

---

# The Influence of Adversity Quotient on Anxiety in Final Year Students of the Department of Architecture Engineering Sam Ratulagi University Manado: Pengaruh Adversity Quotient Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Teknik Arsitektur Universitas Sam Ratulagi Manado

Rachman Febrianto  
Meike E. Hartati

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Universitas Negeri Manado

*This study aims to determine the effect of adversity quotient on the anxiety of final year students who are preparing their final project. This study uses quantitative methods and this type of research is a simple linear regression research that aims to determine the effect of independent variables on the dependent variable, while the one that will be examined is the effect of adversity quotient on anxiety in students in the preparation of the final project at the Department of Architecture, Sam Ratulangi University, Manado. Characteristics of the sample are students of the Department of Architecture, Sam Ratulangi University, Manado, who have contracted a final assignment course, which consists of class of 2010, 2011, 2012 and 2013. The sampling technique used in this study is saturated sampling. The magnitude of the effect of adversity quotient on student anxiety can be seen from the  $r$  value of 0.979 with the coefficient of determination  $r^2 = 0.958$ . This means that there is an effect of adversity quotient on student anxiety with the influence of the independent variable (X) of 95.8% on student anxiety and the remaining 4.2% is influenced by other factors. Based on this fact, it can be said that the adversity quotient does have a role or influence on reducing anxiety in students who are doing the final project.*

---

## P ENDAHULUAN

Mahasiswa adalah label yang diberikan kepada seseorang yang sedang menjalani jenjang pendidikan di universitas atau sekolah tinggi [1]. Mahasiswa adalah salah satu bagian dari civitas akademika pada perguruan tinggi yang merupakan calon pemimpin bangsa dimasa yang akan datang. Untuk itu diharapkan mahasiswa perlu memiliki cara pandang yang baik, jiwa, kepribadian serta mental yang sehat dan kuat. Selayaknya pula seorang mahasiswa mampu menguasai permasalahan sesulit apapun, mempunyai cara berfikir positif terhadap dirinya dan orang lain, mampu mengatasi hambatan maupun tantangan yang dihadapi dan tentunya pantang menyerah pada keadaan yang ada.

Mahasiswa pada tahap perkembangannya digolongkan ke dalam fase dewasa awal atau berada pada rentang usia 18-24 tahun [2]. [3] mengatakan bahwa berdasarkan fase perkembangan peran, tugas, dan tanggung jawab mahasiswa tidak hanya tentang pencapaian kesuksesan secara akademik. Mahasiswa diharapkan mampu menunjukkan perilaku dan pribadi untuk mengeksplorasi berbagai gaya hidup dan nilai sosial selain kesuksesan secara akademik.

---

Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang sedang dalam proses mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Tugas akhir atau skripsi adalah persyaratan kelulusan yang wajib dikerjakan untuk mendapatkan gelar sarjana (S1). Mahasiswa tingkat akhir dituntut untuk membuat sebuah karya ilmiah atau sebuah produk dan diharapkan dapat memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya supaya dalam menyusun karya ilmiah penelitian atau sebuah produk dapat diselesaikan sesuai dengan batas waktu penyelesaian yang ditentukan yang telah ditentukan oleh perguruan tinggi.

Pada Rencana Penyelenggaraan Tugas Akhir yang dibuat oleh Jurusan Teknik Arsitektur Universitas Sam Ratulangi Manado, mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi atau tugas akhir dalam waktu kurang lebih enam bulan. Hanya saja kenyataannya banyak mahasiswa yang membutuhkan waktu lebih dari enam bulan untuk penyelesaian tugas akhir. Banyak faktor yang mungkin menyebabkan hal ini terjadi, salah satunya adalah mahasiswa tersebut merasa bahwa pembuatan tugas akhir itu adalah sulit, sehingga mereka membutuhkan waktu yang lebih lama dari waktu yang diberikan. Pada mahasiswa teknik arsitektur, proses dari penyelesaian tugas akhir yaitu perancangan untuk menghasilkan karya yang lebih berbobot yang terdapat proses-proses ilmiah yang mengiringi proses perancangan desain tersebut serta produk dari tugas akhir yang diharapkan unik pada tiap mahasiswanya dapat menimbulkan kondisi mahasiswa merasakan tekanan yang berujung pada kecemasan.

Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis dan psikologis [4].

