



The Relationship Between Adversity Quotient And Academic Stress On Working Student Of The Faculty Of Psychology Muhammadiyah University Of Sidoarjo

Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Yang Bekerja

Roro Nia Oktaviani Larasati ¹⁾, Dwi Nastiti ²⁾

^{1,2} Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

¹⁾ dwinastiti@umsida.ac.id

Abstract. *This research is motivated by the phenomenon of working students who have a tendency to have a low level of adversity quotient, such as when many assignments are given by lecturers, many working students complain, aeguing that they also have to work and also have a lot of tasks at work. This study aims to determine the relationship between academic stress and adversity quotient in working student at the Muhammadiyah between academic stress and the adversity quotient of working students at the Muhammadiyah University of Sidoarjo. This research is a type of quantitative research with a correlational approach. Available variable and in this academic stress as the dependent variable and adversity quotient as the independent variable. This research was conducted at Muhammadiyah University of Sidoarjo with the number of samples in this study 112 students taken using the Incidental Sampling technique, which is where the sampling technique is based on chance, that is, anyone who coincidentally/accidentally meets the researcher can be used as a sample if the person who found suitable as a data source. Data analysis was carried out using the Spearman's Rho correlation technique. The results of this study indicate that there is a positive relationship University of Sidoarjo. The relationship between academic stress and adversity quotient is 0,526 with a significance value of 0,000. This shows that the higher the academic stress, the higher the adversity quotient, and vice versa.*

Keywords: *Academic Stress, Adversity Quotient, Student Worker*

Abstrak. Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya fenomena mahasiswa pekerja yang mengalami kecenderungan rendahnya tingkat adversity quotient, seperti saat banyak tugas yang diberikannya dosen, banyak mahasiswa pekerja yang mengeluh, beralasan capek karena juga harus bekerja dan juga banyak tugas di pekerjaannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan adversity quotient pada mahasiswa psikologi yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Variabel yang terdapat pada penelitian ini adalah stres akademik sebagai variabel terikat dan adversity quotient sebagai variabel bebas. Penelitian ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dengan jumlah sampel dalam penelitian ini 112 mahasiswa yang diambil dengan menggunakan teknik sampling kebetulan / insidental (accidental sampling) yaitu dimana teknik penentuan sampel ini berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/tidak sengaja bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sebagai sampel apabila orang yang ditemui cocok menjadi sumber data. Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi Spearman's Rho. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara stres akademik dengan adversity quotient pada mahasiswa Psikologo yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hubungan stres akademik dengan adversity quotient sebesar 0,526 dengan nilai signifikan 0,000. Hal itu menunjukkan semakin tinggi adversity quotient seseorang, maka semakin tinggi stres akademiknya, begitu sebaliknya.

Kata kunci : Stres Akademik, *Adversity Quotient*, Mahasiswa pekerja.

I. PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi merubah status dari siswa menjadi mahasiswa. Status ini di Indonesia dipandang lebih dari pada siswa, sehingga tuntutan terhadap mahasiswa menjadi lebih tinggi. Mahasiswa adalah Seorang agen pembawa perubahan. Menjadi seorang yang dapat memberikan solusi bagi permasalahan yang dihadapi oleh suatu masyarakat bangsa di berbagai belahan dunia [1][2]. Kuliah sambil bekerja tidak lagi menjadi sesuatu hal yang langka dan hanya dilakukan mahasiswa yang lemah dalam ekonomi, karena kenyataannya biaya hidup sehari – hari seringkali tidak sebanding dengan uang saku yang diberikan oleh orang tua. Menurut [3] yang mendasari seorang mahasiswa untuk bekerja diantaranya adalah kebutuhan finansial, kebutuhan sosial relasional dan kebutuhan aktualisasi diri. Banyak orang beranggapan bahwa kuliah sambil bekerja beresiko gagal dalam melanjutkan kuliah. Tak jarang mahasiswa akhirnya putus kuliah karena sulitnya mengatur waktu antara kuliah dan kerja, karena sangat diperlukan pertimbangan yang matang ketika mahasiswa mengambil kuliah sambil kerja. Namun disisi lain kuliah sambil bekerja memiliki keuntungan bagi mahasiswa yang mempunyai masalah finansial, bekerja akan memberikan tambahan untuk biaya kuliah. Kondisi yang dialami oleh mahasiswa yang kuliah sambil bekerja menimbulkan dampak negatif, yaitu munculnya stress. Menurut [4] stress adalah suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis atau sistem individu tersebut. Ketidaksesuaian yang dihadapi oleh siswa terjadi karena siswa menghadapi tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki siswa. Stress yang terjadi di lingkungan pendidikan biasanya disebut dengan stress akademik [5]. Keadaan mahasiswa psikologi yang bekerja mengalami stres akademik juga terjadi di Mahasiswa Prodi Psikologi FPIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang bekerja.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada dua mahasiswa yang bekerja dan berkaitan dengan stres akademik yaitu: Subyek A sering mengalami pusing, tidak bisa konsentrasi mengerjakan tugas dan sering mengeluhkan pada tugas-tugas yang diberikan oleh dosen.. Sedangkan pada Subyek B sering mengumpulkan tugas kuliah tidak tepat waktu karena Subyek B susah membagi waktu antara mengerjakan tugas kuliah dan tugas di tempat kerja. Berdasarkan hasil wawancara kepada dua Mahasiswa yang bekerja menunjukkan bahwa masih ada Mahasiswa Prodi Psikologi FPIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang mengalami stres akademik. Mahasiswa mengalami stres akademik, indikator seseorang mengalami stres akademik yaitu : sakit kepala saat mendapatkan tugas baru sedangkan tugas sebelumnya belum selesai dikerjakan, bingung membagi waktu antara mengerjakan tugas kuliah dengan tugas kantor. Ketika stressor yang dialaminya [6] dibagi kedalam empat reaksi yaitu, (a) reaksi fisik yang ditandai dengan munculnya kelelahan fisik seperti kesulitan tidur, merasa sakit kepala, telapak tangan sering berkeringat. (b) reaksi emosional ditandai dengan individu mengalami stres akan muncul reaksi dari munculnya reaksi dari perasaan yang merasa diabaikan, tidak memiliki kepuasan, cemas. (c) reaksi perilaku atau behavioral ditandai bersikap agresif, membolos, dan berbohong untuk menutupi kesalahan. (d) reaksi proses berpikir, ditandai dengan kesulitan konsen[7]trasi, perfeksionis, berpikir negatif hingga tidak memiliki prioritas hidup. Mengemukakan stres akademik diakibatkan oleh dua faktor yaitu eksternal dan internal. a. Faktor internal yang menyebabkan stres akademik, yaitu (1) pola pikir; (2) kepribadian; (3) keyakinan b. Faktor eksternal yang menyebabkan stres akademik, yaitu (1) pelajaran lebih padat; (2) banyak kegiatan yang ingin dilakukan tetapi waktu terbatas; (3) tekanan untuk berprestasi tinggi [8].[9]Menyebutkan bahwa *adversity* adalah kemampuan untuk melewati masa-masa yang penuh tantangan, tetap bertahan dan berkembang dalam situasi yang sulit serta kemampuan mengatasi perubahan kesulitan. Tingkat *adversity quotient* masing-masing orang tentunya berbeda. Dalam konsep *adversity quotient* tinggi, individu yang mengalami kesulitan cenderung merasakan bertanggung jawab atas masalah yang dihadapinya, mampu mengontrol masalah, lihai dalam mencari pemecahan masalah yang dihadapi memiliki nilai positif untuk pertumbuhan pribadinya [10]Berdasarkan beberapa uraian diatas, hal ini menggugah penulis untuk melakukan penelitian tentang hubungan *adversity quotient* dengan stres akademik pada mahasiswa Psikologi di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang bekerja.

II. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan teknik korelasional. [11] Mengartikan penelitian kuantitatif sebagai metode penelitian positivisme yang digunakan untuk meneliti suatu populasi dan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang menggunakan instrumen sebagai alat pengumpul data dan analisis datanya diuji secara statistik untuk menguji hipotesis yang telah dibuat.

Variabel penelitian dalam penelitian ini ada 2 macam, yaitu: variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah suatu variabel yang apabila dalam suatu waktu berada bersamaan dengan variabel lain, maka (diduga) akan dapat berubah dalam keragamannya. Variabel terikat sering disebut juga dengan variabel terpengaruh atau dependent, tergantung, efek, tak bebas, dan disingkat dengan nama variabel Y. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *adversity quotient* dan variabel terikatnya merupakan stres akademik.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo tahun akademik 2021-2022 yang bekerja sejumlah 184 mahasiswa. Peneliti menggunakan tabel Isaac dan Michel dengan taraf signifikannya 90% atau taraf kesalahan 10%. Jumlah sampel dalam penelitian ini 112.

Teknik pengumpulan atau pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi. Penyusunan skala psikologi penelitian ini menggunakan skala likert. Menurut [11] skala likert bertujuan untuk mengukur sikap, argumen, serta persepsi orang atau kelompok mengenai fenomena sosial.

Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan *method* korelasi Pearson (*product moment*) dengan bantuan perangkat lunak komputer SPSS 18 *for windows* untuk melihat hubungan antara variabel bebas (X) yaitu *adversity quotient* dan variabel terikat (Y) stress akademik dengan bentuk distribusi dari variabel X dan Y yang normal [11].

Hasil pengujian validitas pada skala stress akademik diperoleh 26 aitem valid atau seluruh aitem pada skala tersebut dinyatakan valid dimana aitem telah disusun dan diujikan. Nilai validitas pada skala stress akademik tersebut diperoleh hasil bergerak dari 0,283 ke arah 0,558 yang berarti nilai *r* hitung lebih besar dari *r* tabel (0.230).

Selanjutnya hasil pengujian validitas pada skala *adversity quotient* diperoleh 35 aitem valid atau seluruh aitem pada skala tersebut dinyatakan valid dimana aitem telah disusun dan diujikan. Nilai validitas pada skala *adversity quotient* diperoleh hasil bergerak dari 0,316 ke arah 0,691 yang berarti nilai *r* hitung lebih besar dari *r* tabel (0.230). berikut merupakan hasil pengujian reliabilitas skala :

Tabel 2.1
Pengujian Reliabilitas Skala Stress Akademik

Cronbach's Alpha	N of Items
0.856	26

Tabel 2.2
Pengujian Reliabilitas Skala Adversity Quotient

Cronbach's Alpha	N of Items
0.916	35

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kategorisasi hasil skala *adversity quotient* dari 112 subjek diperoleh mahasiswa dengan kategori sangat tinggi berjumlah 11 subjek (10%), kategori tinggi berjumlah 20 subjek (18%), kategori sedang 36 subjek (32%), kategori rendah 42 subjek (37%), kategori sangat rendah 3 subjek (3%). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat *adversity quotient* mahasiswa psikologi yang bekerja dalam kategori rendah dibuktikan dengan 37% dari 112 mahasiswa dalam kategori rendah.

Hasil skala stress akademik dari 112 subjek diperoleh kategorisasi sebagai berikut, mahasiswa dengan kategori sangat tinggi berjumlah 7 subjek (6%), kategori tinggi berjumlah 18 subjek (16%), kategori sedang 45 subjek (40%), kategori rendah 40 subjek (36%), kategori sangat rendah 2 subjek (2%). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat stress akademik mahasiswa psikologi yang bekerja dalam kategori sedang dibuktikan dengan 40% dari 112 mahasiswa dalam kategori sedang.

Uji normalitas yang diperoleh dari variabel *adversity quotient* memiliki nilai signifikan sebesar 0,129 yang berarti lebih besar dari 0,05 sedangkan untuk variabel stress akademik memiliki nilai signifikan sebesar 0,036 yang berarti lebih kecil dari 0,05. Yang mana ini menandakan untuk variabel *adversity quotient* berdistribusi normal, sedangkan variabel stress akademik tidak tersalurkan secara normal. Maka analisis yang digunakan sebagai dasar untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel tersebut adalah korelasi *Spearman's Rho*.

Uji hipotesis yang diperoleh dari hasil uji *Spearman's Rho* untuk melihat hubungan antara *adversity quotient* dan stress akademik pada mahasiswa psikologi pekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hasil uji korelasi *Spearman's Rho* diketahui nilai signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa adanya

hubungan secara signifikan antara *adversity quotient* dan stres akademik pada mahasiswa psikologi yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Nilai koefisien korelasi didapatkan sebesar 0,526 yang berarti bahwa *adversity quotient* memiliki hubungan yang sedang dengan stres akademik pada mahasiswa psikologi yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Sumbangan efektif *adversity quotient* terhadap stres akademik dapat dijelaskan oleh koefisien determinasi (R^2) yang disajikan dibawah ini :

Tabel 3.1 Koefisien Determinasi

Variabel	R	R^2
Adversity Quotient	0,636	0,405
Stres Akademik		

Nilai R^2 yang diperoleh sebesar 0,405 yang berarti bahwa sumbangan efektif *adversity quotient* terhadap stres akademik sebesar 40,5%.

Adversity quotient mahasiswa psikologi yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo juga termasuk dalam kategori rendah, dimana aspek yang memiliki rata-rata terendah adalah *reach*. Hal ini berkaitan dengan pengendalian sikap seseorang apabila menghadapi suatu permasalahan. Stres akademik mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo termasuk dalam kategori sedang. Aspek stres akademik yang memiliki rata-rata tertinggi yaitu terkait aspek tentang mengenali stres akademik. Sedangkan, aspek yang memiliki rata-rata terendah adalah aspek tentang mengelola stres akademik dan juga aspek tentang membina hubungan. Kedua aspek ini perlu diperhatikan apabila ingin menurunkan stres akademik pada mahasiswa.[12]

