

**HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN
STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA
MANDALA SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH :

Gabriela Krista Rosa

NRP. 7103014037

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA
2017**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya

Nama : Gabriela Krista Rosa

NRP : 7103014037

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA

benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi saya tersebut merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 1 November 2017

Yang menyatakan,



Gabriela Krista Rosa

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN
STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA

OLEH :

Gabriela Krista Rosa

7103014037

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing : J. Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog



Surabaya, 1 November 2017

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas
Katolik Widya Mandala Surabaya

Nama : Gabriela Krista Rosa

NRP : 7103014037

Menyetujui skripsi/ karya ilmiah saya:

Judul:

**HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN
STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA
MANDALA SURABAYA**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library*
Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk
kepentingan akademik sebatas dengan Undang-undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan
sebenarnya

Surabaya, 1 November 2017

Yang menyatakan,



Gabriela Krista Rosa

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Psikologi

pada tanggal 6 November 2017



(Elenora Yuni Apsari, M.Si., Psikolog)

Dewan Penguji:

1. Ketua : Ermida Listyani S, M.Sc., M. Psi., Psikolog

2. Sekretaris : Yessyca Diana Gabrielle, M.Psi., Psikolog

3. Anggota : Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog

4. Anggota : J. Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog

Halaman Persembahan

Karya ini Penulis persembahkan untuk:

Papa & Mama

Mas Krisna dan Mbak Icen

Keluarga Besar Trah Yohanes dan Trah Soesilo Haryo

Nicolas, Sahabat Cabe, Serikat Kepo, Teman-teman

seperjuangan (Psikologi WM2014)

serta Fakultas Psikologi UKWMS

Halaman Moto

Karena setiap orang yang meminta, menerima dan setiap orang yang mencari, mendapat dan setiap orang yang mengetok, baginya pintu dibukakan.

-Matius 7:8-

YOLO: You Only Life Once!! Do the Best for The Future

-NN-

Kesalahan jangan buat kamu jatuh, tapi buat sebagai pelajaran dan bangkit!

-GKR-

Setiap keputusan yang diambil, ada positif dan negatif. Jadi jangan takut apalagi menyesal dengan keputusanmu. Think positive!

-GKR-

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala kemurahan-Nya memberi berkat kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang turut serta membantu dan mendukung peneliti selama penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada beberapa pihak yang telah membantu, kepada:

1. **Ibu F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog** selaku Dekan Fakultas Psikologi yang telah memberikan banyak pelajaran moral, serta membantu peneliti dalam segala keperluan perijinan penelitian.
2. **Bapak Johannes Dicky Susilo, M. Psi., Psikolog** selaku dosen pembimbing skripsi yang telah banyak memotivasi, memberikan masukan, dan pendampingan selama proses pengerjaan skripsi.
3. **Ibu Ermida Listyani Simanjuntak, M.Sc., M. Psi., Psikolog** dan **Bapak Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog** selaku penguji yang telah membantu proses pembuatan dan menyempurnakan skripsi hingga selesai serta pengajaran yang telah diberikan selama proses perkuliahan. **Bu Yessyca Diana Gabrielle, M.Psi., Psikolog** selaku sekretaris yang membantu saya melihat dan mengkritisi tulisan saya agar menjadi sempurna dan juga nasehat yang diberikan selama bimbingan agar menjadi orang sukses (berubah untuk diri sendiri bukan karena orang lain/hadiah).
4. **Orangtua dan keluarga** peneliti yang telah banyak memberikan dukungan, doa, dan kesabarannya dalam mendukung peneliti, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

5. **Dosen-dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya** yang telah banyak membagikan ilmu psikologi, motivasi, dan pengalaman berharga selama perkuliahan.
6. **Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya** yaitu bu Eva, bu Lilis, dan Pak Anang yang telah membantu peneliti dalam urusan administrasi perkuliahan serta keperluan perijinan penelitian.
7. **Bu Sri Endah Kinasih, M.Si** yang telah mengizinkan peneliti beserta tim untuk menyebarkan data di kelas saat jam terakhir.
8. **Ce Ivana** yang telah membantu dalam mencari materi yang berkaitan dengan topik peneliti serta selalu membantu peneliti dengan diskusi yang tiada hentinya saat mengerjakan bab1-3.
9. **Putri, Lydia, Johanna, dan Daniel** yang telah membantu peneliti untuk menyebarkan data ke kelas-kelas dan Vicky yang membantu untuk menjaga barang di luar kelas (smile).
10. **Audrey Faine** si master yang telah membantu dalam proses pembuatan abstrak.
11. **Teman-teman Serikat Kepo** yang telah meluangkan waktu untuk memberi dukungan, saran, dan bantuan berupa apapun kepada peneliti selama proses pembuatan skripsi.
12. **Nicolas Santoso** yang selama 3 tahun memberi semangat untuk melewati segala cobaan di Fakultas Psikologi dan telah membantu, mendoakan, memberi dukungan serta saran dalam proses pengerjaan skripsi.
13. **Teman-teman Psikologi angkatan 2014** yang sama-sama berjuang mengerjakan skripsi dan telah menemani serta memberi masukan kepada peneliti selama pengerjaan skripsi di ruang baca.