Penelitian mengenai kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi telah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Penelitian [5] menyatakan bahwa pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi muncul kecemasan. Kecemasan tersebut berupa perasaan minder, mudah tersinggung, kebingungan harus memulai darimana, merasa tidak tenang ketika memikirkan skripsi, merasa sakit kepala ketika akan mengerjakan skripsi.

Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi, kecemasan dapat terjadi karena tekanan dalam menghadapi masalah-masalah yang berkaitan dengan proses penyelesaian tugas akhir. Hal lain yang dapat menyebabkan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi adalah kesulitan-kesulitan yang dialaminya selama mengerjakan skripsi [6]. Oleh karena itu dalam menghadapi kesulitan-kesulitan tersebut mahasiswa membutuhkan *adversity quotient* yang tinggi, dimana *adversity quotient* merupakan kemampuan mengatasi hambatan atau kesulitan.

[7] *adversity quotient* berakar pada bagaimana seseorang merasakan dan menghubungkan dengan tantangan-tantangan dalam hidup. Situasi sulit dan tantangan dalam hidup dapat diatasi dengan *adversity quotient* yang baik, karena jika seseorang memiliki *adversity quotient* yang tinggi akan menjadikan seseorang memiliki kegigihan dalam hidup dan tidak mudah menyerah. Individu yang memiliki kemampuan untuk bertahan dan terus berjuang dengan gigih ketika dihadapkan pada sebuah permasalahan hidup, penuh motivasi, dorongan, ambisi, antusiasme, semangat, serta kegigihan yang tinggi dipandang sebagai individu yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi (Stoltz, 2000). Begitu pula sebaliknya, ketika individu mudah menyerah dan pasrah begitu saja pada keadaan, pesimistik, memiliki kecenderungan untuk senantiasa bersikap negatif dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki *adversity quotient* rendah (Stoltz, 2000). Seseorang yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi ia akan memiliki kekebalan atas ketidakmampuan dirinya menghadapi masalah dan tidak akan mudah terjebak dalam kondisi keputusan. Namun sebaliknya, jika seseorang memiliki *adversity quotient* yang rendah maka seseorang akan mudah rapuh dan menyerah pada keadaan.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang "Apakah ada pengaruh *adversity quotient* terhadap kecemasan yang dimiliki mahasiswa tingkat

akhir dalam penyusunan tugas akhir?” Peneliti khususnya tertarik untuk meneliti mahasiswa yang sedang dalam penyusunan tugas akhir di Jurusan Teknik Arsitektur Universitas Sam Ratulangi Manado. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *adversity quotient* terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir. *Adversity quotient* diharapkan memiliki pengaruh negatif terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam penyusunan tugas akhir.

## M E T O D E

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang banyak menggunakan angka-angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data, serta penyajian hasilnya. Jenis penelitian ini adalah penelitian regresi linier sederhana yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat, adapun yang akan diteliti adalah pengaruh *adversity quotient* terhadap kecemasan pada mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir di Jurusan Arsitektur Universitas Sam Ratulangi Manado.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Teknik Arsitektur Universitas Sam Ratulangi Manado yang sudah mengontrak mata kuliah tugas akhir yang di dalamnya terdiri dari angkatan 2010, 2011, 2012 dan 2013 yang berjumlah 49 mahasiswa terdiri dari 36 laki - laki dan 13 perempuan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampling jenuh, ini dikarenakan minimnya jumlah mahasiswa Jurusan Teknik Arsitektur Universitas Sam Ratulangi Manado yang sudah mengontrak mata kuliah tugas akhir, maka peneliti mengadakan penelitian dengan jumlah sampel sebanyak jumlah populasi yaitu 49 orang mahasiswa.

Skala *adversity quotient* terdiri dari 31 butir pernyataan yang terdiri dari 4 aspek. Sedangkan untuk skala kecemasan terdiri dari 35 butir pernyataan yang terdiri dari 4 aspek.

