

**PENGARUH *SOCIAL SUPPORT* DAN *ADVERSITY QUOTIENT*
TERHADAP *ACADEMIC ANXIETY***

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Studi (S1)
Psikologi (S.Psi)



Disusun oleh:

Ayu Novalia Permata

J71218036

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Social Support dan Adversity Quotient Terhadap Academic Anxiety” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 27 Juli 2022



Ayu Novalia Permata

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Pengaruh Social Support dan Adversity Quotient Terhadap Academic Anxiety

Oleh:

Ayu Novalia Permata

J71218036

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 27 Juli 2022

Dosen Pembimbing



Dr. Lufiana Harnany Utami, M.Si

NIP. 197602272009122001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH *SOCIAL SUPPORT* DAN *ADVERSITY QUOTIENT*
TERHADAP *ACADEMIC ANXIETY***

Yang disusun oleh:
Ayu Novalia Permata
J71218036

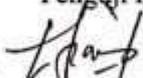
Telah dipertahankan di Depan Tim Penguji
Pada Tanggal 3 Agustus 2022

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si
NIP. 197502062003121002

Susunan Tim Penguji
Penguji I



Dr. Lufiana Harnani Utami, M.Si
NIP. 197602272009122001

Penguji II



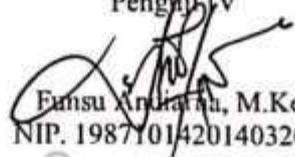
Hj. Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi., M.Si
NIP. 197605112009122002

Penguji III



Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Penguji IV

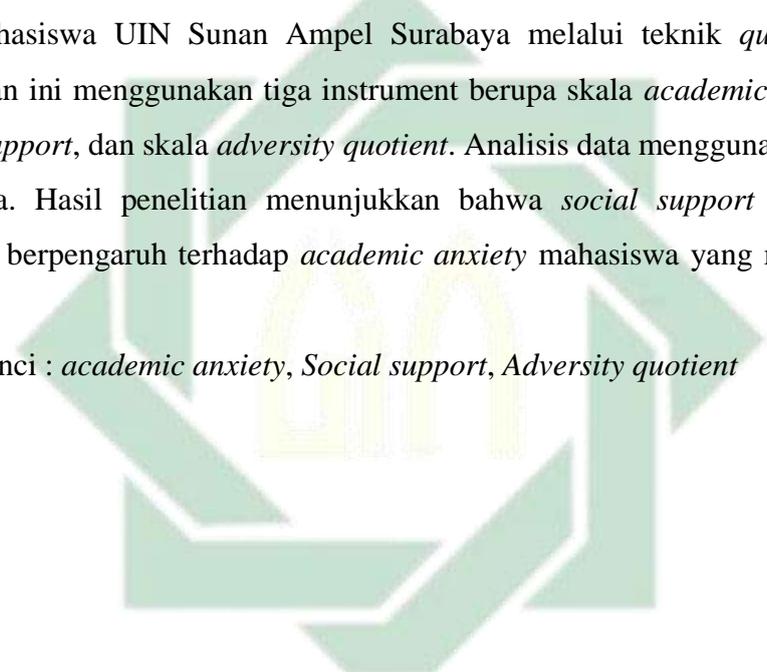


Emsu Andhika, M.Kes
NIP. 198710142014032002

INTISARI

Fenomena *academic anxiety* merupakan kondisi umum yang dialami hampir seluruh pelajar atau mahasiswa selama masa studinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *social support* dan *adversity quotient* terhadap *academic anxiety* mahasiswa yang menyelesaikan skripsi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional yang melibatkan sampel sebanyak 373 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya melalui teknik *quota sampling*. Penelitian ini menggunakan tiga instrument berupa skala *academic anxiety*, skala *social support*, dan skala *adversity quotient*. Analisis data menggunakan uji regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social support* dan *adversity quotient* berpengaruh terhadap *academic anxiety* mahasiswa yang menyelesaikan skripsi.

Kata Kunci : *academic anxiety, Social support, Adversity quotient*

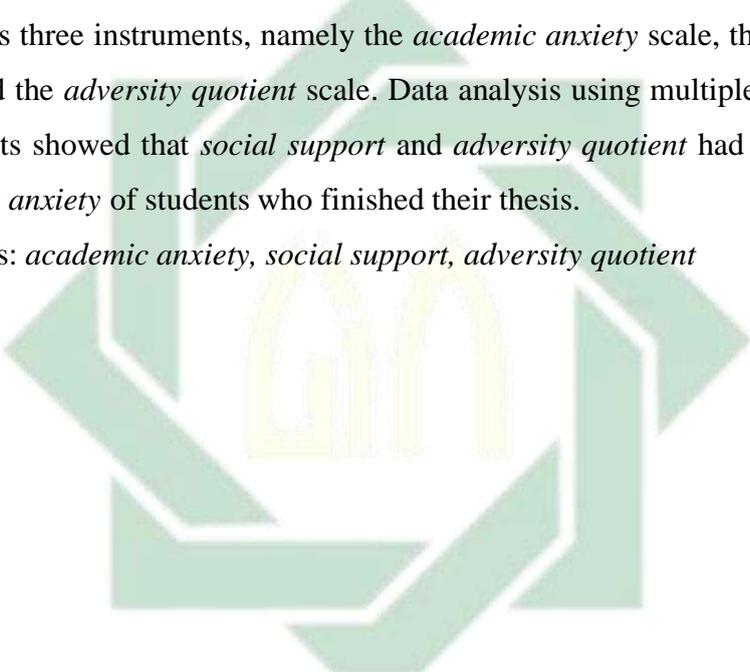


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

The phenomenon of *academic anxiety* is a common condition experienced by almost all students during their studies. This study aims to determine the effect of *Social support* and *adversity quotient* on *academic anxiety* of students who complete their thesis. This study uses a correlational quantitative method involving a sample of 373 students of UIN Sunan Ampel Surabaya through quota sampling technique. This study uses three instruments, namely the *academic anxiety* scale, the *social support* scale, and the *adversity quotient* scale. Data analysis using multiple regression test. The results showed that *social support* and *adversity quotient* had an effect on the *academic anxiety* of students who finished their thesis.

Keywords: *academic anxiety, social support, adversity quotient*

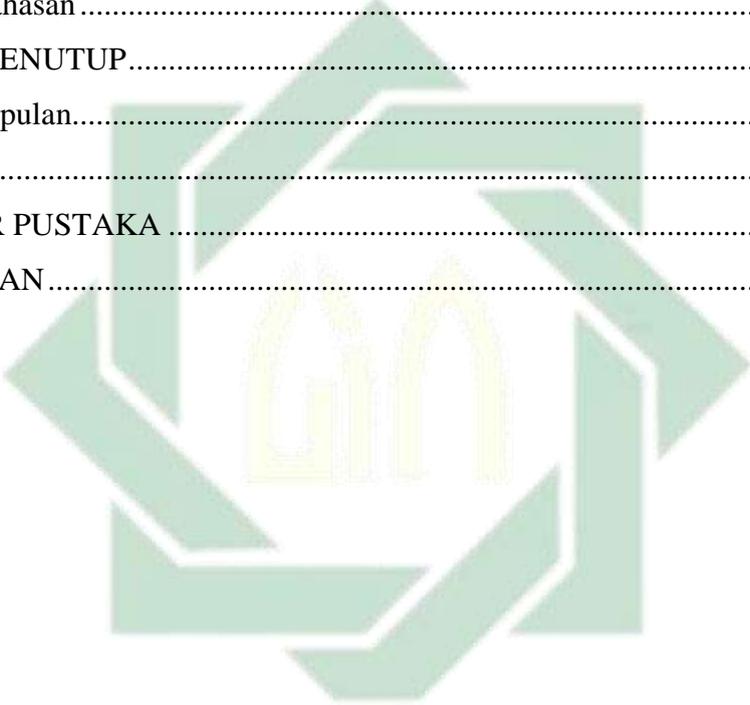


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI.....	iv
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Keaslian Penelitian	6
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian.....	8
F. Sistematika Pembahasan.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. <i>Academic anxiety</i>	10
B. <i>Social support</i>	13
C. <i>Adversity quotient</i>	15
D. Pengaruh Antar Variabel.....	17
E. Kerangka Teoritik.....	19
F. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Rancangan Penelitian	21
B. Identifikasi Variabel	21
C. Definisi Operasional.....	21
D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel.....	22

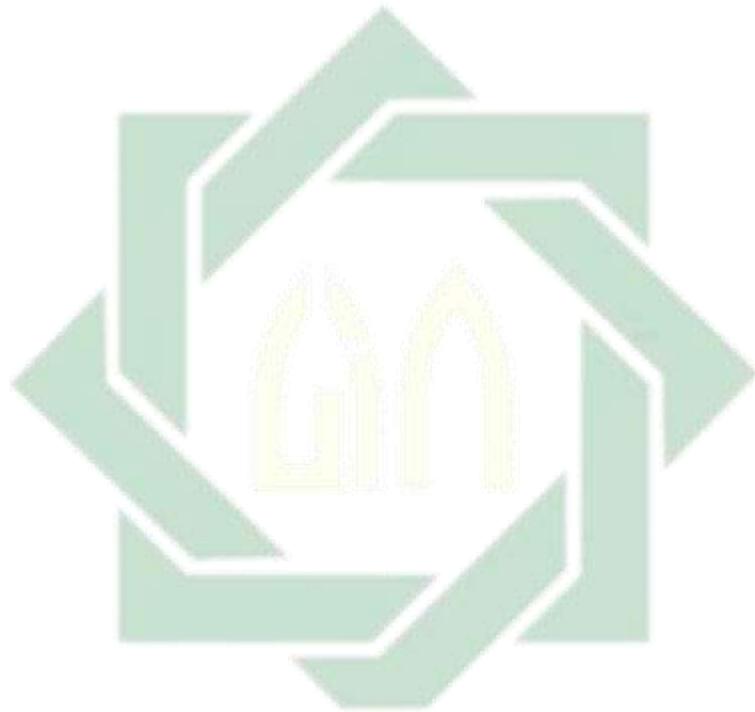
E. Instrumen Penelitian	23
F. Analisis Data	31
DAFTAR ISI	
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil Penelitian	35
B. Pengujian Hipotesis	43
C. Pembahasan	45
BAB V PENUTUP	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	59



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teoritik 19



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian di UIN Sunan Ampel Surabaya	22
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Academic anxiety</i>	24
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala <i>Academic anxiety</i>	24
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Academic anxiety</i>	25
Tabel 3.5 <i>Blue Print</i> Skala <i>Social support</i>	26
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Skala <i>Social support</i>	27
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Social support</i>	28
Tabel 3.8 <i>Blue Print</i> Skala <i>Adversity quotient</i>	29
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Skala <i>Adversity quotient</i>	30
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Adversity quotient</i>	31
Tabel 3.11 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	32
Tabel 3.12 Hasil Uji Heterokedastisitas	33
Tabel 3.13 Hasil Uji Multikolinieritas	34
Tabel 4.1 Klasifikasi Jenis Kelamin.....	35
Tabel 4.2 Klasifikasi Fakultas di UIN Sunan Ampel Surabaya	36
Tabel 4.3 Klasifikasi Semester.....	37
Tabel 4.4 Pedoman Pengukuran Kategorisasi Variabel.....	37
Tabel 4.5 Kategorisasi <i>Academic anxiety</i>	38
Tabel 4.6 Kategorisasi <i>Social support</i>	38
Tabel 4.7 Kategorisasi <i>Adversity quotient</i>	39
Tabel 4.8 Tabulasi Silang <i>Academic anxiety</i> dengan Jenis Kelamin	40
Tabel 4.9 Tabulasi Silang <i>Academic anxiety</i> dengan Fakultas di UIN Sunan Ampel Surabaya.....	40
Tabel 4.10 Tabulasi Silang <i>Academic anxiety</i> dengan Semester	41
Tabel 4.11 Tabulasi Silang <i>Academic anxiety</i> dengan <i>Social support</i>	42
Tabel 4.12 Tabulasi Silang <i>Academic anxiety</i> dengan <i>Adversity quotient</i>	42
Tabel 4.13 Uji T	43
Tabel 4.14 Uji F	44
Tabel 4.15 Koefisien Determinasi.....	44

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Academic anxiety ialah gangguan kecemasan yang ditimbulkan oleh tekanan akademik berupa teguran dari guru, dimarahi orang tua karna nilai ujian jelek, ketakutan tidak lulus tepat waktu, dan berbagai konsekuensi dari kegagalan akademik lain (Spielberger, 1972; Ottens, 1991; Singh, 2021). *Academic anxiety* merupakan jenis kecemasan yang berasal dari segala kemungkinan kegagalan akademik yang dipersepsikan negatif (Abbott-Jones, 2021). Individu yang mengalami *academic anxiety* memiliki pola kecemasan yang dapat mengganggu aktivitas mental dan konsentrasi serta menimbulkan distress fisik dan perilaku menyimpang (Ottens, 1991; Mahajan, 2015). *Academic anxiety* juga berdampak pada rendahnya performa akademik, perilaku maladaptif, dan ketidakmampuan melakukan aktivitas sehari-hari (Aristawati & Ananta, 2020). *Academic anxiety* menimbulkan konsekuensi bervariasi tergantung dari tingkat kecemasan ringan hingga berat yang dirasakan oleh peserta didik (Mooney, 2021).

Fenomena *academic anxiety* ialah kondisi umum yang dialami hampir seluruh pelajar selama masa studinya (Mirawdali & Ball, 2018). *American Psychological Association* melaporkan 87% mahasiswa di Amerika mengalami stres akibat tuntutan akademik yang tinggi dimasa pandemi Covid-19 (*American Psychological Association*, 2020). Peningkatan gejala psikosomatis dan perilaku

impulsif pada 66% mahasiswa di Korea Selatan juga disebabkan oleh tingkat *academic anxiety* yang tinggi (Ardi, 2021). Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) memberi pernyataan bahwa terus terjadi peningkatan signifikan terhadap kondisi *academic anxiety* pada pelajar sejak tahun 2011 hingga 2020 (Ardi, 2021). Kasus *academic anxiety* terparah di Indonesia membuat seorang dosen terbunuh oleh mahasiswanya sendiri lantaran persoalan skripsi, dan seorang mahasiswa gantung diri lantaran depresi akibat kuliah 7 tahun tak kunjung lulus (Wakhyudin & Putri, 2020).

