

**HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN KECEMASAN  
MENGHADAPI SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI  
PSIKOLOGI  
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Strata Satu Psikologi**

**Disusun Oleh:**

**Mohammad Rizky Ardiansyah**

**NIM. 07710024**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2011**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda dibawah ini adalah :

Nama : Mohammad Rizky Ardiansyah

NIM : 07710024

Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi saya adalah asli hasil karya peneliti sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Yogyakarta, 14 Juni 2011

Yang menyatakan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KAHMAD  
YOGYAKARTA



Mohammad Rizky A.

NIM. 07710024

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Prof. Dr. Dudung Abdurrahman  
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Kepada Yth :  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial  
dan Humaniora  
UIN Sunan Kalijaga  
Di Yogyakarta

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah memeriksa, mengarahkan dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing, saya menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Mohammad Rizky Ardiansyah

NIM : 07710024

Prodi : Psikologi

Judul : Hubungan Antara *Adversity Quotient* Dengan Kecemasan Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

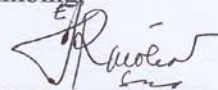
Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata satu Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah,

Demikian atas perhatiannya terima kasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 14 Juni 2011  
Pembimbing



Erika S. Kusumaputri, M.Si  
NIP. 19750514 2005 01 2 004

## MOTTO

“Dan Infakkanlah (hartamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu

Jatuhkan (diri sendiri) kedalam kebinasaan, dan berbuat baiklah. Sungguh, Allah

munyukai orang-orang yang berbuat baik.

(QS. Al Baqarah: 195)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



**PENGESAHAN SKRIPSI**

Nomor : UIN.02/DSH/PP.00.9/929 B/2011

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

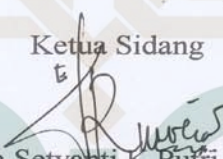
Yang dipersiapkan dan disusun oleh :  
Nama : Mohammad Rizky Ardiansyah  
NIM : 07710024

Telah dimunaqosyahkan pada : Kamis, tanggal : 23 juni 2011  
dengan nilai : 87.33(A/B)

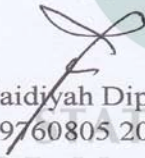
Dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga

**PANITIA UJIAN MUNAQOSYAH :**

Ketua Sidang

  
Erika Setyanti K Putri, M.Si  
NIP.19750514 200501 2 004

Penguji I


  
Satih Saidiyah Dipl. Psy., M.Si  
NIP. 19760805 200501 2 003

Penguji II

  
Zidni Immawan Muslimin, M.Si  
NIP. 19680220 200801 1 008.

Yogyakarta, 06 Juni 2011  
UIN Sunan Kalijaga  
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

DEKAN

  
Prof. Dr. Djuang Abdurahman, M.Hum  
NIP. 19630306 198903 1 010



## Halaman Persembahan

Karya sederhana ini aku persembahkan untuk

Bapak Ibuku tercinta

Semoga bapak ibuk selalu diberi kesehatan dan panjang umur

Semoga selalu diberikan kekuatan, kesabaran, dan keikhlasan

Dalam menjalani kehidupan ini

Dan yang paling penting semoga bapak cepat diberikan

kesembuhan dan bisa beraktifitas seperti dulu, amiin...

Buat Mas Adhi Baskoro Kurniawan,

yang sabar dulu ya di tempat kerja yang sekarang.

Karena itu adalah salah satu ujian dari Allah SWT.

Semoga nanti bisa jadi pegawai tetap, amiin...

Buat Mbak Lucky 'n Mas Soma semoga menjadi keluarga sakinah,

mawaddah, wa rahmah. Dan cepat dikasih momongan, hehe..

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PRAKATA

Alhamdulillah rabbil 'alamin, puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas ridho-Nya akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul Hubungan Antara *Adversity Quotient* Dengan Kecemasan Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Proses penyusunan skripsi ini tidak sekedar pemenuhan tugas akhir sebagai syarat untuk memperoleh derajat kesarjanaan Strata 1, namun lebih pada suatu proses yang memperluas wawasan, memperkaya bathin dan menambah bekal peneliti dalam menghadapi masa depan.

Terima kasih yang sebesar-besarnya penulis berikan kepada semua pihak yang telah membantu dalam terwujudnya skripsi ini:

1. Bapak Prof. Dr. Dudung Abdurrahman, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Benny Herlena. M.Si selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Kepada seluruh jajaran dosen di prodi psikologi, Bapak Benny Herlena, Ibu Erika Setyanti Kusumaputri, Ibu Satih Saidiyah, Ibu Retno Pandan Arum Kusumowardhani, Ibu R. Rachmy Diana, Bapak Zidni Imawan Muslim, Ibu Maya Fitria, Ibu Pihasnawati.