14. **Ketua kelas, kelas A dan B angkatan 2017** yang telah membantu mengkoordinasikan penyebaran angket ke teman-teman yang tidak datang atau susah ditemui.
15. **Mahasiswa angkatan 2017** yang merupakan subjek dalam penelitian ini. Peneliti mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya karena telah membantu mengerjakan angket dan bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini.
16. **Teman-teman** yang tidak dapat disebutkan satu-satu yang juga telah membantu dalam proses pengerjaan skripsi.

Surabaya,

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul.....	i
Surat Pernyataan.....	ii
Halaman Persetujuan.....	iii
Halaman Pengesahan.....	iv
Halaman Persembahan.....	v
Halaman Moto.....	vi
Ucapan Terima Kasih.....	vii
Daftar isi.....	viii
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
Daftar Lampiran.....	xv
Abstrak.....	xvi
Abstract.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Batasan Masalah.....	9
1.3 Rumusan Masalah.....	9
1.4 Tujuan Penelitian.....	10
1.5 Manfaat Penelitian.....	10
1.5.1. Manfaat teoritis.....	10
1.5.2. Manfaat praktis.....	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	11
2.1. Stres Akademik.....	11

2.1.1	Pengertian stres	11
2.1.2	Pengertian stres akademik	11
2.1.3	Jenis-jenis stres	12
2.1.4	Aspek-aspek stres	12
2.1.5	Faktor-faktor yang mempengaruhi stres	14
2.2.	<i>Adversity Quotient</i>	16
2.2.1	Pengertian <i>Adversity Quotient</i>	16
2.2.2	Dimensi <i>Adversity Quotient</i>	17
2.3.	Mahasiswa Tahun Pertama	18
2.4.	Hubungan antara <i>Adversity Quotient</i> dan Stres Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama	19
2.5.	Hipotesis	22
BAB III METODE PENELITIAN		23
3.1.	Identifikasi Variabel	23
3.2.	Definisi Operasional	23
3.2.1.	Definisi operasional stres akademik	23
3.2.2.	Definisi operasional <i>Adversity Quotient</i>	23
3.3.	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	24
3.4.	Teknik Pengambilan Data	24
3.4.1.	Skala stres akademik	25
3.4.2.	Skala <i>Adversity Quotient</i>	25
3.5.	Validitas dan Reliabilitas	26
3.5.1.	Validitas	26
3.5.2.	Reliabilitas	27
3.6.	Teknik Analisa Data	27
3.7.	Etika Penelitian	28

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	29
4.1. Orientasi Kacah Penelitian	29
4.2. Persiapan Pengambilan Data	31
4.3. Pelaksanaan Penelitian	32
4.4. Hasil Penelitian	33
4.4.1. Uji validitas.....	33
4.4.2. Uji reliabilitas	35
4.4.3. Deskripsi identitas subjek	35
4.4.4. Deskripsi data variabel penelitian	35
4.4.5. Uji asumsi	38
4.4.6. Uji hipotesis	39
 BAB V PENUTUP	 40
5.1. Bahasan.....	40
5.2. Simpulan	42
5.3. Saran	42
 DAFTAR PUSTAKA	 44
 LAMPIRAN	 47

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Skor Pernyataan Aitem <i>Favorable</i> dan Aitem <i>Unfavorable</i>	25
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> stres akademik	25
Tabel 3.3. <i>Blueprint Adversity Quotient</i>	26
Tabel 4.3. Aitem Gugur dan Sahih Skala <i>Adversity Quotient</i>	34
Tabel 4.4. Aitem Gugur dan Sahih Skala Stres Akademik.....	34
Tabel 4.5. Kategorisasi Variabel <i>Adversity Quotient</i>	36
Tabel 4.6. Kategorisasi Variabel Stres Akademik	37
Tabel 4.7. Tabulasi Silang Stres akademik dan <i>Adversity Quotient</i>	38

