

## ABSTRAK

### Perbedaan *Adversity Quotient (AQ)* Antara Meditator dan Non Meditator

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan *Adversity Quotient (AQ)* antara meditator atau kelompok subjek yang melakukan latihan meditasi dengan non meditator atau kelompok subjek yang tidak mempunyai pengetahuan tentang latihan meditasi dan tidak mempraktekkan latihan meditasi dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini memiliki dua variabel, yaitu latihan meditasi sebagai variabel bebas dan *Adversity Quotient (AQ)* sebagai variabel tergantung. Usia dan lama waktu untuk berlatih meditasi menjadi variabel kontrol dalam penelitian ini.

Jumlah total subjek dalam penelitian ini 40 orang yang terdiri dari 20 orang peserta latihan meditasi di Anand Krishna Centre (AKC) Jogjakarta dan 20 orang subjek orang yang belum pernah melakukan latihan meditasi.

Proses pengumpulan data penelitian menggunakan adaptasi skala pengukuran *Adversity Quotient Response Profile (ARP) Quick Take<sup>TM</sup>* Paul G Stoltz. Skala ini terdiri dari 60 aitem. Estimasi reliabilitas dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor aitem dengan skor total tiap aspek. Untuk mengetahui aitem yang reliabel dan yang tidak reliabel adalah dengan membandingkan r hasil perhitungan tiap butir aitem dengan r tabel. R tabel penelitian ini adalah 0,2070. Dari proses estimasi reliabilitas ini diperoleh 33 aitem yang reliabel dan 27 aitem yang tidak reliabel.

Data penelitian dianalisis dengan menggunakan uji beda dua sampel bebas Mann-Whitney. Angka z hitung dari hasil prosedur statistik ini adalah 0,556 (z hitung < z tabel) dan nilai probabilitas yang diperoleh adalah 0,578 ( $p > 0,05$ ).  $H_0$  diterima. Artinya adalah tidak ada perbedaan *Adversity Quotient (AQ)* antara meditator dan non meditator.

## ABSTRACT

### The Adversity Quotient (AQ) Difference between Meditator and Non Meditator

This research aimed to know whether there was a difference or there was no difference of the Adversity Quotient (AQ) between meditator or group of people who do meditation and non meditation or group of people who do not know anything about meditation and do not practise it in daily life. The research had 2 variable, those were the meditation training as the independent variable and the Adversity Quotient (AQ) as the dependent variable. Age and the duration of practising meditation was the control variable.

There were 40 participants in the research, 20 of whom were the members of meditation training in Anand Krishna Centre (AKC) Jogjakarta and 20 of whom were the participants who had not ever taken any meditation training.

The data collection of the research used Adversity Quotient Response Profile (ARP) Quick Take™ Paul G Stoltz as the measuring scale. The scale consists of 60 items. The reliability was estimated by correlating the score of item to the total score of each aspect. To know the reliable items and the unreliable items, the researcher compared the calculation result of each item  $r$  to the  $R$  table. The  $R$  table of the research was 0, 2070. From the reliability estimation, the research found 33 reliable items and 27 unreliable items.

The data analysis was conducted by Mann-Whitney test. The  $z$  count of statistical procedure was 0, 556 ( $z$  count <  $z$  table) and the probability score was 0, 578 ( $p > 0, 05$ ).  $H_0$  was accepted. The meaning of the result analysis was that there is no difference of Adversity Quotient (AQ) between the meditator and the non meditator.