4. Ibu Erika S. Kusumaputri, M.Si, selaku Dosen Pembimbing skripsi yang senantiasa telah membimbing dan memberikan motivasi kepada saya untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Satih Saidiyah, Dipl.Psy., M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik serta sebagai penguji 1, dengan masukan dan saran yang telah ibu berikan dalam rangka membimbing dan mengarahkan jalan studi peneliti dari awal kuliah sampai selesai.
6. Bapak Zidni Immawan, M.Si selaku penguji 2, terima kasih atas seluruh masukan dan saran yang telah diberikan.
7. Kepada seluruh staf Tata Usaha, Pak Kamto, Bu Upik, Bu Nurita, Pak Widodo, dan yang lainnya yang tidak hafal namanya semua. Terima kasih telah bersedia membantu dalam kelancaran penyusunan skripsi ini.
8. Bapakku Bambang Sutedjo dan ibukku Siti Maemunah yang selalu memberikan motivasi dan arahan serta telah ikhlas selalu memberikan kasih sayang, kasih sayangmu sangatlah berharga dan tak akan tergantikan dengan apapun. Semoga dengan karya sederhana anakmu ini dapat memberikan kebahagiaan, ketentraman jiwa, dan untuk bapak semoga cepat sembuh total dan selalu diberikan kesehatan dan panjang umur untuk bapak ibu tercinta, amiiin...
9. Kakakku tercinta Adhi Baskoro Kurniawan yang tidak henti-hentinya memberikan motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
10. Mbak Lucky Ardiana Febriani dan Mas Sauma Adi Kertapati, selamat yo pabdhe sampeyan udah lulus S2, dan aku juga bisa lulus S1. Dan terima kasih



karena selalu mengingatkanku untuk selalu memiliki semangat dalam menjalani hidup ini.

11. Sahabatku dari kecil sampai saat ini dan mudah-mudahan bisa sampai akhir hayat UUL "doel", EMA, OVI "cepik". Makasih ya atas doa kalian semua akhirnya bisa terselesaikan skripsi ini. Kalian adalah sahabatku yang tak akan tergantikan untuk selamanya...
12. Untuk Pakdheku teristimewa pakde Prof. DR. Siswanto Masruri HS, MA, terima kasih telah membantu demi kelancaran skripsi ini.
13. Buat om lukman dan bulek indah maturnuwun ya telah mau menjadi "orang tuaku" yang kedua di sini.
14. Seluruh mahasiswa Fishum khususnya Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dari seluruh angkatan. Terima kasih telah bersedia untuk bekerjasama. Dan semoga buat teman-teman yang selalu diberikan kelancaran dan kemudahan dalam mengerjakan skripsinya, dan yang pasti bisa cepat lulus trus wisuda "gentian nyusul aku ya", hhehee... ^\_^...
15. Teman-teman Psikologi angkatan 2007 Hunter "kota gede", Fadli "padang", Yoga, Zaenal, Fathur, Riduan, Dewi, Luthfi, Hasna, Zahro, Ammy, Andi, Gunawan, Bagus, Syahid, Fared, Kurniadi, Abbas, Kiki, Yuyun, Dita, Annisa, Dian, Liza, Ida, Fatimah, Nia, Uli, Ana, Widya, Ifa, Hany, Zela, Maya, Indah, Fitri, Lika, Yanti, Ari, Novi, Phia, Iffa, Arie, Farid, pokoknya buat semuanya yang gak bisa aku sebut namanya satu 1. Aku seneng punya teman seperti kalian semua. Pokoknya bagi udah lulus bisa cepat dapat kerjaan, dan bagi yang belum lulus semoga cepat wisuda.

Akhirnya peneliti sampaikan rasa terimakasih yang dalam kepada teman-teman dan semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah memberikan, dukungan, bantuan dan perhatian kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan studi ini dengan baik.

Yogyakarta, 14 Juni 2011

Peneliti,

Mohammad Rizky A.

NIM. 07710024



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>12</b>
A. Kecemasan.....	12
1. Pengertian Kecemasan.....	12
2. Aspek-aspek Kecemasan.....	14
3. Jenis-Jenis Kecemasan.....	16
4. Gejala-Gejala Kecemasan.....	16
5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	18