Hasil analisis menunjukkan bahwa adanya hubungan secara signifikan antara kedua variabel pada mahasiswa psikologi yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Selain itu, nilai koefisien korelasi sebesar 0,526 menunjukkan bahwa *adversity quotient* cukup berhubungan dengan stres akademik pada mahasiswa psikologi yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang positif, yang artinya semakin tinggi *adversity quotient* seseorang, maka semakin tinggi stres akademiknya, begitu sebaliknya.[13]

Penjelasan di atas sesuai dengan penelitian sebelumnya mengenai *adversity quotient* dan stres akademik pada mahasiswa sains dan teknologi yang di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aspek stres akademik yaitu manajemen stres diri dengan dimensi *adversity quotient* yaitu *reach*[8]. Penelitian yang dilakukan oleh [14] menunjukkan bahwa terdapat pengaruh langsung antara *adversity quotient* dengan stres akademik yang tinggi. Hasil dari penelitian tersebut juga selaras dengan penelitian yang telah dilakukan oleh [15], yang mana hasil dari penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variabel.

IV. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat diketahui terdapat hubungan positif antara stres akademik dan *adversity quotient* pada mahasiswa psikologi yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Nilai koefisien korelasi didapatkan sebesar 0,526 yang berarti bahwa stres akademik memiliki hubungan dengan *adversity quotient* dengan tingkat sedang pada mahasiswa psikologi yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Adapun variabel tersebut (*stres akademik dan adversity quotient*) memiliki hubungan yang positif, yang artinya variabel yang ada tersebut berjalan beriringan, menandakan semakin tinggi stres akademik, akan meningkat juga tingkat *adversity quotient* yang dimiliki, begitu pula dengan sebaliknya. Adapun sumbangan efektif stres akademik terhadap *adversity quotient* sebesar 40,5%.

REFERENSI

- [1] A. Gatari, "Hubungan stres akademik dengan flow akademik pada mahasiswa," *Cognicia*, vol. 8, no. 1, pp. 79–89, 2020.
- [2] Y. Firdiansyah and N. Nurlaili, "Implementasi Metode Diskusi Kelompok Dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial," *Util. J. Ilm. Pendidik. dan Ekon.*, vol. 4, no. 2, pp. 1–9, 2020.
- [3] R. F. Jacinta, "Wanita bekerja," *WEB Kompas Cyber Media*, 2002.
- [4] S. O. Syarafina, D. Nurdibyanandaru, and W. Hendriani, "Pengaruh optimisme dan

- kesadaran diri terhadap adversity quotient mahasiswa skripsi sambil bekerja,” *Cognicia*, vol. 7, no. 3, pp. 295–307, 2019.
- [5] M. D. Maulana, “Hubungan adversity quotient dengan academic stress pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021.
- [6] A. N. Azmy, A. J. Nurihsan, and E. S. Yudha, “Deskripsi gejala stres akademik dan kecenderungan pilihan strategi koping siswa berbakat,” *Indones. J. Educ. Couns.*, vol. 1, no. 2, pp. 197–208, 2017.
- [7] M. R. Pratama and D. Prihatiningsih, “Hubungan motivasi akademik dengan tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan semester VI Stikes ‘Aisyiyah Yogyakarta.’ STIKES’ Aisyiyah Yogyakarta, 2014.
- [8] H. Pradoto, S. Haryono, and S. H. Wahyuningsih, “The role of work stress, organizational climate, and improving employee performance in implementation of work from home,” *Work*, no. Preprint, pp. 1–11, 2022.
- [9] L. N. Ahyani, “Meningkatkan adversity quotient (daya juang) pada anak anak panti asuhan melalui penguatan sosial support,” *J. Psikol. Perseptual*, vol. 1, no. 1, 2016.
- [10] P. G. Stoltz, *Mengubah Hambatan Mjd Peluang*. Grasindo, 2000.
- [11] Z. Abdussamad, “Buku Metode Penelitian Kualitatif,” 2022.
- [12] P. G. Stoltz, “Adversity quotient: Mengubah hambatan menjadi peluang,” *Jakarta: Grasindo*, 2000.
- [13] D. N. Rachmah, M. D. Mayangsari, and N. Akbar, “Adversity Quotient And Academic Procrastination,” pp. 211–221.
- [14] J. Sarwono, “Analisis data penelitian menggunakan SPSS.” Yogyakarta: Andi Offset, 2006.
- [15] B. Sharma, L. R. Singh, U. Pradesh, and U. Pradesh, “Pharmaceutical gels for topical drug delivery: An overview,” *Int. J. Res. Pharm. Pharm. Sci.*, vol. 3, no. 2, pp. 19–24, 2018.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.