



Berdasarkan studi pendahuluan peneliti bahwasannya telah melakukan wawancara pada mahasiswa PMT (Pendidikan Matematika) di UIN Sunan Ampel Surabaya, bahwa mereka merasakan kecenderungan stres dalam menyelesaikan skripsi karena banyak mata kuliah yang baru bisa diambil waktu semester delapan, ada ujian pada mata kuliah lain yang masih dilakukan, belum juga dosen pembimbing yang sulit untuk ditemui, pikiran mereka harus dibagi-bagi antara menyelesaikan skripsi dengan mata kuliah yang ada (Hasil wawancara, tanggal 24 April 2015).

Berdasarkan studi pendahuluan peneliti bahwasannya telah melakukan wawancara pada alumni PMT (pendidikan matematika) di UIN Sunan Ampel Surabaya, mereka merasakan kecenderungan stres dalam menyelesaikan skripsi karena mereka masih di bebani beberapa mata kuliah yang harus diambil pada semester delapan dari itu banyak mahasiswa UIN Sunan Ampel yang lulus semester sembilan pada jurusan PMT (pendidikan matematika) (Hasil wawancara, tanggal 25 April 2015).

Skripsi bagi sebagian mahasiswa dianggap sebagai momok yang menakutkan dan beban yang berat. Tidak jarang banyak mahasiswa yang tidak bisa menyelesaikan skripsi pada waktu yang telah ditentukan. Banyak faktor yang mungkin menyebabkan hal ini terjadi. Salah satunya adalah mahasiswa tersebut merasa bahwa pembuatan skripsi itu adalah sulit, sehingga mereka membutuhkan waktu yang lebih lama dari waktu yang diberikan. Selain itu juga adanya hambatan dalam penyelesaian skripsi seperti proses pengerjaan skripsi yang rumit, adanya mis-komunikasi mahasiswa dengan dosen

pembimbing, kurangnya dukungan, dan ketidakmampuan mengatur waktu serta adanya permasalahan secara sistemik dalam mengerjakan skripsi. Belum lagi mendapat tuntutan untuk cepat menyelesaikan skripsi, persiapan untuk mendapatkan pekerjaan setelah lulus, tuntutan orang tua dan universitas yang terlalu tinggi bagi mahasiswa semua itu membuat mahasiswa mengalami kecenderungan stress dalam menyelesaikan skripsi. Bahkan sumber stress bisa muncul dari kekhawatiran serta pikiran-pikiran negatif yang ada dalam dirinya.

Menurut Griffiths (2000, dalam Putra, 2010) Stress adalah suatu kondisi yang dialami oleh seseorang ketika mereka menghadapi tuntutan dan tekanan pekerjaan yang tidak sesuai dengan pengetahuan dan kemampuannya.

Dalam bahasa sehari-hari stres dikenal sebagai stimulus atau respon yang menuntut individu untuk melakukan penyesuaian. Lazarus dan Folkman, (1984, dalam Arilia, 2007) menyatakan, stres psikologis adalah sebuah hubungan antara individu dengan lingkungan yang dinilai oleh individu tersebut sebagai hal yang membebani atau sangat melampaui kemampuan seseorang dan membahayakan kesejahteraannya. Penyebab stres biasanya disebut sumber stres atau stressor yang menurut Lazarus dan Folkman (1984) terdiri dari dua jenis sumber stres yaitu sumber internal dan eksternal. Tuntutan internal merupakan penyebab stres yang berasal dari dalam diri individu, yaitu tuntutan dari diri sendiri seperti keinginan untuk selalu menjadi yang terbaik dan kepribadian masing-masing individu, sedangkan tuntutan eksternal bisa bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk

berhasil dalam perkuliahan dan penyesuaian sosial dilingkungan kampusnya (Arilia, 2007).

Menurut Santrock (2003) stress merupakan respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (*stressor*), yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya. Baron dan Byrne menyatakan stress adalah respon terhadap persepsi kejadian fisik atau psikologis dari individu sebagai sesuatu yang profesional menimbulkan bahaya atau tekanan emosional.