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.1. Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNI).....	3

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Skala <i>Adversity Quotient</i>	47
Lampiran B. Skala Stres Akademik	50
Lampiran C. Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Adversity Quotient</i> (Put. 1)	53
Lampiran D. Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Adversity Quotient</i> (Put. 2)	54
Lampiran E. Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Adversity Quotient</i> (Put. 3)	55
Lampiran F. Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Adversity Quotient</i> (Put. 4)	56
Lampiran G. Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Adversity Quotient</i> (Put. 5)	57
Lampiran H. Uji Validitas dan Reliabilitas Stres Akademik (Put. 1)	58
Lampiran I. Uji Validitas dan Reliabilitas Stres Akademik (Put. 2)	60
Lampiran J. Uji Validitas dan Reliabilitas Stres Akademik (Put. 3)	62
Lampiran K. Uji Asumsi (Normalitas dan Linieritas)	63
Lampiran L. Uji Hubungan (<i>Pearson Correlation</i>)	64
Lampiran M. <i>Crosstabs</i> (Tabulasi Silang)	65
Lampiran N. Surat Pernyataan <i>Judges</i>	66
Lampiran O. <i>Inform Consent</i> subjek (data awal).....	68

Gabriela Krista Rosa (2017). “Hubungan antara *Adversity Quotient* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.” **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Adversity Quotient (AQ) adalah sebuah konsep, ukuran dan peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk meningkatkan, mengetahui dan memperbaiki respon seseorang. Mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi harus mengerjakan banyak tugas seperti membuat intervensi dan melakukan penelitian lapangan di berbagai mata kuliah. Di samping itu, mahasiswa juga harus menyelesaikan tugas makalah yang diberikan oleh dosen. Hal inilah yang dapat memicu mahasiswa tahun pertama mengalami stres akademik akibat banyaknya tugas-tugas akademik yang harus dijalani. Stres akademik adalah respon yang subjektif dari mahasiswa terhadap tuntutan dari lingkungan untuk mendapatkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara AQ dengan stres akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi UKWMS. Subjek dalam penelitian ini ($N = 77$) adalah seluruh mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Pengumpulan data dengan menggunakan *total population study*. Teknik pengambilan data, peneliti menggunakan skala stres akademik dan skala *Adversity Quotient*. Data tersebut dianalisis menggunakan teknik korelasi parametrik *pearson correlation*. Hasil analisis menunjukkan nilai p sebesar 0,001 ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dan *Adversity Quotient* pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Hal ini menunjukkan bahwa dengan AQ yang tinggi mahasiswa dapat mengatasi situasi sulitnya sehingga stres akademik cenderung menjadi rendah. Saran yang dapat peneliti berikan untuk mahasiswa tahun pertama adalah mengetahui penyebab dari masalah yang dialami dalam perkuliahan yang dapat membuatnya stres dengan cara merefleksikan hal-hal apa saja yang membuatnya mengalami stres akademik.

Kata Kunci:

Stres akademik, *Adversity Quotient*, mahasiswa tahun pertama

Gabriela Krista Rosa (2017). "Relationship between *Adversity Quotient* and Academic Stress on First Year Students of Widya Mandala Catholic University Surabaya." **Undergraduate Thesis**. Faculty of Psychology Widya Mandala Catholic University Surabaya.

ABSTRACT

Adversity Quotient (AQ) is a concept, measurement and tool of scientific base to increase, know and improve one's response. First year students of Faculty of Psychology have to fulfill numerous tasks including designing intervention and doing field research for various subjects. Apart from that, students are also required to complete paperwork given by lecturers. This triggers first year students to experience academic stress from the numerous academic tasks needed to be fulfilled. Academic stress is the subjective response of students to the demand of environment for achievement and excellence in academic competition. The objective of this research is to find out about the relationship of AQ with academic stress on first year students in Faculty of Psychology Widya Mandala Catholic University Surabaya. Data collection was done using total population study. Data was collected using academic stress and Adversity Quotient scales. Data was then analyzed using parametric correlation technique of pearson correlation. Analysis results show p value of 0,001 ($p < 0,05$), which mean that there is a significant relationship between academic stress and Adversity Quotient on first year students in Faculty of Psychology Widya Mandala Catholic University Surabaya. This shows that with high AQ, students will be able to overcome difficult situations, causing academic stress to be low. Input to be given to first year students is for them to be aware of the cause behind stressing problems faced in the university, by reflecting on things that may cause academic stress.

Keywords:

Academic stress, *Adversity Quotient*, first year students