Penelitian Monica (2020) menunjukkan tingkat *academic anxiety* pada mahasiswa dalam penulisan skripsi berada dalam kategori berat. Dengan kata lain mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menunjukkan tingkat *academic anxiety* kategori tinggi. Selanjutnya, pada hasil penelitian Siahaan (2022) terlihat kecemasan akademik mahasiswa angkatan 2016 yang sedang menyelesaikan tugas akhir ditandai dengan rasa tidak tenang, takut, gugup, gelisah, khawatir, panik, sulit berbicara, kurang percaya diri, dan kurang fokus. Selain itu ada juga gejala fisik seperti jantung berdebar lebih cepat, tangan berkeringat, sering buang air kecil, yang akhirnya menghindar melakukan bimbingan dengan dosen dan tidak mampu menyusun tugas akhirnya.

Hasil survei awal di lapangan bulan Januari 2022 yakni pada 72 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang tengah mengerjakan skripsi menunjukkan bahwa fenomena *academic anxiety* pada diri mahasiswa cenderung tinggi sebesar 97%. Kecemasan mahasiswa lebih banyak pada rasa tidak percaya pada kemampuan diri

dalam mengerjakan, takut tidak lulus tepat waktu, revisi yang banyak dan kesalahan serta hambatan lain terkait skripsi yang membuat mahasiswa tidak segera lulus kuliah. Mayoritas mahasiswa mengaku bahwa kecemasan yang mereka rasakan saat penyusunan skripsi berdampak negatif, seperti tidak semangat mengerjakan, *overthinking*, stuck, lebih bingung, mudah putus asa, insecure, sulit berkonsentrasi, frustrasi, merasa gelisah dan mual, sensitif, mudah marah dan *bad mood*, mudah merasa lapar namun enggan untuk makan, sering susah tidur dan nafsu makan menurun, jadi tidak bisa mengatur waktu dengan baik. Dampak negatif yang ditimbulkan dari kecemasan mengerjakan skripsi juga dirasakan pada tubuh mahasiswa, seperti mudah lelah, keringat lebih, pusing, insomnia, jantung berdebar-debar, maag, gerd, migrain, badan pegal dan nyeri, tremor, mual, muntah, demam, mudah sakit dan alergi kumat.

Menurut Sukma (2021) salah satu variabel yang dapat mempengaruhi *academic anxiety* adalah *Social support*. *Social support* merupakan kepedulian sosial dalam memberikan hal positif untuk kesehatan fisik dan mental kepada orang lain (Weiss, 1974; Mansur & Ali, 2020). Mahasiswa yang dengan *Social support* yang tinggi cenderung memiliki tingkat *academic anxiety* yang rendah sebaliknya rendahnya *Social support* berdampak pada tingginya tingkat *academic anxiety* pada mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi (Sekarina & Indriana, 2018).

Dalam penelitian Priyanti & Mardi (2021) terlihat pengaruh signifikan *Social support* terhadap kecemasan akademik. Keefektifan *Social support* yang diterima siswa SMK jurusan Akutansi berkontribusi dalam memprediksi tingkat

kecemasan akademik yang dialaminya. Penelitian Hidayat & Setiowati (2021) juga memberikan hasil adanya pengaruh *Social support* terhadap kecemasan akademik mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling. Dengan kata lain semakin baik *Social support* yang diterima mahasiswa akan membuat semakin rendah kecemasan yang dirasakannya. Namun Iffat (2021) dalam penelitiannya justru memaparkan tiada pengaruh antara *Social support* terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa jurusan Teknik Arsitektur. Kecemasan yang dialami tetap tinggi meskipun mereka mendapatkan *Social support* yang baik.

Menurut Puriana & Dewi (2020) variabel lain yang juga dapat mempengaruhi *academic anxiety* adalah *adversity quotient*. *Adversity quotient* (AQ) merupakan kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan individu seperti, menganggap dirinya kurang mampu menghadapi masalah, dan pikiran tentang hal-hal buruk yang akan menimpa dirinya di masa depan (Stoltz, 1997; Puriani & Dewi, 2020). Mahasiswa yang memiliki *adversity quotient* tinggi akan terus maju dan berkembang meskipun menghadapi berbagai kesulitan sedangkan mereka dengan *adversity quotient* rendah cenderung mengalami *academic anxiety* (Rivalina, 2021). Tingginya *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa membuat semakin rendahnya *academic anxiety* yang dirasakan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya (Rahmawan, 2021).

Aung & San (2020) menyatakan hubungan negatif *adversity quotient* dengan kecemasan akademik mahasiswa. Mahasiswa dengan *adversity quotient*

rendah lebih mudah merasakan kecemasan akademik yang parah. Penelitian Supradewi (2021) juga menunjukkan bahwa *adversity quotient* mempengaruhi kecemasan akademik pada mahasiswa. Kecemasan akademik yang dirasakan mahasiswa umumnya dipengaruhi oleh tingkat *adversity quotient* yang mereka miliki. Namun penelitian William (2016) membantah bahwa tidak ada hubungan *adversity quotient* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa Jurusan Psikologi. Kecemasan akademik yang dirasakan mahasiswa bisa juga disebabkan oleh variabel lain selain *adversity quotient*.

Isu mengenai *academic anxiety* penting untuk diteliti karena selama ini berdampak negatif pada kinerja akademik mahasiswa (Hooda, 2017). Sejumlah penelitian di Indonesia juga menunjukkan bahwa *academic anxiety* menyebabkan turunnya performa akademik mahasiswa (Exacta & Hidajat, 2017; Aristawati & Ananta, 2020). Selain itu, fenomena tingkat *academic anxiety* yang tinggi pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Indonesia perlu adanya perhatian khusus untuk segera diatasi agar tidak merugikan diri mahasiswa sendiri. Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa variabel *social support* dan *adversity quotient* berpengaruh terhadap *academic anxiety* mahasiswa, namun tidak secara parsial. Penelitian ini akan mengkaji secara parsial bagaimana *Social support* dan *Adversity quotient* berkontribusi terhadap *academic anxiety* dengan sampel mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

B. Rumusan Masalah

Penelitian ini memiliki rumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat pengaruh *social support* terhadap *academic anxiety*?
2. Apakah terdapat pengaruh *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*?
3. Apakah terdapat pengaruh *social support* dan *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*?

C. Keaslian Penelitian

Ada sejumlah penelitian terdahulu yang melihat bagaimana pengaruh *social support* dengan *academic anxiety*. Penelitian Priyanti (2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *self efficacy* berpengaruh terhadap *academic anxiety* mahasiswa. Mahasiswa yang merasakan adanya dukungan sosial dan memiliki *self-efficacy* yang baik mampu menghadapi *academic anxiety* yang dirasakan. Penelitian Lestari & Wulandari (2021) yang melibatkan mahasiswa Prodi Psikologi dan Prodi Teknik Informatika Universitas Muhammadiyah Purwokerto juga menunjukkan pengaruh negatif antara dukungan orang tua dengan kecemasan yang dialami mahasiswa saat menyusun skripsi. Mereka yang mendapat dukungan sosial dari keluarga dan orang sekitar lebih mampu mengatasi *academic anxiety* yang dirasakannya.

Selanjutnya, penelitian Madoni & Mardiyah (2021) pada siswa di SMK Negeri mengklarifikasi adanya hubungan negatif antara religiusitas, kecerdasan

emosional, dan dukungan sosial dengan kecemasan akademik. Religiusitas, kecerdasan emosional dan dukungan menjadi faktor-faktor yang dapat menurunkan kecemasan akademik yang dialami siswa. Marhamah & Hamzah (2017) menyatakan *social support* berpengaruh terhadap *academic anxiety*. Selanjutnya, Penelitian Maulana (2021) juga menjelaskan dukungan sosial dari teman sebaya mempengaruhi *academic anxiety* mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Dukungan sosial dari teman sebaya mampu menurunkan tingkat *academic anxiety* yang dirasakannya.

Berikutnya ialah beberapa penelitian yang membahas hubungan *adversity quotient* dengan *academic anxiety*. Penelitian Apnesi (2016) melihat hubungan *academic anxiety* dengan *adversity quotient* pada mahasiswa. *Academic anxiety* yang dialami mahasiswa menunjukkan hubungan negatif dengan *adversity quotient* yang dimilikinya. Hasil penelitian Putri & Akbar (2022) juga menunjukkan pengaruh *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*. Dengan kata lain, mahasiswa yang merasakan *academic anxiety* tinggi memiliki *adversity quotient* yang rendah, sedangkan mahasiswa yang merasakan *academic anxiety* rendah memiliki *adversity quotient* yang tinggi. Rasyidin (2018) juga menggambarkan kecemasan akademik yang dirasakan mahasiswa saat menyelesaikan skripsi di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Mereka yang mempunyai tingkat *adversity quotient* tinggi ternyata tidak terlalu merasakan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi.

Selanjutnya, penelitian Solikhah (2021) memaparkan hubungan negatif *adversity quotient* dengan *academic anxiety* siswa SMP. Siswa SMP yang memiliki *adversity quotient* rendah ternyata kurang mampu mengatasi *academic anxiety* yang dirasakannya. Terakhir, penelitian Putri & Akbar (2022) melihat pengaruh negatif *adversity quotient* dan kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir fakultas kedokteran. Mahasiswa dengan tingkat *adversity quotient* tinggi lebih mampu menghadapi kecemasan yang ditimbulkan penyusunan tugas akhirnya. Dari sejumlah penelitian sebelumnya di atas ditemukan beberapa variabel bebas berhubungan dengan *academic anxiety* seperti *adversity quotient*, dukungan sosial, kecerdasan emosional, *religiusitas*, dan *self efficacy*. Penelitian ini akan melihat pengaruh dukungan sosial dan *adversity quotient* terhadap *academic anxiety* secara parsial pada sampel mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN Sunan Ampel Surabaya tahun 2022.

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini membentuk tujuan penelitian berdasarkan rumusan masalah yang telah terbentuk diatas, yaitu :

1. Untuk mengetahui adanya pengaruh *social support* terhadap *academic anxiety*.
2. Untuk mengetahui adanya pengaruh *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*.
3. Untuk mengetahui adanya pengaruh *social support* dan *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat bermanfaat dalam memperkaya informasi sebagai wawasan keilmuan dalam bidang psikologi khususnya psikologi pendidikan.

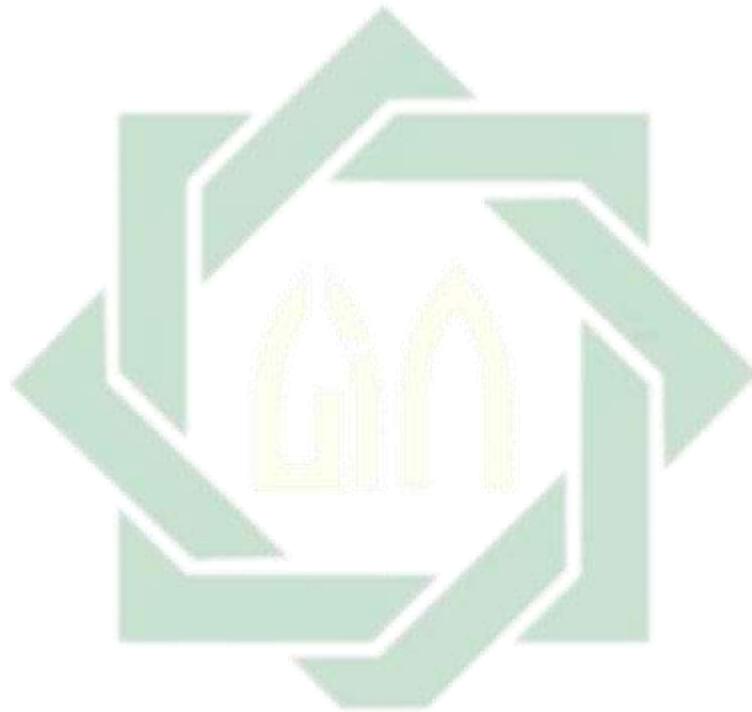
2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi literasi mahasiswa psikologi mengenai *Social support*, *adversity quotient* dan *academic anxiety* pada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi. Penelitian ini juga dapat memberikan data empiris kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya terkait pengaruh *Social support* dan *Adversity quotient* terhadap *academic anxiety* mahasiswa yang menyelesaikan skripsi.

F. Sistematika Pembahasan

Skripsi ini terdiri atas lima bab yakni bab pendahuluan, bab kajian pustaka, bab metode penelitian, bab hasil dan pembahasan, dan bab kesimpulan. Bab I pendahuluan berisi subbab latar belakang masalah, rumusan masalah, keaslian penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan. Bab II kajian Pustaka menjelaskan tentang *academic anxiety*, *social support*, *adversity quotient*, hubungan antar variabel, kerangka teoritik dan hipotesis. Bab III metode penelitian terdiri atas subbab rancangan penelitian, identifikasi variabel, definisi operasional, populasi, teknik sampling, sampel, instrumen penelitian, hasil uji

validitas dan reliabilitas, serta teknik analisis data. Bab IV hasil penelitian dan pembahasan mengemukakan hasil penelitian, pengujian hipotesis, dan pembahasan. Bab V penutup terbagi atas subbab kesimpulan dan saran.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Academic anxiety

Kecemasan akademik atau *academic anxiety* adalah gangguan pola pikir, respon fisiologis dan perilaku yang diakibatkan oleh kecemasan atas dampak negatif yang mungkin diterima dari risiko akademik (Ottens, 1991). Menurut Cassady (2010), *academic anxiety* ialah merupakan tertekan, takut, atau stres karena tekanan akademik. Selain itu, Mooney (2021) mendefinisikan *academic anxiety* sebagai perasaan negatif yang dirasakan peserta didik atas kemungkinan yang terjadi akibat tuntutan sekolah. *Academic anxiety* merupakan kecemasan yang timbul dari kemungkinan bahaya yang berasal dari lingkungan lembaga akademik, staf akademik, mata pelajaran tertentu atau tugas akademik tertentu yang menimbulkan perasaan mental kegelisahan atau kesusahan dalam situasi akademik yang dianggap negatif (Abbott-Jones, 2021).