Menurut Atkinson (1983) Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi stres yaitu: pertama, Kemampuan menerka. kedua, Kontrol atas jangka waktu. Ketiga, Evaluasi kognitif. Keempat, Perasaan mampu. Kelima, Dukungan masyarakat. Dari salah satu faktor yang mempengaruhi stres yaitu perasaan mampu. Perasaan mampu adalah Kepercayaan seseorang atas kemampuannya menanggulangi situasi penuh stres merupakan faktor utama dalam menentukan kerasnya stres. Jika seseorang tidak tahu apa yang harus dilakukan ketika menghadapi situasi penuh stres, maka seseorang dapat kehilangan semangat.

Semua tuntutan yang ada pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi membuat mahasiswa cenderung mengalami stress. Sebagai seorang mahasiswa harus mempunyai kemampuan untuk mengatasi hambatan, mengubah hambatan menjadi peluang, menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan penyelesaian skripsi mahasiswa. Kemampuan mengatasi hambatan atau kesulitan ini dinamakan *Adversity Quotient*.

*Adversity Quotient* (AQ) pertama kali diperkenalkan oleh Stoltz yang disusun berdasarkan hasil riset lebih dari 500 kajian diseluruh dunia. Kecerdasan adversitas ini merupakan terobosan penting dalam pemahaman tentang apa yang dibutuhkan untuk mencapai kesuksesan. Stolz mengatakan bahwa sukses tidaknya seseorang individu dalam pekerjaan maupun kehidupannya ditentukan oleh kecerdasan adversitas, dimana kecerdasan adversitas dapat memberitahu : seberapa jauh manusia mampu mengatasi kesulitan dan kemampuan untuk mengatasinya, siapa yang akan mampu mengatasi kesulitan dan siapa yang akan hancur, siapa yang akan melampaui harapan atas kinerja dan potensi mereka serta siapa yang akan gagal, dan siapa yang akan menyerah dan siapa yang akan bertahan (Stoltz, 2000).

Menurut Stoltz, (2000 dalam puspitasari, 2013) *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 akan menjadikan seseorang memiliki kegigihan dalam hidup dan tidak mudah menyerah. Seseorang yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi ia akan memiliki kekebalan atas ketidakmapuandirinya menghadapi masalah dan tidak akan mudah terjebak dalam kondisi keputusasaan. Namun sebaliknya, jika seseorang memiliki *adversity quotient* yang rendah maka seseorang akan mudah rapuh dan menyerah pada keadaan.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Hubungan antara *Adversity Quotient* dengan



Sebagai pengetahuan dan wawasan tentang khazanah ilmu yang berkaitan dengan kecenderungan stress, serta dapat mengetahui tentang *Adversity Quotient* dalam mengangani stres yang muncul.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Peneliti *Adversity Quotient* sebelumnya sudah dilakukan oleh setyabudi (2011) dalam jurnal yang berjudul hubungan antara “*Adversiti* dan Intelegensi dengan Kreativitas” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *adversiti* dan inteligensi dengan kreativitas. Subyek penelitian adalah siswa-siswi di Sekolah Menengah Umum Tujuh Belas Agustus 1945 sebanyak 142 orang siswa yang diambil melalui teknik random sampling. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada korelasi antara *adversiti* dan inteligensi dengan kreativitas, koefisien korelasi sebesar  $R = 0.264$  dan harga  $F = 5.191$ ,  $db = 2$  ; 139 dengan  $p = 0.003$  ( $< 0.010$  ). Hasil analisis dengan menggunakan korelasi parsial diperoleh nilai  $r = 0.141$  dan  $p = 0.045$  yang berarti ada korelasi yang signifikan antara *adversiti* dengan kreativitas dengan mengendalikan inteligensi. Korelasi antara inteligensi dengan kreativitas diperoleh nilai  $r = 0.225$  dan  $p = 0.003$ , yang berarti ada korelasi antara inteligensi dengan kreativitas.