6. Kecemasan Menghadapi Skripsi.....	20
B. <i>Adversity Quotient</i> .....	21
1. Pengertian <i>Adversity Quotient</i> .....	21
2. Teori-Teori <i>Adversity Quotient</i> .....	24
3. Aspek-Aspek <i>Adversity Quotient</i> .....	29
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Adversity Quotient</i> .....	30
5. Kategori Respon <i>Adversity Quotient</i> .....	32
C. Hubungan Antara <i>Adversity Quotient</i> dengan Kecemasan Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa.....	33
D. Hipotesis.....	37
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b> .....	38
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	38
B. Definisi Operasional.....	38
1. Kecemasan menghadapi skripsi.....	38
2. <i>Adversity Quotient</i> .....	39
C. Populasi dan Sampel.....	40
D. Metode Pengumpulan Data.....	41
1. Skala Kecemasan Menghadapi Skripsi.....	42
2. Skala <i>Adversity Quotient</i> .....	44
E. Validitas dan Reliabilitas.....	46
F. Metode Analisis Data.....	47
<b>BAB IV. HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN</b> .....	49
A. Orientasi Kancan.....	49
B. Persiapan Penelitian.....	52
1. Proses Perizinan.....	52
2. Pelaksanaan Try Out.....	53
3. Hasil Try Out.....	53
a. Skala Kecemasan Menghadapi Skripsi.....	54

b. Skala <i>Adversity Quotient</i> .....	57
c. Seleksi Aitem.....	60
d. Uji Reliabilitas.....	61
C. Pelaksanaan Penelitian.....	62
D. Analisis Data.....	63
1. Uji Normalitas.....	63
2. Uji Linearitas.....	64
3. Kategorisasi individu pada masing-masing skala.....	65
4. Uji Hipotesis.....	70
E. Pembahasan.....	70
BAB V. PENUTUP.....	75
A. Kesimpulan.....	75
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	80

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sebaran aitem skala Kecemasan menghadapi skripsi .....	43
Tabel 2. Sebaran aitem skala <i>Adversity Quotient</i> .....	45
Tabel 3. Daftar mahasiswa yang menempuh skripsi pada semester II TA 2010/2011 .....	50
Tabel 4. Daftar mahasiswa yang sudah lulus .....	50
Tabel 5. Jumlah mahasiswa total dari TA 2005 – 2010.....	50
Tabel 6. Prosentase mahasiswa yang sudah lulus dengan jumlah total mahasiswa Angkatan 2005-2007 .....	51
Tabel 7. Sebaran aitem skala kecemasan menghadapi skripsi ( <i>sebelum try out</i> ) .....	55
Tabel 8. Daftar aitem gugur skala kecemasan menghadapi skripsi.....	55
Tabel 9. Sebaran aitem skala kecemasan menghadapi skripsi ( <i>setelah try out</i> ) .....	56
Tabel 10. Sebaran aitem skala <i>adversity quotient</i> .....	58
Tabel 11. Daftar aitem gugur skala <i>adversity quotient</i> .....	59
Tabel 12. Sebaran aitem skala <i>adversity quotient</i> ( <i>setelah try out</i> ).....	59
Tabel 13. Reliabilitas skala kecemasan menghadapi skripsi dan skala <i>adversity quotient</i> setelah <i>try out</i> .....	62
Tabel 14. Hasil uji normalitas skala kecemasan menghadapi skripsi dan skala	

<i>adversity quotient</i> .....	64
Tabel 15. Hasil Uji Linearitas.....	65
Tabel 16. Deskripsi statistik nilai kecemasan menghadapi skripsi dan <i>adversity quotient</i> .....	66
Tabel 17. Kategori nilai kecemasan menghadapi skripsi.....	67
Tabel 18. Kategori <i>adversity quotient</i> .....	69



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala , Skor Data, dan Analisis Try Out .....	80
A.1. Skala <i>Try Out</i> Kecemasan Menghadapi Skripsi.....	81
A.2. Skala Try Out <i>Adversity Quotient</i> .....	81
A.2. Skor Data <i>Try Out</i> Skala Kecemasan Menghadapi Skripsi ..	81
A.3. Skor Data <i>Try Out</i> Skala <i>Adversity Quotient</i> .....	85
A.4. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Try Out</i> Kecemasan Menghadapi Skripsi.....	89
A.5. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Adversity Quotient</i> .....	96
Lampiran B Skala, Skor Data, dan Analisis Data Penelitian .....	101
B.1. Skala Penelitian Kecemasan Menghadapi Skripsi .....	102
B.2. Skala Penelitian <i>Adversity Quotient</i> .....	102
B.3. Data Skor Skala Penelitian Kecemasan Menghadapi Skripsi .	102
B.4. Data Skor Skala Penelitian <i>Adversity Quotient</i> .....	106
B.5. Deskripsi Data .....	110
B.6. Histogram .....	114
B.7. Kategorisasi Kecemasan menghadapi Skripsi.....	116
B.8. Kategorisasi <i>Adversity Quotient</i> .....	117
B.9. Uji Normalitas.....	118
B.10. Uji Linieritas .....	119
B.11. Kurva Linier.....	121
B.12. Uji Hipotesis .....	122
Lampiran C. Surat Keterangan Penelitian .....	123