Academic anxiety juga digambarkan sebagai situasi yang dipicu oleh ancaman, seperti kekhawatiran akibat teguran dari guru, dimarahi orang tua karena nilai ujian jelek yang membuat stres, ketakutan tidak lulus tepat waktu, dan berbagai konsekuensi dari kegagalan akademik yang membuat seseorang mengalami gangguan kecemasan (Spielberger, 1972; Ottens, 1991; Mirawdali & Ball, 2018). *Academic anxiety* yang berlebihan dapat mengganggu rentang perhatian, konsentrasi, dan memori yang menyebabkan efek negatif pada prestasi akademik

(Apnesi, 2016). Peserta didik yang mengalami *academic anxiety* cenderung menunjukkan gejala khawatir dengan segala sesuatu yang dianggap salah, menghindari bersosialisasi, tidak mampu menyelesaikan tugas yang diberikan hingga tidak bisa melakukan aktivitas sehari-hari seperti biasanya (Alam, 2017). Berdasarkan pemaparan di atas, dapat ditarik simpulan bahwa *academic anxiety* atau kecemasan akademik adalah kecemasan yang ditimbulkan oleh persepsi terhadap berbagai konsekuensi akademik yang diterima sehingga menyebabkan gangguan pola pikir, respon fisiologis dan perilaku.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *academic anxiety* adalah pribadi, keluarga, sosial, dan kelembagaan (Alam, 2017). Faktor pribadi berasal dari diri peserta didik sendiri, meliputi gangguan emosi, gangguan kesehatan, konsep diri, tingkat aspirasi, tingkat kecerdasan, tingkat ketahanan diri dalam menghadapi masalah, dan sebagainya. Faktor keluarga berasal dari keluarga peserta didik, meliputi pola asuh orang tua, status sosial ekonomi, dan masalah keluarga lainnya. Faktor sosial adalah faktor yang berasal dari kehidupan sosial di sekitar peserta didik, seperti norma-norma irasional masyarakat sekitar, pergaulan, tingkat distribusi sumber daya dan lokalitas lainnya. Faktor kelembagaan berasal dari lembaga akademik peserta didik, meliputi jenis sekolah, lingkungan sekolah, kurikulum dan ekstrakurikuler, hubungan guru dan murid dan sebagainya.

Menurut Alam (2017), ada dua jenis stress yang dapat menimbulkan *academic anxiety* yaitu *academic stressor* dan *social stressor*. *Academic stressor* ialah stres yang timbul akibat berbagai tugas akademik sekolah, seperti tugas,

ulangan dan prestasi belajar. *Social stressor* ialah stres yang timbul akibat interaksi atau hubungan interpersonal di sekolah, seperti interaksi dengan guru, teman sebaya dan segala macam bentuk partisipasi siswa di dalam kelas.

Dari segi aspek, terdapat empat macam *academic anxiety* yang digolongkan menjadi *physical demands*, *task demands*, *role demands*, dan *interpersonal demands* (Aung & San, 2020). *Physical demands* (tuntutan fisik) merupakan tuntutan yang bersumber dari lingkungan fisik sekolah, diantaranya keadaan iklim ruang kelas, temperature, pencahayaan dan penerangan, sarana dan prasarana penunjang pembelajaran, kebersihan dan kesehatan sekolah, keamanan sekolah, dan sebagainya. *Task demands* (tuntutan tugas) merupakan tuntutan yang bersumber dari berbagai tugas-tugas pelajaran (*academic work*) yang menimbulkan perasaan tertekan pada siswa, diantaranya tugas-tugas yang dikerjakan di sekolah (*classwork*), tugas-tugas yang di kerjakan di rumah (*homework*), tuntutan kurikulum, menghadapi ujian atau ulangan, kedisiplinan di sekolah, dan mengikuti berbagai kegiatan ekstrakurikuler. *Role demands* (tuntutan peran) merupakan tuntutan yang bersumber dari kewajiban peserta didik untuk memenuhi fungsi pendidikan di sekolah, diantaranya harapan memiliki nilai yang memuaskan, mempertahankan prestasi sekolah, memiliki sikap yang baik, memiliki motivasi belajar yang tinggi, dan memiliki ketrampilan yang lebih. *Interpersonal demands* (tuntutan interpersonal) merupakan tuntutan yang bersumber dari kemampuan melakukan interaksi sosial atau menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, diantaranya, ketidakmampuan dalam menjalin hubungan positif dengan guru dan teman sebaya, keharusan menghadapi persaingan dengan teman, adanya perlakuan

guru yang tidak adil, adanya sikap kurangnya perhatian dan dukungan dari guru dan sikap dijauhi bahkan dikucilkan teman.

Ottens (1991) mengklasifikasi karakteristik *academic anxiety* menjadi empat dimensi, yaitu : *patterns of anxiety-engendering mental activity*, *misderelected attention*, *physiological distress*, dan *innappropriate behaviours* (Ottens, 1991; Cassady J. C., 2010; Priyanti, 2022). *Patterns of anxiety-engendering mental activity* merupakan pola kecemasan menimbulkan aktivitas mental berupa kekhawatiran, menganggap segala sesuatu terasa salah, kurang dapat menyesuaikan diri, pola pikir terganggu sehingga kesulitan menetapkan jati diri, memotivasi diri sendiri, dan mengatasi kecemasan akademik dari kesalahan persepsi. *Misderelected attention* adalah kegagalan konsentrasi dari perhatian yang teralihkan oleh faktor internal (kecemasan, overthinking, reaksi fisiologis) dan faktor eksternal (keramaian, kehadiran orang lain, kerusakan perlengkapan akademik). *Physiological distress* terlihat dari perubahan fisik secara negatif karena kecemasan emosional seperti jantung berdetak lebih cepat, migrain, berkeringat, otot kram, tangan gemetar, bicara gagap, dan sering buang air kecil. *Innappropriate behaviours* adalah tindakan menyimpang seperti memaksakan diri untuk bersantai daripada mengerjakan tugas serta menunda-nunda menyelesaikan tugas.

Rahmawan (2021) dalam penelitiannya menjabarkan empat aspek dalam diri individu yang mengalami *academic anxiety* terdiri dari aspek psikologis, aspek kognitif, aspek somatik, dan aspek motorik. Aspek psikologis berupa perasaan khawatir, perasaan tegang, panik, gugup, merasa tidak aman dan depresi. Aspek

kognitif berupa perasaan cemas akan terus mengkhawatirkan segala macam masalah yang mungkin terjadi sehingga sulit berkonsentrasi, bingung dan menjadi sulit untuk mengingat kembali. Aspek somatik berupa mudah berkeringat, jantung berdetak cepat, otot yang tegang, tekanan darah meningkat, pusing dan sering merasa mual. Aspek motorik berupa tangan yang selalu gemetar, suara yang terbata-bata, dan sikap yang terburu-buru.

Academic anxiety yang dialami individu ditandai dengan beberapa gejala yang timbul diantaranya gejala fisik, gejala pikiran, gejala perilaku dan gejala emosi (Ardi, 2021). Gejala fisik, seperti sakit perut, mudah lelah, memegang benda dengan erat, otot tegang, sakit kepala, suka berkeringat dingin, sering buar air kecil, denyut jantung meningkat, tangan dingin. Gejala pikiran, seperti bingung atau pikiran kacau, pelupa, tidak punya tujuan hidup, berpikir negatif, prestasi menurun, kehilangan harapan, merasa tidak berguna, merasa tidak menikmati hidup, sulit berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, tidak punya prioritas. Gejala perilaku, seperti gugup, suka bohong, suka bolos, tidak disiplin, tidak peduli terhadap materi, suka menggerutu, sulit konsentrasi, malas belajar, tidak mengerjakan tugas, suka mengambil jalan pintas, tidak punya keterampilan atau kompetensi, suka menyendiri, menghindari situasi stres, insomnia, menyalahkan orang lain. Gejala emosi, seperti mudah marah, panik, mudah kecewa, tidak ada rasa humor, gelisah, merasa ketakutan.

Tingkat *academic anxiety* yang dirasakannya mulai dari kecemasan tingkat ringan hingga berat akibat tekanan akademik. Moonrey (2021) menggolongkan

konsekuensi *academic anxiety* menjadi *healthy academic anxiety* dan *unhealthy academic anxiety*. *Healthy academic anxiety* merupakan kecemasan normal yang dialami peserta didik dari tekanan akademiknya pada tingkat ringan. Stres dalam jangka waktu sementara hampir dialami setiap peserta didik dan jika diolah dengan baik dapat memotivasi mereka untuk berprestasi. Adapun *unhealthy academic anxiety* adalah kecemasan parah yang menimbulkan reaksi berlebihan dan menyebabkan dorongan untuk lari dari situasi akademik. Kecemasan akademik pada tingkat berat dapat menyebabkan gangguan mental seperti *Generalized Anxiety Disorder* (GAD), depresi, *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD), gangguan panik, *Obsessive Compulsive Disorder* (OCD), dan gangguan mental berat lainnya.

Menurut Abbott-Jones (2021), metode atau cara yang digunakan untuk mengatasi atau menangani *academic anxiety* ialah dengan memberikan terapi gangguan stres dan depresi, antara lain psikoterapi psikiatrik, psikoterapi keagamaan, terapi psikofarmaka, dan terapi relaksasi. Psikoterapi psikiatrik bertujuan untuk memulihkan kepercayaan diri (*self confidence*) dan memperkuat fungsi ego individu yang mengalami *academic anxiety*. Psikoterapi keagamaan bertujuan menekankan pemberian materi rohani yang dapat menentramkan jiwa dan menambah ketenangan batin peserta didik. Terapi psikofarmaka (farmakoterapi) bertujuan menggunakan obat anti depresi untuk peserta didik dengan tingkat stres yang cenderung mengarah ke depresi. Terapi relaksasi bertujuan memberi sugesti atau energi positif yang memungkinkan peserta didik bisa relaks dan berpikir positif mengenai tuntutan akademik yang dihadapinya.

B. Social support

Dukungan sosial atau *Social support* adalah proses hubungan yang terbentuk dari persepsi bahwa individu dicintai dan berharga saat menghadapi tekanan dalam hidupnya (Weiss, 1974). Kepedulian sosial memberikan hal positif untuk kesehatan fisik dan mental orang lain (Mansur & Ali, 2020). *Social support* juga diartikan sebagai hubungan interpersonal individu dengan menilai integrasi sosial yang menunjukkan sejauh mana seorang individu menjadi bagian dari jaringan sosial (Iffat, 2021). Definisi lain menurut Sekarina & Indriana (2018) dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan keluarga, teman, kelompok, atau masyarakat untuk memenuhi kebutuhan emosional, fisik, informasional, dan sosial individu.

Social support secara fungsional terbagi menjadi dua, yaitu dukungan yang dirasakan individu dan diyakini tersedia baginya, dan dukungan yang diberikan oleh orang lain namun belum tentu diyakini tersedia baginya (Morgan, 2020). Dampak positif atau negatif dari *Social support* terhadap individu tergantung pada persepsi individu tersebut menilai jumlah dukungan yang diberikan serta tingkat kepuasan atas dukungan yang diterimanya (Wright & Egbert, 2019). Berlandaskan penjelasan-penjelasan di atas, disimpulkan bahwa *Social support* adalah kepedulian sosial guna memenuhi kebutuhan emosional, fisik, informasional, dan penghargaan individu sehingga memberi kesejahteraan bagi kesehatan fisik dan mentalnya.

Social support menurut jenisnya dibagi menjadi empat yakni emosional, fisik, informasional, dan penghargaan (Sarason, 2011; Wright & Egbert, 2019).

Dukungan emosional melibatkan pengelolaan emosi seperti mendengarkan masalah untuk mengatasi depresi, atau menunjukkan empati dan kepedulian untuk meredakan stres. Dukungan fisik berbentuk bantuan keuangan atau materi seperti penyediaan uang, waktu dan tenaga. Dukungan informasional adalah penyediaan informasi bermanfaat bagi individu seperti memberi nasihat, saran atau rekomendasi. Dukungan penghargaan terwujud dari ungkapan perasaan berupa dorongan positif seperti memberi pujian secara langsung atas apa yang dilakukan atau menghargai pencapaian individu.

Aspek *Social support* terdiri atas dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif (Mansur & Ali, 2020). Dukungan emosional, yaitu mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan penghargaan, yaitu terjadi lewat ungkapan positif bagi orang itu seperti pujian dan penghargaan, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif orang itu dengan orang lain. Dukungan instrumental, yaitu mencakup bantuan langsung untuk mempermudah perilaku menolong individu, misalnya bantuan benda, uang, pekerjaan, dan waktu. Dukungan informatif, yaitu mencakup pemberian nasehat, saran-saran, atau umpan balik.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *Social support* adalah pemberi dukungan, jenis dukungan, waktu dukungan, kapasitas dukungan dan penerimaan dukungan (Mansur & Ali, 2020). Pemberi dukungan merupakan siapa dan seberapa penting peran orang lain yang memberi bantuan kepada individu. Jenis dukungan

berupa benda, pengetahuan atau kasih sayang yang diberikan orang lain sebagai dukungan kepada individu. Waktu dukungan menentukan keefektifan dukungan yang diberikan. Kapasitas dukungan menggambarkan besar atau kecilnya dukungan yang diberikan orang lain kepada individu secara nyata. Penerimaan dukungan merupakan persepsi individu dalam menerima segala bentuk dukungan yang diberikan orang lain kepadanya.