Penelitian *Adversity Quotient* sebelumnya dilakukan oleh Puspitasari (2013) yang berjudul “*Adversity Quotient* Dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa” menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi memiliki tingkat kecemasan mengerjakan skripsi yang rendah, sedangkan mahasiswa yang memiliki

*adversity quotient* yang rendah memiliki tingkat kecemasan mengerjakan skripsi yang tinggi. Sumbangan efektif dari *adversity quotient* terhadap kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa sebesar 36,6%, sedangkan sumbangan sebesar 63,4% diperoleh dari faktor lain. Tingkat *adversity quotient* tinggi yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi akan menyebabkan mahasiswa mampu bertahan mengatasi kecemasan dalam mengerjakan skripsi sehingga mereka yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi akan lebih terdorong untuk dapat mengerjakan skripsi dengan baik. Mahasiswa yang mempunyai *adversity quotient* yang tinggi, ia akan cenderung mempunyai sikap optimisme, motivasi yang tinggi, ulet, tekun. Sehingga dengan begitu ia akan mampu menyelesaikan suatu kesulitan dengan baik atau mampu keluar dari hambatan tersebut. Beberapa aspek inilah yang mampu untuk meminimalisir kecemasan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

Penelitian *Adversity Quotient* sebelumnya dilakukan oleh Parvathy (2014) yang berjudul “Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Masalah Akademik antara Guru Mahasiswa”. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat masalah akademik dan *adversity quotient* antara guru siswa. Penelitian ini juga menganalisis hubungan antara *adversity quotient* dan masalah akademik di kalangan guru siswa. Seorang guru dapat mentransfer / kemampuannya untuk generasi berikutnya dan menanamkan sifat seperti di siswa. Metode yang digunakan adalah survei dan sampel adalah sampel acak dari 300 guru siswa dari Negara Bagian Kerala di India. Nilai korelasi koefisien diperoleh untuk



adversity quotient dan masalah akademik ( $r = -0,52$ , signifikan pada level 0,01) menunjukkan bahwa kedua variabel berhubungan erat.

Penelitian stres sebelumnya sudah dilakukan oleh Busari (2012) yang berjudul “Mengidentifikasi Selisih Persepsi Stres Akademik dan Reaksi Tekanan Berdasarkan gender antara Mahasiswa Tahun Pertama”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pria dan wanita responden berbeda secara signifikan dalam persepsi mereka frustrasi, keuangan, konflik dan harapan diri stres tapi tidak secara signifikan berbeda dalam persepsi mereka dari tekanan dan perubahan-stres terkait.

Penelitian stres sebelumnya sudah dilakukan oleh Thawabieh (2012) yang berjudul “Menilai Stres antara Mahasiswa”. Penelitian ini bertujuan untuk menilai tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa. Pendekatan kuantitatif telah dilakukan untuk menilai stres siswa. Sampel terdiri dari 471 mahasiswa dari Tafila Technical University. Hasil menunjukkan bahwa siswa mengalami tingkat moderat stres.

Penelitian stres sudah dilakukan oleh Vilaseeni & Surya (2013) yang berjudul “Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012/2013”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran USU semester ganjil tahun akademik 2012/2013. Dengan menggunakan metode deskriptif *cross sectional*, data diperoleh menggunakan alat ukur berupa kuesioner *Daily Hassles and Stress Rating Scale* kepada 100 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel pada

penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *stratified random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan dari 100 mahasiswa Fakultas Kedokteran USU, sebanyak 35 orang (35%) mengalami stres tingkat rendah, 61 orang (61%) mengalami stres tingkat sederhana dan 4 orang (4%) mengalami stres tingkat tinggi. Berdasarkan usia, kelompok usia 19 dan 20 tahun merupakan kelompok usia yang paling banyak mengalami stres. Jika dibandingkan antara pria dan wanita, pria mempunyai stres yang lebih tinggi.

Dari beberapa pemaparan penelitian diatas, dapat dijelaskan bahwa memang telah ada penelitian yang membahas tentang variabel *Adversity Quotient* dan kecenderungan stress. Namun yang membedakan penelitian kali ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian kali ini ingin mengetahui hubungan antara *Adversity Quotient* dengan kecenderungan stress dalam menyelesaikan tugas akhir (penulisan skripsi) pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya oleh sebab itu peneliti dapat menjamin keaslian penelitian ini.