**HUBUNGAN ANTARA ADVERSITY QUOTIENT DENGAN  
KECEMASAN MENGHADAPI SKRIPSI PADA MAHASISWA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UIN SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel tergantung, yaitu Kecemasan Menghadapi Skripsi pada mahasiswa dengan variabel bebas yaitu *Adversity Quotient*. Subjek penelitian adalah mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang sedang menghadapi skripsi. Keseluruhan subjek berjumlah 60 orang. Teknik pengambilan sampel penelitian dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Alat Pengumpulan data menggunakan skala kecemasan dan skala *adversity quotient*. Analisis data dengan menggunakan teknik korelasi dari *Pearson's product moment* dengan program *SPSS 16.00 for Windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa. Hal ini ditunjukkan koefisien korelasi ( $r$ ) yang negatif sebesar  $-0.651$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0,01$ ) dengan demikian hipotesis diterima. Sumbangan efektif *adversity quotient* terhadap kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa ditunjukkan dengan koefisien determinan ( $r^2$ ) sebesar  $0,423$  yang artinya terdapat  $42,3\%$  pengaruh *adversity quotient* terhadap kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa, sedangkan  $57,7\%$  adalah pengaruh faktor lain.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Kata kunci : *Adversity quotient*, kecemasan menghadapi skripsi.

***THE CORRELATION BETWEEN ADVERSITY QUOTIENT WITH ANXIETY FACING THESIS ON COLLEGE STUDENT PSYCHOLOGICAL STUDIES PROGRAM UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA***

***ABSTRACT***

*The aims of this research to determine the correlation between anxiety facing thesis on college student as dependent variable with adversity quotient as independent variable. The subjects were students of Psychology Studies Program Faculty of Social Sciences and Humanities UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, which is anxiety facing a thesis. The whole subject of numbered 60 students. The sampling technique study using purposive sampling technique*

*This study uses quantitative methods. The data was collected by using scale of anxiety and adversity quotient. Data analysis using the technique of Pearson's correlation product moment with 16.00 SPSS for Windows. The results of this research indicate that there was a negative correlation between adversity quotient with thesis on college student facing anxiety, with correlation coefficient ( $r$ ) was negative at  $-0.651$  with  $p=0,000$  ( $p<0,01$ ) it means that hypothesis was accepted, effective contribution of adversity quotient to anxiety facing thesis on college student shown with determinant coefficient ( $r^2$ ) of  $42,3\%$  the influence of adversity quotient to anxiety facing thesis on college student, while as many  $57,7\%$  is influence by other factor.*

*Keywords: adversity quotient, anxiety faced thesis*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa dan bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 Tentang Sisdiknas).

Dunia pendidikan Indonesia di masa mendatang akan menghadapi kendala dan tantangan yang semakin kompleks. Globalisasi yang sudah berada di depan mata merupakan pemicu bagi insan pendidikan untuk dapat meningkatkan kinerjanya. Kenyataan yang tidak dapat dipungkiri akan kemajuan yang telah di raih dalam sektor pendidikan, yaitu dalam bentuk peningkatan sumber daya manusia dan upaya mencerdaskan kehidupan bangsa telah memperlihatkan banyak kemajuan. Hanya dengan sumber daya yang tangguh dan berkualitas itulah, bangsa Indonesia bisa menyongsong masa depan dengan kepercayaan diri yang baik (Marseto, 2007).

Perguruan tinggi merupakan satuan penyelenggara pendidikan tinggi yang merupakan kelanjutan dari pendidikan menengah di jalur pendidikan sekolah. Sedang orang yang belajar di perguruan tinggi dikenal sebagai mahasiswa (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1990). Perguruan tinggi di Indonesia pada prinsipnya bertujuan untuk menciptakan manusia-manusia yang berkualitas yang akan menjadi tulang punggung bangsa dan negara. Untuk mencapai tujuan tersebut, perguruan tinggi menyelenggarakan berbagai macam kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan (Undang-Undang RI nomor 2 tahun 1989 pasal 1). Menurut Purwanti (2008), perguruan tinggi harus berusaha meningkatkan kualitas pembelajaran agar sesuai dengan tuntutan zaman, karena perguruan tinggi dianggap sebagai jenjang pendidikan formal terakhir yang akan melepas individu untuk terjun langsung ke masyarakat dan menghadapi perkembangan zaman.

Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun (Monk, dkk, 2001). Pada usia tersebut mahasiswa mengalami masa peralihan dari remaja akhir ke dewasa awal. Selain itu juga, masa peralihan yang dialami oleh mahasiswa, mendorong mahasiswa untuk menghadapi berbagai tuntutan dan tugas perkembangan yang baru. Tuntutan dan tugas perkembangan mahasiswa tersebut muncul dikarenakan adanya perubahan yang terjadi pada beberapa aspek fungsional individu, yaitu fisik, psikologis dan sosial. Perubahan tersebut menuntut mahasiswa untuk melakukan penyesuaian diri (Gunawati, dkk, 2006).