Dukungan sosial bermanfaat memberikan kenyamanan fisik dan psikologis kepada individu yang dapat dilihat dari bagaimana dukungan sosial mempengaruhi efek dari stress yang dimiliki individu (Anggoro, 2018). Hubungan dukungan sosial juga dapat mengubah hubungan antara respon individu pada kejadian yang dapat menimbulkan stres (Ansori, 2015). *Sosial support* tidak hanya berwujud dalam bentuk dukungan moral, melainkan dukungan spiritual dan dukungan material (Mahajan, 2015). *Sosial support* dapat meringankan beban dari seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami masalah atau persoalan. Dukungan sosial diberikan merupakan suatu dorongan untuk mengobarkan semangat hidupnya, menyadarkan bahwa masih ada orang lain yang peduli (William, 2016).

Weiss (1974) dalam teorinya mengklarifikasi enam dimensi dalam variabel dukungan sosial yaitu *emotional attachment*, *social integration*, *reassurance of worth*, *reliable reliance*, *guidance*, dan *opportunity for nurturance* (Weiss, 1974; Wright & Egbert, 2019). *Emotional attachment* merupakan jenis dukungan yang membuat individu mendapatkan kedekatan emosional. *Social integration* berupa jenis dukungan yang memungkinkan untuk berbagi minat dan memberi perhatian

yang bersifat reaktif bersama-sama. *Reassurance of worth* merupakan jenis dukungan berupa penghargaan atau pengakuan atas kemampuan individu yang menerima dukungan sosial tersebut. *Reliable reliance* adalah jenis dukungan yang menuntut orang lain dapat menjamin dukungannya secara terus menerus kepada individu yang menerima dukungan. *Guidance* terlihat dari jenis dukungan yang membuat individu yang memperoleh dukungan mendapat informasi, nasihat, atau saran yang berguna untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi. *Opportunity for nurturance* menggambarkan jenis dukungan yang memungkinkan individu yang menerima dukungan sosial memperoleh kesejahteraan.

C. *Adversity quotient (AQ)*

Adversity quotient adalah kecerdasan individu menghadapi kesulitan secara teratur (Stoltz, 1997). Pengertian lain menyatakan bahwa *adversity quotient* adalah serangkaian dasar ilmiah sebagai alat ukur untuk mengetahui respon individu dalam memperbaiki kesulitan (Marjan & Ifdil, 2018). Selanjutnya, *adversity quotient* diterjemahkan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan individu, seperti menganggap dirinya tidak mampu mengatasi masalah, dan pikiran tentang hal-hal buruk yang akan terjadi menimpa diri individu dimasa depan (Puriani & Dewi, 2020).

Kemampuan yang dimiliki individu untuk mengelola kesulitan sebagai peluang menuju kesuksesan juga dianggap sebagai *adversity quotient* (Aung & San, 2020). *Adversity quotient* sebagai salah satu kecerdasan yang menjadi modal bagi individu untuk meraih kesuksesan yang ditujunya (Putri & Akbar, 2022). *Adversity*

quotient merupakan peluang individu untuk meraih keberhasilan dan menggunakan respon perbaikan atas kesulitan dari masalah kehidupan yang harus dihadapi (Rivalina, 2021). Berdasarkan definisi-definisi diatas, disimpulkan bahwa *adversity quotient* adalah kecerdasan individu bertahan terhadap kesulitan hidup yang harus dihadapi menjadi sebuah tantangan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *adversity quotient* terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal (Puriani & Dewi, 2020). Faktor internal berasal dari dalam diri individu yang mempengaruhi ketahanan menghadapi kesulitan, seperti kecerdasan genetik, keyakinan diri, kemauan, kepribadian, pengetahuan, kinerja, dan kesehatan individu. Faktor eksternal berasal dari luar diri individu yang mempengaruhi ketahanan menghadapi kesulitan, seperti pendidikan yang diterima, lingkungan tempat tinggal, dan kehidupan masyarakat di sekeliling individu.

Stoltz (1997) mengklasifikasi *adversity quotient* berdasarkan daya juangnya menjadi tiga kategori yaitu *quitter*, *camper*, dan *climber*. *Quitters* merupakan tipe individu yang menghindari tantangan hidup dan berhenti berusaha demi menikmati hidup. *Campers* merupakan tipe individu yang melakukan sedikit atau beberapa usaha untuk mengapai tujuannya, dan akan berhenti melakukan perbaikan atau usaha ketika tujuannya telah tercapai. *Climbers* merupakan tipe individu yang akan selalu berusaha dalam segala aspek di sepanjang hidupnya tanpa mempedulikan keuntungan dan kerugian yang didapatkan sebab berusaha ialah petualangan dalam hidupnya (Stoltz, 1997; Puriani & Dewi, 2020; Aung & San, 2020).

Menurut Stoltz (1997), bila kesuksesan ibarat dengan pohon, maka daun adalah kinerjanya, cabang adalah bakat dan harapan, batang adalah kecerdasan, kesehatan dan karakter, akar adalah keturunan, pendidikan, kepercayaan, dan tanah adalah tempat pohon kesuksesan tumbuh subur atau gersang (Stoltz, 1997; Aung & San, 2020). Daun = Kinerja, daun diberi label kinerja merujuk pada bagian diri kita yang paling mudah terlihat oleh orang lain karena bagian ini paling menonjol yang paling sering dievaluasi atau dinilai. Cabang = Bakat dan Kemauan / Keahlian dan Kekuatan, cabang menggambarkan keterampilan, kompetensi, pengalaman dan pengetahuan seseorang yakni apa yang seseorang ketahui dan mampu dia kerjakan. Batang = Kecerdasan, Kesehatan dan Karakter, batang menggambarkan kecerdasan, kesehatan dan karakter yang dimiliki dan terbentuk dari diri individu memiliki andil besar dalam kesuksesan seseorang dalam menghadapi segala tantangan yang dihadapinya. Akar = Genetika, Pendidikan dan Keyakinan, akar menggambarkan asal dari semua faktor yang baru dibahas penting bagi kesuksesan seseorang, namun tak satu pun dari faktor tersebut bisa tumbuh tanpa faktor akar meski warisan genetik tidak akan menentukan nasib seseorang namun faktor ini pasti ada pengaruhnya.

Ada 4 dimensi dalam variabel *adversity quotient* yang disingkat C02RE yakni *control*, *origin*, *ownership*, *reach*, dan *endurance* (Stoltz, 1997; Zuraida, 2017; Putri & Akbar, 2022). *Control* adalah dimensi yang mempertanyakan seberapa besar kendali individu dalam menghadapi, mengatasi, dan mengantisipasi peristiwa yang menimbulkan kesulitan. *Origin* menimbulkan tanya siapa atau apa yang menjadi penyebab kesulitan, sedangkan *ownership* menunjukkan sejauh mana

individu mengakui akibat yang ditimbulkan dari situasi yang sulit. *Reach* menunjukkan sejauh mana kesulitan akan berdampak pada kehidupan adapun *endurance* berarti berapa lama kesulitan akan berlangsung.

Cara mengembangkan dan menerapkan *Adversity quotient* dapat diringkas dalam kata LEAD, yaitu *listen, explore, analyze, dan do* (Stoltz, 1997; Solikhah, 2021; Rivalina, 2021). *Listen*, pada tahap ini mendengarkan repon terhadap kesulitan merupakan langkah yang penting dalam mengubah *Adversity quotient* individu dengan berusaha menyadari dan menemukan penyebab dari segala kesulitan dan hambatan yang terjadi. *Explore*, pada tahap ini individu didorong untuk menjajaki asal-usul atau mencari penyebab dari segala masalah dan hambatan yang ada setelah itu dia akan berusaha menemukan mana yang merupakan kesalahannya lalu mengeksplorasi alternative tindakan yang paling tepat. *Analyze*, pada tahap ini individu diharapkan mampu menganalisa apa yang menyebabkannya tidak dapat mengendalikan masalah sehingga kesulitan yang dihadapi mengganggu wilayah lain dalam kehidupan serta kesulitan itu berlangsung lebih lama dari semestinya. *Do*, pada tahap akhir ini individu diharapkan dapat mengambil tindakan nyata setelah melewati tahapan-tahapan sebelumnya sehingga diharapkan mendapat informasi tambahan guna melakukan pengendalian akan berbagai situasi yang sangat sulit, kemudian membatasi jangkauan keberlangsungan masalah saat kesulitan terjadi.

Jadi, sebelum kesulitan menjadi tidak terkendali, kita dapat mengembangkan keterampilan LEAD ketika mendapatkan hambatan. Pertama, kita

gunakan pendengaran (*listen*) untuk mempelajari semua masalah yang ada dengan mendengarkan kata hati dan pendapat orang lain, kemudian kita gali (*explore*) masalah tersebut untuk mencari asal penyebab masalah dan berusaha menemukan solusi yang paling tepat untuk keluar dari permasalahan tersebut. Selanjutnya, kita analisis (*analyze*) mana berbagai macam solusi yang sudah kita kumpulkan mana yang mempunyai tingkat *Adversity quotient* paling tinggi. Terakhir adalah lakukan (*do*), laksanakan apa yang sudah menjadi ketetapan setelah melalui tahapan-tahapan sebelumnya karena setiap masalah sejatinya memang harus dihadapi, bukannya lari dan menghindar jauh (Stoltz, 1997; Apnesi, 2016; Supradewi, 2021).

Peran *Adversity quotient* dalam kehidupan sehari-hari sangat beragam yakni sebagai daya saing, produktivitas, kreatifitas, motivasi, mengambil resiko, ketekunan, belajar dan berbagai peran lainnya (Apnesi, 2016). *Adversity quotient* yang tinggi membuat individu merespon kesulitan secara lebih optimis dapat diramalkan akan bersifat lebih agresif dan mengambil lebih banyak resiko, sedangkan *Adversity quotient* yang rendah membuat reaksi individu lebih pesimis terhadap kesulitan serta menimbulkan sikap pasif dan hati-hati (Puriani & Dewi, 2020). Motivasi yang tinggi akan mendorong seseorang ke tingkat yang mungkin dianggap orang-orang yang ber-AQ sedang atau rendah sebagai sesuatu hal yang mustahil bahkan tidak mungkin untuk dilakukan. Namun, seseorang yang ber-AQ tinggi akan bersikap optimis ketika menghadapi kesulitan dan hambatan, sehingga setiap hal terjadi selalu dipandang memiliki celah dan peluang untuk menjadikannya lebih maju (Rahmawan, 2021; Supradewi, 2021).

D. Pengaruh Antar Variabel Social support dan Adversity quotient Terhadap Academic anxiety

Penelitian Fitri (2021) memperlihatkan bahwa *Social support* mampu menekan *academic anxiety* yang dirasakan mahasiswa. Selama menyusun skripsi, mahasiswa sering mengalami berbagai kendala yang dapat menyebabkan *academic anxiety*. Penanganan yang dilakukan untuk mengatasi *academic anxiety* salah satunya dengan dukungan sosial (Sutikno, 2015; Lestari & Wulandari, 2021; Madoni & Mardiyah, 2021; Siahaan, 2022). Setiap mahasiswa mendapatkan dukungan sosial dari orang disekitarnya dengan takaran yang berbeda-beda, tetapi diri mahasiswa sendiri dapat mengusahakan dukungan sosial yang diterimanya dengan menjaga komunikasi dan kedekatan dengan keluarga maupun orang sekitar sehingga dapat membantu mengurangi *academic anxiety* yang dihadapi selama menyusun skripsi (Anggoro, 2018; Sukma, 2021; Hidayat, Ramli, & Setiowati, 2021).

Penelitian Penelitian Ansori (2015) tentang korelasi *Adversity quotient* dengan *academic anxiety* yang dialami mahasiswa dalam kehidupan perkuliahan. *Adversity quotient* yang semakin tinggi dimiliki mahasiswa membuat dirinya tidak mudah mengalami *academic anxiety*. Sebaliknya, semakin rendah *Adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa membuat mahasiswa rentan mengalami *academic anxiety* dalam kehidupan perkuliahan (Apnesi, 2016; Aung & San, 2020; Putri & Akbar, 2022). *Adversity quotient* yang tinggi mampu membantu individu mengelola dan mengatasi stress akademik yang dirasakan sehingga kesulitan yang

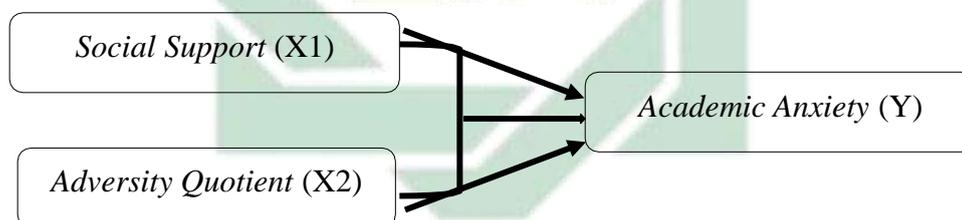
dihadapi dapat teratasi demi mencapai hasil baik yang dikehendaki (Solikhah, 2021; Supradewi, 2021; Rivalina, 2021).

Social support yang diterima mahasiswa mampu mengontrol *academic anxiety* yang dirasakan mahasiswa. Tinggi rendahnya tingkat *Social support* mahasiswa berkontribusi pada rendah tingginya tingkat *academic anxiety*. *Adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa dapat menekan *academic anxiety* yang dirasakannya. Besar tingkat *Adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa berbanding terbalik terhadap besar tingkat *academic anxiety* yang dimilikinya pula. *Social support* sebagai faktor eksternal yang diterima mahasiswa mampu mengatasi *academic anxiety* yang dirasakannya sehingga mudah menyelesaikan skripsi tepat waktu, sedangkan *Adversity quotient* sebagai faktor internal menjadi senjata ampuh untuk mengatasi *academic anxiety* dalam diri mahasiswa saat penyusunan tugas akhir skripsi (Cassady & Pierson, 2019).