Tabel 1

| Variabel                | Dimensi                | Nomor Item             |
|-------------------------|------------------------|------------------------|
| Adversity Quotient (AQ) | Control (C)            | No. 1,8,15,18,24,29,31 |
|                         | Origin & Ownership (O) | No. 3,6,12,19,25,27    |
|                         |                        | No. 5,9,14,20,21       |
|                         | Reach (R)              | No. 4,7,11,16,23,28,30 |
| Endurance (E)           | No. 2,10,13,17,22,26   |                        |

**Table 1.** Skala *adversity quotient*

Tabel 2

| V ariabel | D imensi        | Nomor I tem               |
|-----------|-----------------|---------------------------|
| KECEMASAN | KOGNITIF        | 1,2                       |
|           |                 | 9,10,11,12,19,20,21,22,26 |
|           |                 | 27,31,32,35               |
|           | MOTORIK         | 3,8,13,18,23,28,29,33,34  |
|           | SOMATIS         | 4,7,14,17,24              |
| AFEKTIF   | 5,6,15,16,25,30 |                           |

**Table 2.** Skala kecemasan

## H A S I L D A N P E M B A H A S A N

Secara garis besar analisa data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi

linier sederhana, dimana teknik ini digunakan untuk menganalisis pengaruh antara variabel independen dan variabel dependen.

Hasil analisis berdasarkan persamaan regresi linier sederhana pada variabel *adversity quotient* terhadap kecemasan menghasilkan koefisien regresi sebesar -1.117 dengan konstanta sebesar 4.663 sehingga bentuk persamaan kedua variabel adalah  $Y' = 4.663 + (-1.117$

Tabel 3

| Coefficients a |                             |            |                           |       |            |
|----------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|------------|
| Model          | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t     | Sig.       |
|                |                             |            | B                         |       | Std. Error |
| 1              |                             | (Constant) | 4.663                     | 1.966 | 2.371      |
|                |                             | AQ         | -1.117                    | .034  | .979       |

Table 3.

Tabel 4

| ANOVA a |            |                |    |             |          |       |
|---------|------------|----------------|----|-------------|----------|-------|
| Model   |            | Sum of Squares | df | Mean Square | F        | Sig.  |
| 1       | Regression | 3802.159       | 1  | 3802.159    | 1059.551 | .000b |
|         | Residual   | 168.658        | 47 | 3.588       |          |       |
|         | Total      | 3970.816       | 48 |             |          |       |

Table 4.

Tabel 5

| Model Summary b |       |          |                   |                            |
|-----------------|-------|----------|-------------------|----------------------------|
| Model           | R     | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
| 1               | .979a | .958     | .957              | 1.894                      |

Table 5.

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis diatas dapat diketahui bahwa jika tidak ada nilai *adversity quotient* maka nilai kecemasan adalah sebesar 4.663 dan mengalami perubahan secara negative sebesar 1.117 untuk setiap perubahan kenaikan satu satuan pada nilai variabel X yaitu *adversity quotient*. Selanjutnya untuk menentukan diterima tidaknya hipotesis yang telah diajukan dibutuhkan nilai dari  $F_{hitung}$  untuk kemudian dibandingkan dengan  $F_{tabel}$  sehingga kemudian mendapatkan kesimpulan terhadap hipotesis. Dalam penelitian ini untuk mengetahui harga  $F_{hitung}$  dilakukan uji model regresi.

Berdasarkan tabel 4 di atas maka dapat diketahui bahwa harga  $f_{hitung}$  adalah sebesar 1059.551, sedangkan nilai  $f_{tabel}$  dapat diperoleh dengan menggunakan tabel F dengan derajat kebebasan (df) residual sebagai penyebut yaitu 47 dan (df) regression sebagai pembilang yaitu 1 dengan taraf

signifikansi pada 0.5 maka diperoleh harga  $f_{\text{tabel}}$  sebesar 4.05. Diketahui bahwa harga  $f_{\text{hitung}} = 1059.551 > f_{\text{tabel}} = 4.05$  sehingga hipotesis  $H_a$  diterima. Hal ini berarti bahwa jika terjadi perubahan pada nilai perilaku *adversity quotient* maka akan diikuti oleh perubahan pada nilai kecemasan mahasiswa.

Besarnya pengaruh *adversity quotient* terhadap kecemasan mahasiswa ditunjukkan dalam tabel 5 dimana nilai  $r$  sebesar 0.979 dengan koefisien determinasi  $r^2 = 0.958$  Hal ini berarti bahwa *adversity quotient* memiliki hubungan dengan kecemasan sebesar 97.9% dan kecemasan dipengaruhi sebesar 95.8% oleh factor *adversity quotient* sedangkan 4.2% sisanya dipengaruhi oleh factor lain.

Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya dilakukan [9] yang berjudul "*Adversity Quotient Dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa*" menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi memiliki tingkat kecemasan mengerjakan skripsi yang rendah, sedangkan mahasiswa yang memiliki *adversity quotient* yang rendah memiliki tingkat kecemasan mengerjakan skripsi yang tinggi. Ada juga penelitian yang dilakukan oleh [8] dengan judul "*Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi*" menunjukkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa. Hal ini ditunjukkan koefisien korelasi ( $r$ ) yang negatif sebesar 0.651 dan  $p=0.000$  ( $p < 0,01$ ).

Dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa *adversity quotient* memang memiliki peranan atau pengaruh terhadap mengurangi kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *adversity quotient* berpengaruh signifikan secara negatif terhadap kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir. Hal ini berarti jika terjadi peningkatan terhadap *adversity quotient* maka akan diikuti oleh perubahan secara negatif atau penurunan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir.

Adapun saran untuk penelitian selanjutnya dapat mengacu pada keterbatasan yang masih ada dalam penelitian ini. Pertama, diharapkan untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan *adversity quotient* dan kecemasan untuk dapat mengkaji, meneliti, serta mengembangkan tentang konsep-konsep atau teori-teori lainnya baik dari segi faktor penyebab maupun dampak dari *adversity quotient* dan kecemasan. Kedua, penelitian selanjutnya sebaiknya dilakukan dengan menggunakan populasi sampel yang jumlahnya lebih banyak dari pada penelitian ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih peneliti sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu penyelesaian penelitian ini karena dalam penyusunan penelitian ini peneliti banyak menemui hambatan, namun berkat bimbingan dari berbagai pihak, maka segala tantangan dan hambatan dapat teratasi. Selain itu peneliti juga mengucapkan banyak terima kasih kepada teman - teman mahasiswa Jurusan Teknik Arsitektur Universitas Sam Ratulangi Manado yang mau membantu peneliti untuk melaksanakan penelitian ini sehingga terlaksana dengan baik dan lancar.

## REFERENCES

Ardiansyah, M. R, "*Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi*". Skripsi. Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, UIN

---

Sunan KalijagaYogyakarta. 2011 (Tidak Diterbitkan)

Ali, Lukman, "Kamus Besar Bahasa Indonesia". Jakarta: Balai Pustaka. 1991.

Hurlock, E. B, "Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan", *Edisi 5*. Jakarta: Erlangga, 1980.

Linayaningsih, Fitria, "Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Dalam Mengerjakan Skripsi". 2007. [Online]

Puspitasari, R. T, "Adversity Quotient dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa". *Jurnal Online Psikologi*, Vol 01, No 02, 299 - 310. 2013.

Rochman, Kholil Lur, "Kesehatan Mental". Purwokerto: Fajar Media Press, 2010.

Scarfi, Fika, "Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Andalas Dalam Menyelesaikan Skripsi". Diploma Thesis, Universitas Andalas. 2014.

Sugandhi, "Perkembangan Peserta Didik". Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2011.

Stoltz, G. P, "Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang". Alih Bahasa: Hermaya T. Jakarta: PT Grasindo. 2000.

## References

1. Ali, Lukman, "Kamus Besar Bahasa Indonesia". Jakarta: Balai Pustaka. 1991.
2. Hurlock, E. B, "Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan", Edisi 5. Jakarta: Erlangga, 1980.
3. Sugandhi, "Perkembangan Peserta Didik". Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2011.
4. Rochman, Kholil Lur, "Kesehatan Mental". Purwokerto: Fajar Media Press, 2010.
5. Linayaningsih, Fitria, "Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Dalam Mengerjakan Skripsi". 2007. [Online]
6. Scarfi, Fika, "Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Andalas Dalam Menyelesaikan Skripsi". Diploma Thesis, Universitas Andalas. 2014.
7. Stoltz, G. P, "Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang". Alih Bahasa: Hermaya T. Jakarta: PT Grasindo. 2000
8. Ardiansyah, M. R, "Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi". Skripsi. Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, UIN Sunan KalijagaYogyakarta. 2011 (Tidak Diterbitkan)
9. Puspitasari, R. T, "Adversity Quotient dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa". *Jurnal Online Psikologi*, Vol 01, No 02, 299 - 310. 2013.