Beban yang diemban mahasiswa makin berat karena di satu sisi ingin segera menyelesaikan kuliah agar tidak terbebani biaya, namun di sisi lain tidak mudah untuk segera menyelesaikan tugasnya. Salah satu beban yang selama ini dipandang sulit oleh mahasiswa adalah proses menyelesaikan skripsi. Skripsi merupakan perwujudan dari kemampuan meneliti calon ilmuwan pada jenjang program Sarjana (S1). Kedudukan penyusunan skripsi sebagai salah satu sistem evaluasi akhir di perguruan tinggi telah ditetapkan dan diatur dalam Peraturan Pemerintah No 30/1990 pasal 15 ayat (2) yaitu “Ujian dapat diselenggarakan melalui ujian semester, ujian akhir program studi, ujian skripsi, ujian tesis, dan ujian disertasi”. Pernyataan ini ditegaskan kembali pada pasal 16 ayat (1) yaitu ujian skripsi diadakan dalam rangka penilaian hasil belajar pada akhir studi untuk memperoleh gelar sarjana (Fatmah, 2004). Peraturan Pemerintah No. 30/1999 juga mengandung pengertian bahwa penyusunan skripsi sebagai tugas akhir bukanlah syarat mutlak kelulusan namun merupakan pilihan pihak perguruan tinggi, sehingga dapat diartikan bahwa prasyarat penyusunan skripsi adalah salah satu ciri suatu perguruan tinggi (Noor, 2004).

Bagi sebagian mahasiswa, mungkin skripsi dianggap sebagai momok yang menakutkan dan beban yang berat serta penghambat kelulusan (menjadi sarjana). Dalam kenyataannya, tidak sedikit para mahasiswa yang dapat menyelesaikan sekitar 140 SKS dalam 4 tahun, tetapi ketika harus mengerjakan skripsi yang berbobot 6 SKS, ternyata ada yang sampai dengan 4 semester baru selesai (Abidin, 2006). Lamanya waktu penulisan skripsi yang diberikan adalah selambat-lambatnya dua smester. Namun, pada kenyataannya masih banyak mahasiswa

yang mengerjakan skripsi lebih lama dari waktu yang telah ditentukan (Anton, 2007). Banyak faktor yang mungkin menyebabkan hal ini terjadi. Salah satunya adalah mahasiswa tersebut merasa bahwa pembuatan skripsi itu adalah susah, sehingga mereka membutuhkan waktu yang lebih lama dari yang diberikan.

Menurut Anton (2007), selama menuntut ilmu di perguruan tinggi mahasiswa diberikan waktu masa studi. Biasanya masa studi maksimal yang diberikan selama 6 tahun. Secara normal mahasiswa membutuhkan waktu hanya 4 tahun atau 8 semester untuk dapat menyelesaikan kuliahnya. Bagi mahasiswa yang melebihi waktu normal atau yang lebih dikenal dengan istilah mahasiswa tidak tepat waktu, tentunya akan mengalami tekanan yang berlebihan selama menuntut ilmu. Terutama lagi jika mereka sudah menghadapi masa-masa *deadline*, karena jika tidak dapat menyelesaikan kuliahnya dalam waktu yang tersisa maka mereka akan di *drop out*. Hal ini akan semakin dirasakan menekan pada saat-saat harus mengerjakan skripsi, karena waktu yang mereka miliki semakin sempit. Sementara itu, proses mengerjakan skripsi membutuhkan waktu yang tidak sebentar. Sehingga tidak dapat dipungkiri lagi bahwa sebagian dari mereka merasa seperti berkejar-kejaran dengan waktu. Kondisi seperti ini tentu dapat meningkatkan kecemasan yang mereka rasakan (Anton, 2007).

Kowalski (dalam Santrock, 2001) mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan yang samar, perasaan tidak nyaman yang tinggi berkaitan dengan ketakutan dan keprihatinan. Kecemasan memiliki dua elemen utama, yaitu ketakutan terhadap beban persyaratan eksternal dan yang dilihat sebagai sebuah

ancaman, dan kekhawatiran mengenai kapasitas untuk dapat menanggulangnya (Rogers, 1996).

Reaksi yang mendasari kecemasan adalah kewaspadaan terhadap sesuatu yang mungkin terjadi. Apabila rasa takut memicu otak emosional, maka bagian dari rasa cemas yang muncul akan memusatkan perhatian pada ancaman yang sedang dihadapi, memaksa pikiran untuk terus-menerus memikirkan bagaimana mengatasi permasalahan yang ada dan mengabaikan hal yang lain untuk beberapa waktu (Goleman, 2002). Kecemasan merupakan latihan terhadap sesuatu yang tidak baik dan mencari cara untuk dapat mengatasi masalah tersebut. Peran kecemasan adalah mencari pemecahan masalah secara positif terhadap resiko dalam kehidupan dengan mengantisipasi bahaya yang akan muncul sebelum bahaya yang ditakutkan tersebut terjadi.

