

Hubungan Antara *Adversity Quotient* Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Politeknik X

Sekar Ayu Rosalina, Dwi Nastiti*

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Abstrak: Penelitian ini dilakukan untuk menguji dan mengidentifikasi hubungan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasional. Populasi penelitian berjumlah 553 mahasiswa dan sampel yang digunakan berjumlah 182 mahasiswa berdasarkan tabel *Isaac* dan *Michael* dengan tingkat kesalahan 10% Teknik pengambilan sampel yang digunakan *accidental sampling*. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yaitu skala *Adversity Quotient* dan skala Kecemasan menghadapi dunia kerja. Hipotesis pada penelitian terdapat hubungan negatif antara *adversity quotient* terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Analisis data menggunakan analisis statistik korelasi *Product Moment Pearson* dengan program statistik SPSS 20.0 *for windows*, dan hasil analisis menunjukkan $r = -0,335$, nilai signifikansi $0,000 (< 0,05)$ Artinya terdapat hubungan negatif antara *adversity quotient* terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi *adversity quotient* maka kecemasan menghadapi dunia kerja semakin rendah pada mahasiswa tingkat akhir. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi kecemasan mahasiswa tingkat akhir menghadapi dunia kerja. Sumbangan *Adversity Quotient* mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar 11,2%

Kata Kunci: *Adversity Quotient*, Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja, Mahasiswa Tingkat Akhir

*Correspondence: Dwi Nastiti
Email: dwinastiti@umsida.ac.id

Received: 19-03-2026

Accepted: 09-04-2026

Published: 05-05-2026



Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: This research was conducted to test and identify the relationship between the *adversity quotient* and anxiety about facing the world of work in final year students. The type of research used is quantitative correlational research. The research population was 553 students and the sample used was 182 students based on *Isaac* and *Michael's* table with an error rate of 10%. The sampling technique used was *accidental sampling*. Data collection in this study used two measuring instruments, namely the *Adversity Quotient* scale and the *Anxiety* scale facing the world of work. The hypothesis in the research is that there is a negative relationship between the *adversity quotient* and anxiety about facing the world of work in final year students. Data analysis used *Pearson Product Moment* correlation statistical analysis with the SPSS 20.0 *for Windows* statistical program, and the results of the analysis showed $r = -0.335$, a significance value of $0.000 (< 0.05)$. This means that there is a negative relationship between the *adversity quotient* and anxiety about facing the world of work in high school students. The higher the *adversity quotient*, the lower the anxiety facing the world of work in final year students. Vice versa, the lower the *adversity quotient*, the higher the anxiety of final year students facing the world of work. *Adversity Quotient* contribution influences anxiety facing the world of work is 11.2%

Keywords: *Adversity Quotient*, Anxiety Facing The World Of Work, Final Year Students

Pendahuluan

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tentang tingkat pengangguran di Indonesia dari tahun 2019 hingga 2020, menunjukkan bahwa Indonesia memiliki jumlah pengangguran tahunan. Tingkat pengangguran tahun 2019 bulan Februari sebesar 4,98% pada bulan Agustus sebesar 4,52%. Sementara itu, tingkat pengangguran 2020 pada Februari adalah 4,94 dan pada Agustus, naik menjadi 7,07%. Tingkat tenaga kerja pada Februari 2019 adalah 95,02% dan pada Agustus adalah 94,77%. Sementara angka tahun 2020 pada bulan Februari sebesar 95,06%, persentase penduduk aktif pada bulan Agustus turun menjadi 92,93%. Maka setiap tahun telah menunjukkan persaingan untuk mendapatkan pekerjaan, Kondisi ini memunculkan kecemasan menghadapi dunia kerja, terutama bagi mahasiswa tingkat akhir (Haryandi, 2019). Persaingan di dunia kerja menjadi masalah di era globalisasi bagi para pencari kerja. Gelar sarjana tidak bisa dijadikan jaminan pencarian kerja yang menguntungkan, mahasiswa tingkat akhir (yang telah menyelesaikan 7 semester atau lebih) Agar lebih siap menghadapi dunia kerja, mereka harus berdaya saing tinggi (Dewanda, 2019). Mahasiswa tingkat akhir (dimulai dari semester 7) sebagaimana diuraikan di atas, tergolong terlambat hadir. Berdasarkan teori psikologi perkembangan Santrock, bahwa masa remaja akhir hingga dewasa muda, dimulai dari usia 18 hingga 22 tahun.

