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 9(4), 982–990. <https://doi.org/10.30653/jppm.v9i4.1075>

Nur, M., Sari, N., & Surya, H. (2023). Coping Stress Guru PAUD di Sekolah Reguler yang Menangani Peserta Didik Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 6730–6740. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.5466>

Sukardewi, D. N., Dantes, N., & Natajaya, I. N. (2013). Kontribusi Adversity Quotient (AQ), Etos Kerja, dan Budaya Organisasi terhadap Kinerja Guru SMA Negeri di Kota Amlapura. *Jurnal Administrasi Pendidikan Indonesia*, 4(1).

Weno, J. H., & Matulessy, A. (2016). Adversity Quotient, Komitmen Kerja dan Kreativitas Guru SD Kelas satu. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(02). <https://doi.org/10.30996/persona.v4i02.558>

Yogisutanti, G. (2019). Pencegahan Kelelahan Kerja dan Stres Kerja pada Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Desa Babakan Kecamatan Ciparay Kabupaten Bandung. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1).

Zenivansari, B. G., & Dewanti, R. (2024). Gambaran Stress Kerja pada Guru TK dan PAUD di Ikatan Guru Raudhatul Athfal (IGRA) Kec. Porong Kab. Sidoarjo. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(5), 4513–4523. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i5.4322>