Semakin banyak *Social support* yang diterima mahasiswa dan semakin banyak mahasiswa dapat mensyukuri *Social support* yang diterimanya, maka mahasiswa dapat mengatasi *academic anxiety* yang dirasakannya sehingga dapat mudah menyelesaikan skripsi tepat waktu. Hal ini karena tingkat *Social support* yang tinggi membuat mahasiswa merasa didukung untuk mampu menyusun skripsi. Tingkat *Adversity quotient* yang tinggi dapat memunculkan kegigihan dalam menghadapi kesulitan dari *academic anxiety*. Mahasiswa menjadi percaya pada kemampuan dirinya untuk mengendalikan hambatan dalam menyusun skripsi, dan memiliki harapan lebih besar untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu.

E. Kerangka Teoritik

Academic anxiety pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dipengaruhi oleh beberapa variabel. Marhamah & Hamzah (2017) menyatakan *social support* berpengaruh terhadap *academic anxiety*. Selanjutnya, hasil penelitian Putri & Akbar (2022) juga menunjukkan pengaruh *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variable *social support* dan *adversity quotient* terhadap *academic anxiety* pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang sedang mengerjakan skripsi. Bagan kerangka teoritik dalam penelitian ini diperlihatkan pada gambar dibawah ini :



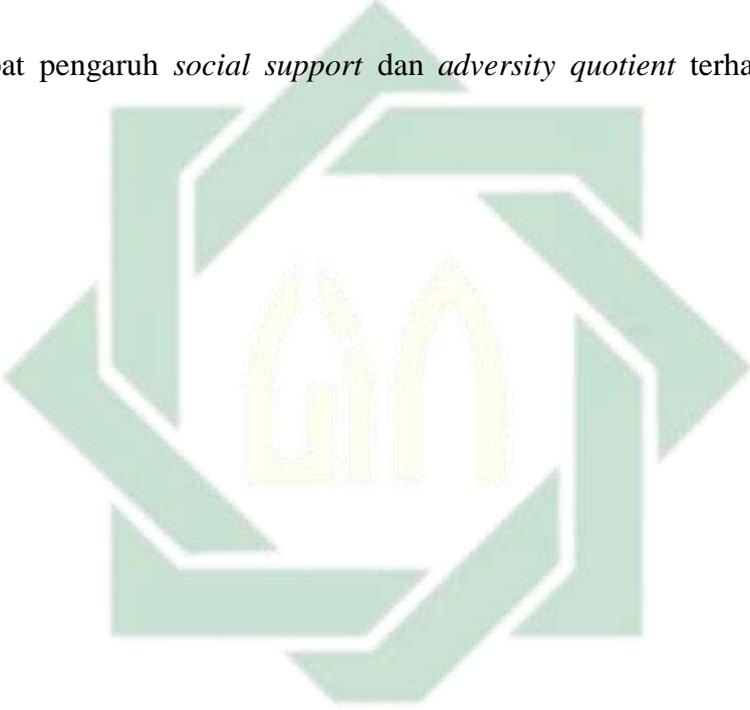
Gambar 2.1 Kerangka Teoritik

Gambar 2.1 di atas menjelaskan bahwa *social support* yang diterima individu mempengaruhi tingkat *academic anxiety* yang dirasakan. *Social support* yang tinggi akan membuat *academic anxiety* yang dirasakan rendah. Demikian pula dengan tinggi rendahnya tingkat *adversity quotient* yang akan berpengaruh terhadap *academic anxiety*. Selanjutnya *social support* dan *adversity quotient* yang tinggi akan membuat *academic anxiety* yang dimiliki individu rendah.

F. Hipotesis

Penelitian ini memiliki hipotesis yang akan diuji, yakni:

1. Terdapat pengaruh *social support* terhadap *academic anxiety*.
2. Terdapat pengaruh *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*.
3. Terdapat pengaruh *social support* dan *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Metode kuantitatif korelasional digunakan sebagai rancangan penelitian dalam penelitian ini. Metode kuantitatif korelasional yaitu untuk mengetahui pengaruh antara variabel dalam sebuah penelitian (Sudaryono, 2017).

B. Identifikasi Variabel

Penelitian ini teridentifikasi menggunakan dua variabel bebas (X1 & X2) dan satu variabel terikat (Y), yaitu :

- a. Variabel X1 : *Social support*
- b. Variabel X2 : *Adversity quotient*
- c. Variabel Y : *Academic anxiety*

C. Definisi Operasional

- a. *Academic anxiety*

Academic anxiety adalah gangguan pola pikir, respon fisiologis dan perilaku yang diukur dari pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental, kegagalan berkonsentrasi, distres secara fisik, dan perilaku menyimpang.

b. Social support

Social support adalah proses hubungan yang terbentuk dari persepsi bahwa individu dicintai dan berharga yang diukur dari kerekatan emosional, integrasi sosial, adanya pengakuan, ketergantungan yang dapat diandalkan, bimbingan, dan kesempatan untuk mengasuh.

c. Adversity quotient

Adversity quotient adalah kecerdasan individu menghadapi kesulitan yang diukur dari kendali, asal usul dan pengakuan, jangkauan, dan daya tahan.

D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif UIN Sunan Ampel Surabaya semester 8, semester 10, semester 12, dan semester 14 yang sedang dalam proses menyelesaikan tugas akhir skripsi di tahun 2022. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 5370 mahasiswa.

Tabel 3.1 Populasi Penelitian di UIN Sunan Ampel Surabaya

Fakultas	Jumlah
Sains dan Teknologi	403
Psikologi dan Kesehatan	227
Ekonomi dan Bisnis Islam	778
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	340
Ushuluddin dan Filsafat	608
Tarbiyah dan Keguruan	1114
Syariah dan Hukum	774
Dakwah dan Komunikasi	584
Adab dan Humaniora	542

Total	5370
-------	------

(Sumber : Data Akademik Pusat UIN Sunan Ampel Surabaya, 2022)

b. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quota sampling*, dimana sampel yang dipilih sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan hingga memperoleh jumlah kuota sampel yang diinginkan (Tersiana, 2018)

c. Sampel

Kriteria sampel untuk penelitian ini ialah mahasiswa aktif UIN Sunan Ampel Surabaya yang sedang menyelesaikan tugas akhir skripsi. Kuota sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Slovin.

Rumus Slovin :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Dimana :

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

E = *margin of error*

Dalam penelitian ini diketahui jumlah populasi mahasiswa aktif UIN Sunan Ampel Surabaya yang sedang menyelesaikan tugas akhir skripsi di tahun 2022 sebanyak 5370 mahasiswa. Untuk tingkat presisi yang ditetapkan dalam penentuan sampel penelitian ini adalah 5%. Maka besarnya penarikan jumlah sampel

penelitian dengan rumus Slovin untuk memenuhi kuota sampel dalam penelitian ini adalah :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{5370}{1 + (5370)(5\%)^2}$$

$$n = \frac{5370}{1 + (5370)(0,0025)}$$

$$n = \frac{5370}{1 + 13,425}$$

$$n = \frac{5370}{14,425}$$

$$n = 372,273$$

Hasil n dibulatkan menjadi 373 mahasiswa

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, kuota sampel dalam penelitian ini yang didapat berjumlah 373 mahasiswa.

E. Instrumen Penelitian

1. Instrumen Pengukuran *Academic anxiety*

a. Definisi Operasional

Academic anxiety adalah gangguan pola pikir, respon fisiologis dan perilaku yang diukur dari pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental, kegagalan berkonsentrasi, distres secara fisik, dan perilaku menyimpang.

b. Alat Ukur

Pengukuran tingkat *academic anxiety* yang dirasakan mahasiswa saat mengerjakan skripsi dalam penelitian ini menggunakan skala *academic anxiety* yang dikembangkan oleh Ottens (1991). Alat ukur tersebut telah diterapkan dalam beberapa penelitian sebelumnya (Apnesi, 2016; Cassady & Pierson, 2019). Skala ini terdiri dari 16 item dengan 4 pilihan jawaban skala likers yaitu (1) sangat tidak setuju, 2 (tidak setuju), 3 (setuju), dan 4 (sangat setuju). Berikut *blue print* untuk skala *academic anxiety* dalam penelitian ini:

Tabel 3.2 Blue Print Skala Academic anxiety

Dimensi	Nomor	Jumlah
<i>Patterns Of Anxiety-Engedering Mental Activity</i>	1, 3, 4, 6, 8, 9	6
<i>Misderected Attention</i>	5, 11	2
<i>Physiological Distress</i>	10	1
<i>Innapropriate Behaviours</i>	2, 7	2
Total		11

c. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1) Validitas

Skala dianggap valid bila memiliki nilai koefisien r-hitung diatas nilai koefisien r-tabel (Sudaryono, 2017). Skala *academic anxiety* meliputi 11 item memiliki hasil analisis validitas pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala Academic anxiety

Item	r-hitung	r-tabel	Hasil
AA1	0,625	0,374	Valid
AA2	0,535	0,374	Valid
AA3	0,553	0,374	Valid

AA4	0,684	0,374	Valid
AA5	0,666	0,374	Valid
AA6	0,514	0,374	Valid
AA7	0,678	0,374	Valid
AA8	0,543	0,374	Valid
AA9	0,608	0,374	Valid
AA10	0,493	0,374	Valid
AA11	0,512	0,374	Valid

Berdasarkan tabel diatas, seluruh item berjumlah 11 butir dinyatakan valid sebab memiliki nilai koefisien r-hitung > r- tabel.

2) Reliabilitas

Uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, dimana skala dikatakan reliabel bila memiliki nilai diatas 0.60 (Tersiana, 2018). Skala *academic anxiety* meliputi 11 item memiliki hasil reliabilitas pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Academic anxiety*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,804	11

Berdasar tabel diatas, nilai reliabilitas skala *academic anxiety* adalah 0,804. Artinya, skala *academic anxiety* dinyatakan reliabel sebagai instrumen dalam penelitian ini.

2. Instrumen Pengukuran *Social support*

a. Definisi operasional

Social support adalah proses hubungan yang terbentuk dari persepsi bahwa individu dicintai dan berharga yang diukur dari kerekatan emosional, integrasi

sosial, adanya pengakuan, ketergantungan yang dapat diandalkan, bimbingan, dan kesempatan untuk mengasuh.

b. Alat Ukur

Untuk mengukur tingkat *Social support* yang dimiliki mahasiswa, penelitian ini mengadaptasi *Social Provisions Scale* yang dikembangkan oleh Weiss (1974). Sejumlah penelitian sebelumnya juga telah menggunakan dan mengadaptasi alat ukur ini (Sekarina & Indriana, 2018; Priyanti & Mardi, 2021). Skala ini terdiri atas 24 item dengan 4 pilihan jawaban skala likers yaitu (1) sangat tidak setuju, 2 (tidak setuju), 3 (setuju), dan 4 (sangat setuju). Berikut *blue print* untuk skala *Social support* dalam penelitian ini:

Tabel 3.5 Blue Print Skala Social support

Dimensi	Nomor	Jumlah
<i>Emotional Attachment</i>	2, 11, 17, 21	4
<i>Social Integration</i>	5, 8, 14, 22	4
<i>Reassurance Of Worth</i>	6, 9, 13, 20	4
<i>Reliable Reliance</i>	1, 10, 18, 23	4
<i>Guidance</i>	3, 12, 16, 19	4
<i>Opportunity For Nurture</i>	4, 7, 15, 24	4
Total		24

c. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1) Validitas

Skala dianggap valid bila memiliki nilai koefisien r-hitung diatas nilai koefisien r-tabel (Sudaryono, 2017). Skala *Social support* meliputi 24 item memiliki hasil analisis validitas pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Skala *Social support*

Item	r-hitung	r-tabel	Hasil
SS1	0,876	0,374	Valid
SS2	0,81	0,374	Valid
SS3	0,582	0,374	Valid
SS4	0,726	0,374	Valid
SS5	0,411	0,374	Valid
SS6	0,63	0,374	Valid
SS7	0,6	0,374	Valid
SS8	0,826	0,374	Valid
SS9	0,57	0,374	Valid
SS10	0,761	0,374	Valid
SS11	0,69	0,374	Valid
SS12	0,862	0,374	Valid
SS13	0,508	0,374	Valid
SS14	0,597	0,374	Valid
SS15	0,682	0,374	Valid
SS16	0,776	0,374	Valid
SS17	0,867	0,374	Valid
SS18	0,508	0,374	Valid
SS19	0,593	0,374	Valid
SS20	0,858	0,374	Valid
SS21	0,654	0,374	Valid
SS22	0,379	0,374	Valid
SS23	0,514	0,374	Valid
SS24	0,579	0,374	Valid

Berdasarkan tabel diatas, seluruh item berjumlah 24 butir dinyatakan valid sebab memiliki nilai koefisien r-hitung $>$ r- tabel.

2) Reliabilitas

Uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, dimana skala dikatakan reliabel bila memiliki nilai diatas 0.60 (Tersiana, 2018). Skala *Social support* meliputi 24 item memiliki hasil reliabilitas pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Social support*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items

0,945	24
-------	----

Berdasar tabel diatas, nilai reliabilitas skala *Social support* adalah 0,945. Artinya, skala *Social support* dinyatakan reliabel sebagai instrumen dalam penelitian ini.