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan kecemasan mengungkapkan bahwa orang-orang yang menderita kecemasan kronis lebih mudah gagal dalam pendidikan atau lapangan sekalipun memiliki skor tinggi pada kecerdasan lainnya. Disamping itu pada 126 studi lain mengenai kecemasan dengan kinerja akademis terhadap lebih dari 36.000 ditemukan bahwa semakin mudah cemas seseorang maka semakin buruk kinerja mereka (Goleman, 2002).

Berdasarkan hasil wawancara penulis kepada 4 orang mahasiswa Progam Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kaljaga yang sedang mengerjakan skripsi pada tanggal 25 Maret sampai 27 Maret 2011, menurut mereka penyelesaian skripsi merupakan tugas akhir yang dianggap paling berat karena skripsi sangat berbeda dengan proses penyelesaian matakuliah biasa di

kelas. Pengetahuan mahasiswa tentang teori-teori, penguasaan metodologi, penguasaan bahasa tulis ilmiah, dan ketersediaan sumber informasi. Hal tersebut telah membawa mahasiswa pada berbagai situasi dan kondisi yang tidak nyaman, salah satunya adalah para mahasiswa cemas jika mereka tidak bisa menyelesaikan skripsi sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Konsep *Adversity Quotient* yaitu merupakan indikasi atau petunjuk tentang seberapa kuat seseorang dalam menghadapi sebuah kesulitan dan bermanfaat untuk memperkirakan tentang seberapa besar kemampuan seseorang dalam menghadapi setiap kesulitan hidup dan ketidakmampuannya dalam menghadapi kesulitan tersebut (Stoltz, 2000).

Menurut Stoltz (2000) *adversity quotient* berakar pada bagaimana seseorang merasakan dan menghubungkan dengan tantangan-tantangan dalam hidup. Situasi sulit dan tantangan dalam hidup dapat diatasi dengan *adversity quotient* yang baik. Karena jika seseorang memiliki *adversity quotient* yang tinggi maka akan menjadikan seseorang memiliki kegigihan dalam hidup dan tidak mudah menyerah. Seseorang yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi akan membuat seseorang kebal akan ketidakberdayaan dan tidak mudah terjebak dalam kondisi keputusasaan. Namun sebaliknya, jika seseorang memiliki *adversity quotient* yang rendah maka seseorang akan mudah menyerah dan pasrah dalam menjalani kehidupan dan sering kali tidak berdaya dalam menghadapi kesulitan.

Stoltz (2000) menambahkan bahwa individu yang memiliki kemampuan untuk bertahan dan terus berjuang dengan gigih ketika dihadapkan dalam sebuah permasalahan hidup, penuh motivasi, dorongan, ambisi, antusiasme, semangat,



serta kegigihan yang tinggi dipandang sebagai individu yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi. Kemudian individu yang mudah menyerah dan pasrah begitu saja dengan keadaan, pesimistik, memiliki kecenderungan untuk senantiasa bersikap negatif dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki *adversity quotient* yang rendah.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *adversity quotient* (AQ) dengan kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa program studi psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *adversity quotient* (AQ) dengan kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa program studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian ini dapat menambah perbendaharaan ilmu pengetahuan pada bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Pendidikan khususnya yang berkaitan dengan *Adversity Quotient* dan Kecemasan.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi mahasiswa

Agar dapat membantu mahasiswa untuk lebih meningkatkan *adversity quotient* dan mengurangi tingkat kecemasan mahasiswa khususnya dalam hal pengerjaan skripsi.

### b. Bagi dosen pembimbing akademik

Agar dosen pembimbing senantiasa selalu membantu mahasiswa, memberikan dorongan bagi mahasiswa untuk segera menyelesaikan skripsinya, dan tidak bersikap *killer* pada mahasiswa, agar mahasiswa tidak takut atau khawatir ketika akan bertemu dengan dosen pembimbing.

### c. Bagi orang tua

Orang tua selalu memberikan dorongan bagi mahasiswa agar segera menyelesaikan skripsinya.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang hubungan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa psikologi sepengetahuan peneliti belum pernah diteliti sebelumnya. Namun ada beberapa penelitian sebelumnya yang mirip dengan penelitian ini. Beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki kemiripan dengan penelitian ini antara lain:

M. Anton Oktary Kurniawan (2007) dalam penelitiannya tentang Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang

Mengerjakan Skripsi. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh gambaran tentang hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sampel dalam penelitian ini menggunakan sebanyak 91 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan menggunakan 2 jenis kuesioner, yaitu kuesioner *self efficacy* dan kuesioner kecemasan. Hasil dari penelitian ini diperoleh bahwa *self efficacy* memiliki korelasi yang negatif dengan kecemasan mahasiswa saat mengerjakan skripsi.