3. Instrumen Pengukuran *Adversity quotient*

a. Definisi Operasional

Adversity quotient adalah kecerdasan individu menghadapi kesulitan yang diukur dari kendali, asal usul dan pengakuan, jangkauan, dan daya tahan.

b. Alat Ukur

Untuk mengukur tingkat *Adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa, penelitian ini mengadaptasi *Advesity Quotient Scale* yang dikembangkan oleh Stoltz (1997). Sejumlah peneliti sebelumnya telah mengadaptasi alat ukur ini (Zuraida, 2017; Rahmawan, 2021; Rivalina, 2021). Skala ini terdiri atas 20 item dengan 4 pilihan jawaban skala likers yaitu (1) sangat tidak setuju, 2 (tidak setuju), 3 (setuju), dan 4 (sangat setuju). Berikut *blue print* untuk skala *Adversity quotient* dalam penelitian ini:

Tabel 3.8 Blue Print Skala *Adversity quotient*

Dimensi	Nomor	Jumlah
<i>Control</i>	1, 7, 13, 15, 17	5
<i>Origin dan Ownership</i>	11, 16, 18 2, 6, 9, 12, 20	8
<i>Reach</i>	3, 5, 10, 14, 19	5
<i>Endurance</i>	4, 8	2
Total		20

c. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1) Validitas

Skala dianggap valid bila memiliki nilai koefisien r-hitung diatas nilai koefisien r-tabel (Sudaryono, 2017). Skala *Adversity quotient* meliputi 20 item memiliki hasil analisis validitas pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Skala *Adversity quotient*

Item	r-hitung	r-tabel	Hasil
AQ1	0,568	0,374	Valid
AQ2	0,565	0,374	Valid
AQ3	0,616	0,374	Valid
AQ4	0,456	0,374	Valid
AQ5	0,669	0,374	Valid
AQ6	0,558	0,374	Valid
AQ7	0,672	0,374	Valid
AQ8	0,502	0,374	Valid
AQ9	0,387	0,374	Valid
AQ10	0,573	0,374	Valid
AQ11	0,807	0,374	Valid
AQ12	0,5	0,374	Valid
AQ13	0,831	0,374	Valid
AQ14	0,412	0,374	Valid
AQ15	0,573	0,374	Valid
AQ16	0,575	0,374	Valid
AQ17	0,807	0,374	Valid
AQ18	0,477	0,374	Valid
AQ19	0,45	0,374	Valid
AQ20	0,807	0,374	Valid

Berdasarkan tabel diatas, seluruh item berjumlah 24 butir dinyatakan valid sebab memiliki nilai koefisien r-hitung > r- tabel.

2) Reliabilitas

Uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, dimana skala dikatakan reliabel bila memiliki nilai diatas 0.60 (Tersiana, 2018). Skala *Adversity quotient* meliputi 20 item memiliki hasil reliabilitas pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Adversity quotient*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,900	20

Berdasar tabel diatas, nilai reliabilitas dari skala *Adversity quotient* adalah 0,900. Artinya, skala *Adversity quotient* dinyatakan reliabel sebagai instrumen penelitian ini.

F. Analisis Data

a. Uji Hipotesis

Penguji hipotesis penelitian ini menggunakan uji analisis regresi linier berganda untuk melihat pengaruh variabel dependen terhadap variable independen dalam penelitian ini (Sudaryono, 2017; Rodhi, 2022). Rumus uji analisis regresi linier berganda dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

$$Y = \alpha + b_1X_1 + b_2X_2$$

Keterangan :

Y = *Academic anxiety* sebagai variabel dependen

α = Konstanta

b_1, b_2 = Koefisien regresi linier berganda

X_1 = *Social support* sebagai variabel independen pertama

X_2 = *Adversity quotient* sebagai variabel independen kedua

b. Uji Normalitas

Menurut Tersiana (2018), uji regresi linier berganda dilakukan setelah terpenuhinya tiga uji asumsi yaitu uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji multikolinieritas. Uji normalitas merupakan pengujian analisa yang harus dilakukan untuk mengetahui apakah data model regresi dalam penelitian memiliki sebaran normal. Data dalam sebuah penelitian dikatakan mempunyai sebaran normal apabila $p > 0,05$, sebaliknya apabila $p < 0,05$ maka sebaran data model regresi dalam sebuah penelitian dikatakan tidak normal.

Tabel 3.11 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Residual
N		373
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000
	Std. Deviation	4.95489
Most Extreme Differences	Absolute	.034
	Positive	.027
	Negative	-.034
Kolmogorov-Smirnov Z		.664
Asymp. Sig. (2-tailed)		.770
a. Test distribution is Normal.		

b. Calculated from data.

Berdasar tabel diatas, hasil uji normalitas dengan *one sample Kolmogorov-Smirnov test* menunjukkan signifikan $0,770 > 0,05$. Artinya, model regresi dalam penelitian ini memiliki sebaran data normal dan data penelitian ini dinyatakan memenuhi syarat dalam uji asumsi klasik.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas merupakan pengujian analisa yang harus dilakukan untuk mengetahui apakah dalam model regresi terdapat ketidaksamaan varian dari residual antara pengamat yang satu ke pengamat yang lain. Heteroskedastisitas pada model regresi dalam sebuah penelitian terjadi apabila probabilitas < 0.05 , dan tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi dalam sebuah penelitian apabila probabilitas > 0.05 .

Tabel 3.12 Hasil Uji Heterokedastisitas

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
	(Constant)	1.027E-013	5.327	.000	1.000
1	SS	.000	.086	.000	1.000
	AQ	.000	.049	.000	1.000

a. Dependent Variable: AbsRES

Berdasar tabel diatas, hasil uji heterokedastisitas menunjukkan nilai probabilitas adalah $1.000 > 0,5$. Artinya, model regresi dalam penelitian ini tidak

mengalami heterokedastisitas dan data penelitian ini dinyatakan memenuhi syarat dalam uji asumsi klasik.

d. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas merupakan pengujian analisa yang harus dilakukan untuk mengetahui apakah dalam model regresi terdapat korelasi lain antar variabel independent dengan menghitung nilai *tolerance* dan *variance inflation factor* (VIF). Jika besar nilai tolerance $> 0,1$ dan $VIF > 10$ maka terjadi multikolinieritas dalam model regresi, sebaliknya jika nilai tolerance $> 0,1$ dan $VIF < 10$ maka tidak terjadi multikolinieritas dalam model regresi.

Tabel 3.13 Hasil Uji Multikolinieritas

Model	Coefficients ^a				Collinearity Statistics		
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta				
(Constant)	-35.240	5.327		-6.616	.000		
1 SS	.702	.086	.714	8.184	.000	.496	2.015
AQ	.165	.049	.296	3.391	.002	.496	2.015

a. Dependent Variable: AA

Berdasar tabel diatas, hasil uji multikolinieritas menunjukkan besar nilai tolerance adalah $0,496 > 0,1$, sedangkan nilai VIF adalah $2,015 < 10$. Artinya, model regresi dalam penelitian ini tidak mengalami multikolinieritas dan data penelitian ini dinyatakan memenuhi syarat dalam uji asumsi klasik.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan secara daring menggunakan kuesioner pada google formulir. Pengambilan data dilaksanakan pada 21 Juni 2022 sampai 11 Juli 2022. Data yang telah terkumpul, peneliti olah dan dipaparkan sebagai data hasil penelitian sebagai berikut :

a. Deskripsi Data Demografis Sampel

Tabel 4.1 Klasifikasi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Perempuan	269	72,12%
Laki-laki	104	27,88%
Total	373	100%

Berdasarkan pada Tabel 4.1 diketahui bahwa mahasiswa yang bersedia memenuhi kuota sampel dalam penelitian ini yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 269 mahasiswa dengan persentase sebesar 72,12%, dan laki-laki sejumlah 104 mahasiswa dengan persentase sebesar 27,88%. Mayoritas mahasiswa yang bersedia memenuhi kuota sampel dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan.

Tabel 4.2 Klasifikasi Semester

Semester	Jumlah	Persentase
8	271	99,46%
14	2	0,54%
Total	373	100%

Tabel selanjutnya yaitu Tabel 4.2 memperlihatkan bahwa mahasiswa yang bersedia memenuhi kuota sampel dalam penelitian ini berada pada perkuliahan semester 8 berjumlah 371 mahasiswa dengan persentase 99,46%, dan semester 14 berjumlah 2 mahasiswa dengan persentase 0,54%. Mahasiswa semester 8 mendominasi sampel dalam penelitian ini.

Tabel 4.3 Klasifikasi Fakultas di UIN Sunan Ampel Surabaya

Fakultas	Jumlah	Persentase
Sains dan Teknologi	45	12%
Psikologi dan Kesehatan	38	10%
Ekonomi dan Bisnis Islam	20	5%
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	21	6%
Ushuluddin dan Filsafat	22	6%
Tarbiyah dan Keguruan	37	10%
Syariah dan Hukum	54	14%
Dakwah dan Komunikasi	75	20%
Adab dan Humaniora	61	16%
Total	373	100%

Tabel selanjutnya yaitu Tabel 4.3 memperlihatkan bahwa mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang bersedia memenuhi kuota sampel dalam penelitian ini berasal dari Fakultas Sains dan Teknologi berjumlah 45 mahasiswa dengan persentase sebesar 12%, Fakultas Psikologi dan Kesehatan berjumlah 38 mahasiswa dengan persentase sebesar 10%, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam berjumlah 20 mahasiswa dengan persentase sebesar 5%, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik berjumlah 21 mahasiswa dengan persentase sebesar 6%, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat berjumlah 22 mahasiswa dengan persentase sebesar 6%, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan berjumlah 37 mahasiswa dengan persentase sebesar 10%, Fakultas Syariah dan Hukum berjumlah 54 mahasiswa dengan persentase sebesar 14%, Fakultas Dakwah dan Komunikasi berjumlah 75

mahasiswa dengan persentase sebesar 20%, dan Fakultas Adab dan Humaniora berjumlah 61 mahasiswa dengan persentase sebesar 16%. Mayoritas mahasiswa dari Fakultas Dakwah dan Komunikasi bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.

b. Kategorisasi Variabel

Kategorisasi variabel sebagai klasifikasi subjek dalam suatu variabel. Dalam penelitian ini, subjek dalam suatu variabel terbagi menjadi tiga kategori yaitu kategori tinggi, sedang, dan rendah. Berikut pedoman pengukuran untuk mengkategorikan subjek dalam suatu variabel :

Tabel 4.4 Pedoman Pengukuran Kategorisasi Variabel

Kategori	Rumus Perhitungan	<i>Academic anxiety</i>	<i>Social support</i>	<i>Adversity quotient</i>
Tinggi	$M + SD \leq X$	$32 \leq X$	$75 \leq X$	$56 \leq X$
Sedang	$M - SD \leq X < M + SD$	$21 \leq X < 32$	$60 \leq X < 75$	$48 \leq X < 56$
Rendah	$X < M - SD$	$X < 21$	$X < 60$	$X < 48$

Keterangan :

X : Jumlah nilai yang diperoleh subjek

M : Mean

SD : Standart Deviasi

Tabel selanjutnya menunjukkan jumlah mahasiswa dengan tingkat *academic anxiety* yang dimilikinya diklasifikasikan sesuai dengan kategori yang telah ditetapkan peneliti pada Tabel 4.4. Berikut Tabel 4.5 yang menunjukkan kategorisasi subjek pada variabel *academic anxiety* :

Tabel 4.5 Kategorisasi *Academic Anxiety*

Kategori	Jumlah	Persentase
Tinggi	69	18,5%
Sedang	243	65,1%
Rendah	61	16,4%
Total	373	100%

Pada Tabel 4.5 diperlihatkan bahwa ada 69 mahasiswa dalam sampel penelitian ini yang memiliki tingkat *academic anxiety* dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 18,5%, 243 mahasiswa memiliki tingkat *academic anxiety* dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 65,1%, dan 61 mahasiswa memiliki tingkat *academic anxiety* dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 16,4%. Mayoritas mahasiswa yang bersedia mengisi kuota sampel dalam penelitian ini memiliki tingkat *academic anxiety* dalam kategori sedang.

Tabel 4 6 Kategorisasi *Social Support*

Kategori	Jumlah	Persentase
Tinggi	58	15,6%
Sedang	271	72,6%
Rendah	44	11,8%
Total	373	100%

Tabel selanjutnya memperlihatkan bahwa ada 58 mahasiswa dalam sampel penelitian ini yang memiliki tingkat *social support* dalam kategori tinggi memiliki persentase sebesar 15,6%, 271 mahasiswa memiliki tingkat *social support* dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 72,6%, dan 44 mahasiswa memiliki tingkat *social support* dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 11,8%. Mayoritas mahasiswa yang bersedia mengisi kuota sampel dalam penelitian ini memiliki tingkat *social support* dalam kategori sedang.

Tabel 4.7 Kategorisasi *Adversity Quotient*

Kategori	Jumlah	Persentase
Tinggi	62	16,6%
Sedang	266	71,3%
Rendah	45	12,1%
Total	373	100%

Tabel selanjutnya memperlihatkan bahwa ada 62 mahasiswa dalam penelitian ini yang memiliki tingkat *adversity quotient* dalam kategori tinggi memiliki persentase sebesar 16,6%, 266 mahasiswa dalam kategori sedang memiliki persentase sebesar 71,3%, dan 45 mahasiswa dalam kategori rendah memiliki persentase sebesar 12,1%. Mayoritas mahasiswa yang bersedia mengisi kuota sampel dalam penelitian ini memiliki tingkat *adversity quotient* dalam kategori sedang.

c. Data Tabulasi Silang

Data tabulasi silang merupakan gambaran informasi yang menunjukkan hasil data dari gabungan antara variabel dependen dengan data demografis subjek dan data kategorisasi variabel. Berikut data tabulasi silang yang dapat dipaparkan dalam penelitian ini :

Tabel 4.8 Tabulasi Silang *Academic anxiety* dengan Jenis Kelamin

SWB	Jenis Kelamin		Total
	Perempuan	Laki-laki	
Tinggi	51 (13,67%)	18 (4,83%)	69 (18,5%)
Sedang	175 (46,88%)	68 (18,22%)	243 (65,1%)
Rendah	43 (11,57%)	18 (4,83%)	61 (16,4%)
Jumlah	269 (72,12%)	104 (27,88%)	373 (100%)

Tabulasi silang pertama memaparkan deskripsi data jenis kelamin dengan *academic anxiety*. Mahasiswa berjenis kelamin perempuan dengan tingkat

academic anxiety dalam kategori tinggi berjumlah 51 mahasiswa dengan persentase sebesar 13,68%, dalam kategori sedang berjumlah 170 mahasiswa dengan persentase sebesar 45,56%, dan dalam kategori rendah berjumlah 48 mahasiswa dengan persentase sebesar 12,88%. Mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dengan tingkat *academic anxiety* dalam kategori tinggi berjumlah 18 mahasiswa dengan persentase sebesar 4,82%, dalam kategori sedang berjumlah 68 mahasiswa dengan persentase sebesar 18,24%, dan dalam kategori rendah berjumlah 18 mahasiswa dengan persentase sebesar 4,82%. Mayoritas tingkat *academic anxiety* mahasiswa yang bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini dalam kategori sedang sebanyak 238 mahasiswa dengan persentase sebesar 18,5%, berikutnya adalah kategori tinggi sebanyak 69 mahasiswa dengan persentase sebesar 63,8% dan kategori rendah sebanyak 66 mahasiswa dengan persentase sebesar 17,7%.