Mutmainah (2005) dalam penelitiannya dengan judul hubungan antara kecemasan menghadapi tes dengan optimisme, religiusitas, dan dukungan sosial. Dilakukan di Madrasah Aliyah Assa'adah Bunga Gresik. Penelitian ini dilakukan dengan tiga tujuan yaitu pertama, untuk mengetahui apakah ada hubungan antara optimisme dengan kecemasan dalam menghadapi tes. Kedua, untuk mengetahui apakah ada hubungan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi tes. Dan ketiga, untuk mengetahui hubungan antara dukungan social dengan kecemasan menghadapi tes. Hasil penelitiannya adalah pertama, ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara optimisme dengan kecemasan menghadapi tes ( $r = -.171, p = .037$  and  $rX1y = -.0031, p = .040$ ). Kedua, ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi tes ( $r = -.213, p = .009$ , dan  $rX2y = -.0612, p = .015$ ). Ketiga, ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi tes ( $r = -.234, p = .004$  dan  $rX2y = -.1162, p = .006$ ). Keempat, ada hubungan antara

optimism, religiusitas, dan dukungan social dengan kecemasan menghadapi tes ( $F= 3.050, p = .031$ ).

Penelitian yang dilakukan oleh Siwi Kurniasari (2006) dengan judul pengaruh *adversity intelligence* (kecerdasan menghadapi rintangan) terhadap intensi berwirausaha pada siswa sekolah menengah kejuruan. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *adversity intelligence* dengan intensi berwirausaha pada siswa sekolah kejuruan. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa SMKN 7 Yogyakarta yang berjumlah 80 orang. Skala yang digunakan adalah skala *adversity intelligence* dan skala intensi berwirausaha, analisis yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment* dari Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara *adversity intelligence* dengan intensi berwirausaha. Koefisien korelasi sebesar 33% menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *adversity intelligence* dengan intensi berwirausaha.

Sia Tjundjing (2001) dengan penelitian hubungan antara IQ, EQ, dan AQ dengan prestasi studi pada siswa SMU. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara IQ, EQ, dan AQ dengan prestasi studi pada siswa SMU. Sampel penelitian ini adalah siswa-siswi sebuah SMU. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang positif antara nilai rapor dengan IQ siswa, namun tidak dengan EQ maupun AQ siswa.

Penelitian lain dari Marindra (2009) dengan judul hubungan hubungan *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi ujian nasional.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi ujian nasional. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa yang duduk di kelas XII SMA Negeri 1 Ngemplak Sleman Yogyakarta yang baru pertama kali mengikuti ujian nasional. Penelitian ini menggunakan dua skala, pertama skala *adversity* yang disusun dengan mengadopsi skala dari Rahmawati (2006) berdasarkan teori Stoltz (2005). Sedangkan skala kecemasan menghadapi ujian nasional dengan memodifikasi skala kecemasan menghadapi ujian dari Selytania (2007) berdasarkan teori Sue dkk (1986) dengan aspek-aspek kecemasan reaksi kognitif, reaksi motorik, reaksi somatic, dan reaksi afektif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi ujian nasional.

Penelitian dengan variabel *adversity quotient* dan variabel kecemasan pada mahasiswa memang sudah pernah dilakukan sebelumnya. Namun penelitian dengan judul pengaruh *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi menghadapi skripsi pada mahasiswa belum pernah dilakukan sebelumnya. Sehingga penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Perbedaan tersebut terletak pada karakteristik subjek, jumlah subjek, metode penelitian, aspek-aspek yang digunakan, dan lokasi penelitian sangatlah berbeda dengan penelitian sebelumnya.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan, maka dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu :

Ada hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa. Semakin rendah *adversity quotient* maka kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa akan cenderung tinggi, sebaliknya semakin tinggi *adversity quotient* maka kecemasan dalam menghadapi skripsi cenderung akan rendah.