Tabel 4.9 Tabulasi Silang *Academic anxiety* dengan Fakultas di UIN Sunan Ampel Surabaya

	SWB	Tinggi	Sedang	Rendah	Jumlah
Fakultas	Sains dan Teknologi	11 (2,9%)	30 (8%)	4 (1,1%)	45 (12,1%)
	Psikologi dan Kesehatan	9 (2,4%)	26 (6,8%)	3 (0,8%)	38 (10%)
	Ekonomi dan Bisnis Islam	7 (2%)	5 (1,3%)	8 (2,1%)	20 (5,3%)
	Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	3 (0,8%)	18 (4,8%)	0 (0%)	21 (5,6%)
	Ushuluddin dan Filsafat	3 (0,8%)	13 (3,5%)	6 (1,6%)	22 (5,9%)
	Tarbiyah dan Keguruan	6 (1,6%)	28 (7,5%)	3 (0,8%)	37 (9,9%)
	Syariah dan Hukum	5 (1,3%)	33 (8,8%)	16 (4,3%)	54 (14,4%)
	Dakwah dan Komunikasi	6 (1,6%)	55 (14,8%)	14 (3,8%)	75 (20,2%)

Adab dan Humaniora	16 (4,3%)	35 (9,6%)	10 (2,8%)	61 (16,7%)
Total	66 (17,7%)	243 (65,1%)	64 (17,2%)	373 (100%)

Tabulasi silang kedua memaparkan deskripsi data tingkat *academic anxiety* dengan data banyak mahasiswa pada setiap fakultas yang menjadi subjek dalam penelitian ini. Mayoritas tingkat *academic anxiety* pada 243 mahasiswa (65,1%) pada Fakultas Sains dan Teknologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Fakultas Syariah dan Hukum, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, dan Fakultas Adab dan Humaniora berada dalam kategori sedang, berikutnya adalah kategori tinggi sebanyak 66 mahasiswa (17,7%) dan kategori rendah sebanyak 64 mahasiswa (17,2%).

Tabel 4.10 Tabulasi Silang *Academic anxiety* dengan Semester

SWB	Semester		Total
	8	> 8	
Tinggi	69 (18,5)	0	69 (18,5%)
Sedang	296 (64,56%)	2 (0,54%)	243 (65,1%)
Rendah	61 (16,4%)	0	61 (16,4%)
Jumlah	271 (99,46%)	2 (0,54%)	373 (100%)

Tabulasi silang ketiga memaparkan deskripsi data jenis kelamin dengan *academic anxiety*. Mayoritas tingkat *academic anxiety* mahasiswa semester 8 dan mahasiswa diatas semester 8 dalam kategori sedang sebanyak 243 mahasiswa, (65,1%) berikutnya adalah kategori tinggi sebanyak 69 mahasiswa (18,5%) dan kategori rendah sebanyak 61 mahasiswa (16,4%).

Tabel 4.11 Tabulasi Silang *Academic anxiety* dengan *Social support*

<i>Social support</i>	<i>Academic anxiety</i>	Total
-----------------------	-------------------------	-------

	Tinggi	Sedang	Rendah	
Tinggi	7 (1,8%)	51 (13,7%)	11 (3%)	69 (18,5%)
Sedang	45 (12,2%)	168 (44,9%)	30 (8%)	243 (65,1%)
Rendah	6 (1,6%)	52 (14%)	3 (0,8%)	61 (16,4%)
	58 (15,6%)	271 (72,6%)	44 (11,8%)	373 (100%)

Tabel tabulasi silang keempat memaparkan deskripsi data *social support* dengan *academic anxiety*. Mayoritas mahasiswa dengan tingkat *social support* dalam kategori sedang memiliki tingkat *academic anxiety* dalam kategori sedang juga.

Tabel 4.12 Tabulasi Silang *Academic anxiety* dengan *Adversity quotient*

<i>Adversity quotient</i>	<i>Academic anxiety</i>			Total
	Tinggi	Sedang	Rendah	
Tinggi	7 (1,8%)	50 (13,4%)	12 (3,3%)	69 (18,5%)
Sedang	41 (11,1%)	172 (46,1%)	30 (8%)	243 (65,1%)
Rendah	14 (3,7%)	44 (11,8%)	3 (0,8%)	61 (16,4%)
	62 (16,6%)	266 (71,3%)	45 (12,1%)	373 (100%)

Tabel tabulasi silang kelima memaparkan deskripsi data *Adversity quotient* dengan *academic anxiety*. Mayoritas mahasiswa dengan tingkat *Adversity quotient* dalam kategori sedang memiliki tingkat *academic anxiety* dalam kategori sedang juga.

B. Pengujian Hipotesis

Tabel 4.13 Uji t

Model	Coefficients ^a			t	Sig.
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	63.189	3.389	18.644	.000
	SS	-.157	.037	-.208	.000

AQ	-.505	.067	-.371	-7.491	.000
Model					

Tabel 4.13 menunjukkan data pengaruh *social support* dengan *academic anxiety* sebesar -4,191 dengan Sig. 0,000 lebih kecil dari 0,05, hasilnya *social support* terbukti berpengaruh negatif terhadap *academic anxiety*. Selanjutnya, data pengaruh *adversity quotient* dengan *academic anxiety* sebesar -7,491 dengan Sig. 0,000 lebih kecil dari 0,05, hasilnya *adversity quotient* terbukti berpengaruh negatif terhadap *academic anxiety*.

Dari hasil uji T pula, maka terbentuk model persamaan regresi linier berganda dalam penelitian ini adalah :

Rumus model regresi linier berganda :

$$Y = \alpha + b_1X_1 + b_2X_2$$

Hasil model regresi linier berganda :

$$AA = 63,189 - 0,157SS - 0,505AQ$$

Berdasarkan model regresi linier berganda yang terbentuk dalam penelitian ini, ditemukan bahwa :

1) Nilai konstanta a

Nilai konstanta a dalam model regresi linier berganda pada penelitian ini sebesar 63,189. Artinya, jika variabel *social support* (SS) bernilai 0 (tidak terdapat

social support) dan variabel *adversity quotient* (AQ) bernilai 0 (tidak terdapat *adversity quotient* , maka nilai variabel *academic anxiety* (AA) sebesar 63,189.

2) Nilai koefisien b1

Nilai koefisien b1 sebesar -0,15788. Artinya, jika variabel *social support* (SS) mengalami kenaikan 1 satuan dan variabel prediktor lain dianggap konstan, maka variabel *academic anxiety* (AA) akan mengalami penurunan sebesar 0,15788. Disimpulkan bahwa *social support* berpengaruh negatif sebesar 15,78% terhadap *academic anxiety*.

3) Nilai koefisien b2

Nilai koefisien b2 sebesar -0,505. Artinya, jika variabel *adversity quotient* (AQ) mengalami kenaikan 1 satuan dan variabel prediktor lain dianggap konstan, maka variabel *academic anxiety* (AA) akan mengalami penurunan sebesar 0,505. Disimpulkan bahwa *adversity quotient* berpengaruh negatif sebesar 50,5% terhadap *academic anxiety*.

Tabel 4.14 Uji F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2957.787	2	1478.893	59.914	.000b
	Residual	9132.943	370	24.684		
	Total	12090.729	372			

a. Dependent Variable: AA

b. Predictors: (Constant), SS, AQ

Tabel 4.14 menunjukkan nilai F-hitung dalam penelitian ini sebesar 59,914 dengan Sig. 0,000 lebih kecil dari 0,05, hasilnya disimpulkan bahwa hipotesis pada

penelitian ini terbukti diterima. Hasil uji F menyatakan variabel *social support* dan *adversity quotient* secara bersamaan memengaruhi variabel *academic anxiety*. Artinya, *social support* dan *adversity quotient* sebagai variabel independen mampu digunakan untuk memprediksi *academic anxiety* yang berperan sebagai variabel dependen dalam penelitian ini.

Tabel 4.15 Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.495 ^a	.245	.241	4.968

a. Predictors: (Constant), SS, AQ

Tabel 4.15 menunjukkan nilai koefisien yang menggambarkan besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Nilai R Square sebesar 0,245, artinya *social support* dan *adversity quotient* sebagai variabel independen memberi pengaruh terhadap *academic anxiety* sebesar 24,5% dan sisanya sebesar 72,2% merupakan kendali variabel selain variabel independen pada penelitian ini yakni variabel yang telah diteliti seperti kecerdasan emosional, *religiusitas*, dan *self efficacy*, serta variabel lain yang belum diteliti.

C. Pembahasan

1) Pengaruh *social support* terhadap *academic anxiety*

Hipotesis pertama dalam penelitian ini memberi bukti bahwa *social support* berpengaruh signifikan terhadap *academic anxiety*. *Social support* yang diterima

mahasiswa mempengaruhi tinggi rendahnya *academic anxiety* yang dirasakannya. Hasil penelitian Fitri (2021) memperlihatkan bahwa *social support* mampu menekan *academic anxiety* yang dirasakan mahasiswa. Selama menyusun skripsi, mahasiswa sering mengalami berbagai kendala yang dapat menyebabkan *academic anxiety*. Penanganan yang dilakukan untuk mengatasi *academic anxiety* salah satunya dengan dukungan sosial. (Hidayat, Ramli, & Setiowati, 2021). Semakin banyak *Social support* yang diterima mahasiswa dan semakin banyak mahasiswa dapat mensyukuri *Social support* yang diterimanya, dengan demikian mahasiswa mampu mengatasi *academic anxiety* yang dirasakannya sehingga mudah menyelesaikan skripsi tepat waktu (Anggoro, 2018).

Hasil tabulasi silang *Social support* dengan *academic anxiety* menunjukkan bahwa mahasiswa yang mempunyai tingkat *Social support* dalam kategori tinggi memiliki tingkat *academic anxiety* dalam kategori rendah, sedangkan mahasiswa yang mempunyai tingkat *Social support* dalam kategori rendah memiliki tingkat *academic anxiety* dalam kategori tinggi. Penelitian Lestari & Wulandari (2021) mendukung pernyataan dari penelitian ini dengan menyatakan jika dukungan sosial yang diterima dari keluarga dan orang sekitar lebih mampu mengatasi *academic anxiety* yang dirasakan mahasiswa. Penelitian Maulana (2021) juga menjelaskan bahwa dukungan sosial memberi mempengaruhi *academic anxiety* mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Hal ini karena tingkat *Social support* yang tinggi membuat mahasiswa merasa didukung untuk mampu menyusun skripsi.

2) Pengaruh *Adversity quotient* terhadap *Academic anxiety*

Hipotesis kedua dalam penelitian ini menjadi bukti bahwa *Adversity quotient* berpengaruh signifikan terhadap *academic anxiety*. *Adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa mempengaruhi tinggi rendahnya *academic anxiety* yang dirasakannya. Penelitian Apnesi (2016) menyatakan bahwa *Adversity quotient* yang rendah membuat mahasiswa rentan mengalami *academic anxiety* dalam penyusunan skripsi. *Adversity quotient* yang tinggi mampu membantu individu untuk mengelola dan mengatasi stress akademik yang dirasakan sehingga kesulitan yang dihadapi dalam menyelesaikan skripsi dapat teratasi demi mencapai hasil baik yang dikehendaki (Supradewi, 2021).

Hasil tabulasi silang *Adversity quotient* dengan *academic anxiety* memperlihatkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *Adversity quotient* dalam kategori tinggi mempunyai tingkat *academic anxiety* dalam kategori rendah, sedang mahasiswa yang dengan tingkat *Adversity quotient* dalam kategori rendah mempunyai tingkat *academic anxiety* dalam kategori tinggi. Penelitian Apnesi (2016) memberi jawaban sama yaitu *academic anxiety* memiliki hubungan negatif dengan *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa. *Adversity quotient* rendah mengurangi kemampuan mengatasi *academic anxiety* yang dirasakan mahasiswa, sedangkan *Adversity quotient* tinggi membuat mahasiswa mampu menghadapi kecemasan yang ditimbulkan saat penyusunan tugas akhir skripsi.

3) Pengaruh *Social support* dan *Adversity quotient* terhadap *Academic anxiety*

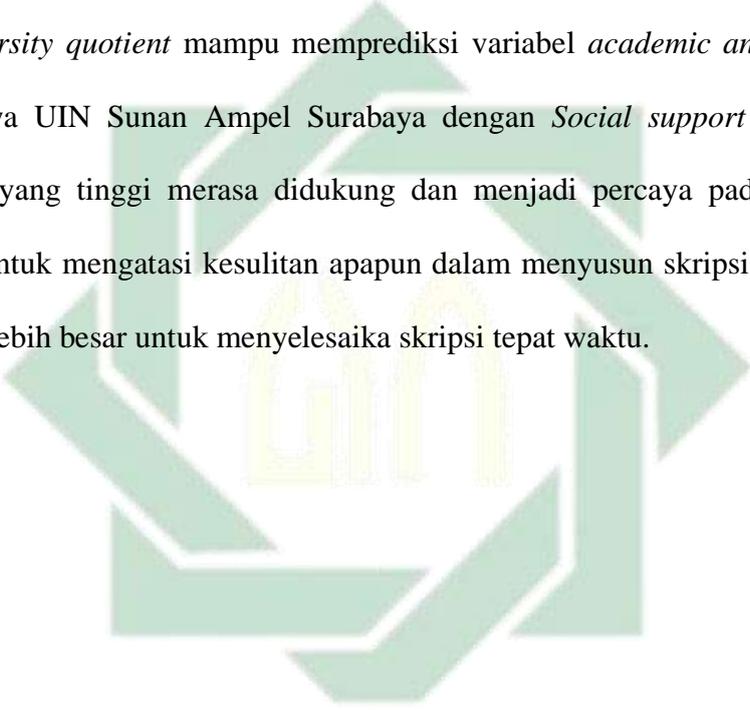
Hasil uji regresi berganda dalam penelitian ini memberi bukti bahwa *Social support* dan *adversity quotient* secara parsial dapat memengaruhi *academic anxiety*.

Hasil ini didukung hasil penelitian Marhamah & Hamzah (2017) yang memperlihatkan bahwa *Social support* berpengaruh terhadap *academic anxiety*, dan hasil penelitian Putri & Akbar (2022) yang menunjukkan pengaruh *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*.

Social support yang diterima mahasiswa mampu mengontrol *academic anxiety* yang dirasakan mahasiswa. Tinggi rendahnya tingkat *Social support* mahasiswa berkontribusi pada rendah tingginya tingkat *academic anxiety*. *Adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa dapat menekan *academic anxiety* yang dirasakannya. Besar tingkat *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa berbanding terbalik terhadap besar tingkat *academic anxiety* yang dimilikinya pula. *Social support* sebagai salah satu faktor eksternal yang diterima mahasiswa mampu mengatasi *academic anxiety* yang dirasakannya sehingga mudah menyelesaikan skripsi tepat waktu, sedangkan *adversity quotient* sebagai salah satu faktor internal menjadi senjata ampuh untuk mengatasi *academic anxiety* dalam diri mahasiswa saat penyusunan tugas akhir skripsi (Cassady & Pierson, 2019).

Tabel tabulasi silang menunjukkan bahwa mahasiswa yang mempunyai *Social support* dan *adversity quotient* tinggi merasakan *academic anxiety* yang rendah. Tingkat *Social support* yang diterima mahasiswa mendorong semakin banyak mahasiswa dapat mensyukuri *Social support* yang diterimanya. Hal ini dapat membantu mengatasi *academic anxiety* yang dirasakannya sehingga dapat mudah menyelesaikan skripsi tepat waktu (Rahmawan, 2021). Selanjutnya, tingkat *adversity quotient* yang tinggi dapat memunculkan kegigihan dalam menghadapi kesulitan dari *academic anxiety* dari mengerjakan skripsi (Rasyidin, 2018).

Hasil pengujian koefisien determinasi antara *social support* dan *adversity quotient* dengan *academic anxiety* terbukti berpengaruh sebanyak 27,8%, dan sisanya sebanyak 72,2% dikontribusi variabel independen selain dalam penelitian ini seperti variabel kecerdasan emosional, *religiusitas*, *self efficacy* dan variabel lain yang belum diteliti peneliti lainnya. Disimpulkan bahwa variabel *Social support* dan *adversity quotient* mampu memprediksi variabel *academic anxiety*. Artinya, mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya dengan *Social support* dan *adversity quotient* yang tinggi merasa didukung dan menjadi percaya pada kemampuan dirinya untuk mengatasi kesulitan apapun dalam menyusun skripsi, dan memiliki harapan lebih besar untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 373 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang sedang mengerjakan skripsi ditahun 2022 memperlihatkan hasil bahwa :

1. Ada pengaruh signifikan arah negatif antara *academic anxiety* dengan *social support*.
2. Ada pengaruh signifikan arah negatif antara *academic anxiety* dengan *adversity quotient*.
3. *Social support* dan *adversity quotient* secara bersamaan berpengaruh signifikan arah negatif terhadap *academic anxiety*.

B. Saran

Untuk mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang sedang mengerjakan skripsi, tetap semangat dengan jaga kesehatan mental. Atasi *academic anxiety* dengan kekuatan diri menghadapi semua rintangan melalui *adversity quotient* dan jangan lupa mensyukuri segala bentuk *social support* yang kita terima dari orang sekitar kita.

Untuk pihak kampus UIN Sunan Ampel Surabaya, terima kasih atas segala fasilitas memadai yang telah disediakan dalam kemudahan proses belajar mengajar. Akan tetapi untuk syarat kelulusan mohon diperlonggar agar kedepannya banyak mahasiswa yang lulus wisuda tepat waktu dan tidak terkendala skripsi baik dari tuntutan aturan pembukuan maupun tuntutan dosen pembimbing dan penguji.

Untuk penelitian selanjutnya, penelitian ini terbatas pada melihat adanya pengaruh variabel *social support* dan *adversity quotient* terhadap *academic anxiety*. Variabel *social support* dan *adversity quotient* sebagai variabel independen tidak menerangkan secara jelas aspek dan dimensi mana yang berpengaruh signifikan terhadap *academic anxiety*. Dalam penelitian ini, tidak penjelasan terperinci gejala dan akibat dari *academic anxiety*, juga penanganan serta penanggulangan dari *academic anxiety* pada mahasiswa pun tidak ada. Maka bagi penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan metode penelitian kualitatif, menambah populasi, menambahkan atau mengganti variabel independen agar dapat melengkapi informasi dalam penelitian ini.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abbott-Jones, A. T. (2021). *Dyslexia in Higher Education: Anxiety and Coping Skills*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Alam, M. J. (2017). Relation Between Academic anxiety And Academic Achievement Among School Students Of Murshidabad District. *International Journal Of Advance Research And Innovative Ideas In Education*, 3(3), 3354-3357.
- American Psychological Association. (2020). *STRESS IN AMERICA™ 2020: A National Mental Health Crisis*. Chicago: American Psychological Association.
- Anggoro, K. W. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Akutansi Universitas Islam Indonesia Menghadapi Ujian Komprehensif. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Apnesi, R. (2016). Hubungan *Adversity quotient* Dengan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Andalas. *Skripsi*. Padang: Universitas Andalas.
- Ardi, Z. (2021, Agustus Sabtu). *Konseling Online SFBC Untuk Mereduksi Stres Akademik Mahasiswa*. Retrieved from Viva.co.id: <https://www.viva.co.id/vstory/teknologi-vstory/1399657-konseling-online-sfbc-untuk-mereduksi-stres-akademik-mahasiswa>
- Aristawati, A., & Ananta, A. (2020). Kecemasan Akademik Mahasiswa Menjelang Ujian Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 73-80.
- Asrifa, N. (2021). Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Angkatan 2017 yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2, 39-51.
- Asrifa, N. D., & Prabowo, A. S. (2021). Hubungan Dukungan Orangtua Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Universitas Sultan Ageng Tirtayasa*, 2(1), 39-51.
- Asrifa, N. D., & Prabowo, A. S. (n.d.). Hubungan Dukungan Orangtua Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Universitas Sultan Ageng Tirtayasa*, 2, 39-51.
- Aung, P., & San, A. (2020). *Adversity quotient* And Academic Stress Of Students From Universities Of Education. *Journal Myanmar Academic ArtsSci*, 18(9B), 647-658.
- Cassady, J. C. (2010). *Anxiety in Schools: The Causes, Consequences, and Solutions for Academic Anxieties*. Jakarta: Gramedia.
- Cassady, J. C., & Pierson, E. E. (2019). Predicting Student Depression With Measures of General and Academic Anxieties. *Frontiers in Education*, 4(11), 1-9.
- Exacta, A. P., & Hidajat, D. (2017). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Menjelang Ujian Akhir Semester. *Jurnal Universitas Veteran Bangun Nusantara*, 2(3), 243-250.

- Hidayat, E. I., Ramli, M., & Setiowati, A. J. (2021). Pengaruh Self Efficacy, Self Esteem, Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 6(4), 635-642.
- Hooda, M. (2017). *Academic anxiety: An Overview. Journal of Education and Applied Social Science*, 8(3), 807-810.
- Iffat, E. R. (2021). Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Jurusan Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Lestari, W., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Akademik pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di Masa Pandemi COVID-19 Semester Genap Tahun Ajaran 2019/2020. *PSIMPHON*, 1(1), 99-104.
- Madoni, E. R., & Mardiyah, A. (2021). Determinasi Religiusitas, Kecerdasan Emosional, dan Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Akademik Siswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 4(1), 1-10.
- Mahajan, G. (2015). *Academic anxiety of Secondary School Students in Relation to Their Parental Encouragement. International Journal of Research in Humanities and Social Sciences*, 3, 23-29.
- Mansur, T. M., & Ali, H. (2020). *Ilmu Sosial Dan Budaya Dasar: Bermuatan General Education*. Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Marhamah, F., & Hamzah, H. B. (2017). The Relationship Between *Social support* and Academic Stress Among First Year Students at Syiah Kuala University. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 149-172.
- Marjan, & Ifdil. (2018). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Dalam Menyusun Skripsi. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 3(2), 84-89.
- Maulana, M. V. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kecemasan Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Mirawdali, S., & Ball, P. (2018). *Academic anxiety* And Its Effects On Academic Performance. *International Journal of Current Research*, 10(6), 70017-70026.
- Monica, D. P. (2020). Analisis *Academic anxiety* dalam Penulisan Skripsi Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Skripsi*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Mooney, C. (2021). *Academic anxiety*. Jakarta: Gramedia.
- Morgan, J. D. (2020). *Social support: A Reflection of Humanity*. Britania Raya: Taylor & Francis.
- Ottens, A. J. (1991). *Coping With Academic anxiety*. New York: Rosen Publishing Group, Inc.
- Priyanti, S. Y. (2022). Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Akademis Siswa Kelas XII Akuntansi Di SMK Negeri Di Bogor. *Skripsi*. Jakarta: Univeristas Negeri Jakarta.

- Priyanti, S. Y., & Mardi, A. F. (2021). Analisis Kecemasan Akademik Melalui Self Efficacy dan Dukungan Sosial Pada Siswa SMK Jurusan Akutansi. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(3).
- Puriani, R. A., & Dewi, R. S. (2020). *Konsep Adversity & Problem Solving Skill*. Palembang: Bening Media Publishing.
- Putri, Y. K., & Akbar, S. (2022). *Adversity quotient* dan Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir. *Jurnal Kedokteran STM*, 5(1), 50-54.
- Putro, F. W. (2016). Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dengan Plagiarisme Pada Mahasiswa. *Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Rahmawan, F. R. (2021). Hubungan *Adversity quotient* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa yang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(1), 67-75.
- Rasyidin, U. (2018). Hubungan *Adversity quotient* Dengan Kecemasan Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. *Skripsi*. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Rivalina, R. (2021). *Adversity quotient* of the English Department Students and Constraints in Completing Their Thesis. *Education and Humanities Research*, 545(1), 104-110.
- Rodhi, N. N. (2022). *Metodelogi Penelitian*. Jakarta: Media Sains Indonesia.
- Sarason, I. G. (2011). *Social support: Theory, Research and Applications* (3 ed.). Jerman: Springer Netherlands.
- Sekarina, D. P., & Indriana, Y. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Kelas XII SMK Yudya Karya Magelang. *Jurnal Universitas Diponegoro*, 7(1), 381-386.
- Siahaan, T. Y. (2022). Kecemasan Akademik Dalam Penyelesaian Tugas Akhir Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2016 Universtas Jambi. *Skripsi*. Jambi: Universitas Jambi.
- Singh, J. (2021). *Academic anxiety* Among Adolescents in Relation to Their Family Climate. *The Educational Beacon*, 10(1), 11-18.
- Solikhah, A. (2021). Hubungan Antara *Adversity quotient* Dengan Stres Akademik Pada Peserta Didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School. *Academia Open*, 5(1), 1-12.
- Spielberger, C. D. (1972). *Anxiety: Current Trends in Theory and Research* (Vol. 2). London: Academic Press.
- Stoltz, P. G. (1997). *Adversity quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sudaryono. (2017). *Metodelogi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sukma, G. N. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa di Jawa Timur. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Supradewi, R. (2021). Stres Akademik Ditinjau dari *Adversity quotient* Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula Tahun Pertama pada Masa Pandemi Covid-19. *Psisula*, 3(1), 81-93.

- Sutikno, Y. M. (2015). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Dengan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Unika Soegijapranata*.
- Takebayashi, Y., & Sugiura, Y. (2018). Well-Being and Generalized Anxiety in Japanese Undergraduates A Prospective Cohort Study. *Journal of Happiness, 19*(1), 917-937.
- Tersiana, A. (2018). *Metode Penelitian*. Jakarta: Gramedia.
- Wakhyudin, H., & Putri, A. (2020). Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Wasis, 1*(1), 15-18.
- Weiss, R. (1974). *The Provision of Social Relationships*. New York: Basic Book.
- William, W. (2016). Hubungan Antara *Adversity quotient* Dengan Stres Akademik Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi UKSW. *Skripsi*. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Wright, K. B., & Egbert, N. (2019). *Social support and Health in the Digital Age*. Amerika Serikat: Lexington Books.
- Yang, Z., & Griffiths, M. D. (2019). An Exploration Of Problematic Smartphone Use Among Chinese University Students: Associations With *Academic anxiety*, Academic Procrastination, Self Regulation And Subjective Wellbeing. *International Journal of Mental Health and Addiction, 17*(1), 596–614.
- Zuraida. (2017). Hubungan *Adversity quotient* Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Yang Bekerja Di PTS. Universitas Potensi Utama. *Skripsi*. Medan: Universitas Potensi Utama.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A