#### **B. Saran**

Dari hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah diuraikan sebelumnya, maka saran-saran yang diajukan antara lain :

1. Bagi mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi, supaya mempersiapkan mental untuk menghadapi skripsi dan diharapkan subjek penelitian dapat mempertahankan hal-hal yang selama ini dipergunakan dalam mencari solusi terbaik dalam mengatasi permasalahan penyusunan skripsi dengan cara meningkatkan *adversity quotient* yang dimiliki.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki minat dan ingin meneliti lebih jauh tingkat kecemasan menghadapi skripsi, dapat memperhatikan faktor lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi skripsi. Serta pengembangan subjek penelitian juga penulis anjurkan selain mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi, dapat menggunakan juga subjek penelitian seperti mahasiswa yang sedang menghadapi ujian akhir semester. Tidak hanya menggunakan variabel kecemasan, namun juga bisa menggunakan variabel stres dalam menghadapi skripsi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. (2006). Pendekatan Kualitatif Pada Skripsi Mahasiswa UNDIP Tahun 2006. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. No. 2. Vol. 3.
- Alwisol. (2006). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Anton, M.O.K. (2007) Hubungan Self Efficacy Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi. *Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.
- Atkinson, R. L. dkk. (1996). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Erlangga.
- Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Calhoun, J.F and Acocella, J. R. (1990). *Psychology Of Adjustment And Human Relationship*. New York: Mc Graw Hill Book Company.
- Chaplin, J.P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Davidoff, LL. (1991). *Psikologi suatu pengantar*. Jakarta: Erlangga.
- Duran, V. M. dan Barlow, D. H. (2006). *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Feist, J and Feist G. J. (2008). *Theories of Personality*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Goleman, D. (2002). *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Gramedia: Jakarta.
- Goleman, D. (2005). *Kecerdasan Emosi: Untuk Mencapai Puncak Prestai*; Gramedia Pustaka Setia: Jakarta.
- Gunawati, R., Hartati, S., Listiara, A. (2006). Hubungan Antra Efektifitas Komunikasi Mahasisa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi Dengan Stress Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Piskologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponedoro. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. No. 2. Vol 3.
- Hadi, S. 2000. *Statistik Jilid II*. Yoyakarta Andi Offset.
- Holden, R. (2007). *Succes Intelligence*. Bandung: Mizan Media Utama.
- Kurniasari, S. (2006). Pengaruh *Adversity Intelligence* (kecerdasan menghadapi rintangan) Terhadap Intensi Berwirausaha Pada Siswa Menengah Kejuruan. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Wangsa Manggala.
- Lasmono, H. K. (2001). Tinjauan Singkat *Adversity Quotient*. *Anima (Indonesian Psychological Journal)*. Vol. 17. No. 1. 63-38.



- Marindra, E. L. (2009). Hubungan *Adversity Quotient* Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional. *Skripsi*. Yogyakarta. Universitas Islam Indonesia.
- Marseto, B. (2007). Hubungan Berpikir Positi Dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Islam Indonesia. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Monk, F. J., Knoers, A. M. P., Haditono, S. R. (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mutiarasari, EU., Nurjahjanti, H., Budi, PW. (2009). Hubungan antara *hardiness* dengan intense *turnover* pada agen produksi asuransi jiwa bersama (AJB) bumiputera 1912 di wilayah asper semarang. *Jurnal Psikologi*.
- Mutmainah. (2005). Hubungan Antara Kecemasan Menghadapi Tes Dengan Optimisme, Religiusitas, dan Dukungan Sosial. *Tesis*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Natalia, D. (2008). Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter Dengan Kecemasan Bersekolah. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., Greene, B. (1997). *Psikologi Abnormal Jilid II*. Jakarta: Erlangga
- Noor, S. F. L. (2004). Peran Efikasi Diri, Optimisme, Dukungan Dosen Pembimbing Terhadap Stres Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Tesis*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Pasiak, T. (2007). *Manajemen Kecerdasan*. Mizan Pustaka: Bandung.
- Purwanti, M. (2008). Gambaran Pendekatan Belajar Mahasiswa Peguruan Tinggi Di Jakarta. *Jurnal Manasa*. No. 2. Vol. 2.
- Rahardjo, W. (2008). Kontribusi *hardiness* dan *self efficacy* terhadap stres kerja (studi pada perawat rsup dr. soeradji tirtonegoro klaten). *Jurnal Psikologi*.
- Rogers, A. (1996). *Teaching adults*. Buckingham: Open University Press.
- Santrock, J. W. (2001). *Educational Psychology*. Boston: McGraw-Hill.
- Stoltz, P.G. (2000). *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Grasindo: Jakarta.
- Tjundjing, S. (2001). Hubungan antara IQ, EQ, dan AQ dengan Prestasi Studi Pada Siswa SMU. *Anima (Indonesian Psychological Journal)*. Vol. 17. No. 1. 69-92.

Wahyu, YW. (2010). Perbedaan derajat kecemasan dan depresi mahasiswa kedokteran prelinik dan ko-asisten di FK UNS Surakarta. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.

Zulkarnaen dan Novliadi, F. (2009). *Sense Of Humor Dan Kecemasan Menghadapi Ujian Di Kalangan Mahasiswa*. *Majalah Kedokteran Nusantara*. Universitas Sumatera Utara. Vol. 42. No. 1.



## **Lampiran A**

### **Skala, Skor Data, dan Analisis Try Out**

A.1. Skala *Try Out* Kecemasan Menghadapi Skripsi