Pada masa remaja akhir yang memiliki rentang usia sekitar 17 hingga 22 tahun merupakan sebuah tahap dimana remaja mulai memikirkan mengenai jenis pekerjaan mereka inginkan kelak dan dapat mereka lakukan seumur hidupnya, Keragu-raguan dalam mendefinisikan suatu pekerjaan menunjukkan jika seseorang belum matang dalam pekerjaan (Dewi, 2021). Chaplin menggambarkan kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai perasaan yang tidak menyenangkan yang terkait dengan berbagai masalah yang harus dihadapi oleh individu seiring masa perkembangannya, serta berdampak pada aspek afektif, kognitif dan perilaku. Sumber kecemasan terhadap masa depan berasal dari permasalahan dalam pendidikan, pekerjaan dan kehidupan berkeluarga (Hanim & Ahlas, 2020). Greenberger dan Padesky (Cahyani & Putrianti, 2022) menggambarkan aspek kecemasan dalam empat kondisi, yaitu. 1) Reaksi fisik ditandai dengan telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdebar, pipi memerah, dan pusing. 2) Reaksi perilaku, ditandai dengan perilaku menghindar, meremehkan, dan menarik diri hal hal yang menimbulkan rasa cemas. 3) Reaksi pemikiran, ditandai dengan memikirkan sesuatu secara berlebihan, merasa tidak mampu menyelesaikan masalah, dan takut akan terjadi hal buruk. 4) Suasana hati, ditandai dengan individu merasa cemas, mudah tersinggung, dan panik ketika mengalami kecemasan.

Dinamika permasalahan mahasiswa sejak tahun pertama tidak hanya berdampak pada keberhasilan akademiknya, namun juga keemasannya dalam dunia kerja dan sulitnya memilih pekerjaan. Salah satu permasalahannya adalah sebagian calon mahasiswa mempunyai tujuan untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkannya untuk beberapa waktu, bahkan ada pula yang merasa kesulitan untuk masuk ke

fakultas tertentu apapun pekerjaan yang ingin digelutinya. Sari dan Astuti mengakui bahwa kecemasan di dunia kerja merupakan penilaian subjektif individu terhadap pencapaian tujuan yang tidak pasti terkait dengan kehidupan kerja, sehingga menimbulkan konflik internal seperti rasa takut, cemas, dan pola perilaku menghindar dalam menghadapi sesuatu yang berkaitan dengan dunia kerja. Seseorang yang memiliki kecemasan yang tinggi biasanya di pengaruhi dengan *adversity quotient* dalam diri seseorang cenderung rendah.

Menurut Greenberger dan Padesky menyebutkan empat aspek kecemasan menghadapi dunia kerja, yaitu. 1) Reaksi fisik yang ditandai dengan telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdebar, pipi merah, dan pusing. Dengan contoh, Reaksi fisik cenderung terjadi ketika individu memiliki aspek *Control* dalam *Adversity Quotient* yang rendah karena individu tersebut tidak mampu mengontrol masalah yang sedang terjadi sehingga reaksi tersebut dapat terjadi. 2) Reaksi perilaku ditandai adanya perilaku penghindaran, meninggalkan, dan menjauhkan diri dari hal yang menimbulkan kecemasan. Dengan contoh, Misalnya reaksi terjadi ketika daya tahan seseorang terhadap suatu masalah yang muncul rendah, karena seseorang dengan daya tahan rendah cenderung menganggap bahwa masalah yang muncul akan bertahan lama sehingga individu cenderung menghindari masalah yang muncul. 3) Reaksi pemikiran yaitu individu memikirkan sesuatu secara berlebihan menganggap dirinya tidak berdaya menghadapi masalah dan takut terjadi sesuatu yang buruk. Dengan contoh, Reaksi tersebut dapat muncul jika seseorang memiliki aspek *Origin* yang rendah karena individu akan cenderung menganggap dirinya sebagai sumber masalah dan hal itu akan membuat individu merasa tidak mampu menyelesaikan masalah. 4) Suasana hati yaitu individu merasa gugup, jengkel, dan panik ketika mengalami kecemasan. Dengan contoh, Reaksi dapat muncul jika seseorang memiliki aspek *reach* yang rendah karena individu tidak memiliki batasan atas masalah yang terjadi sehingga dapat memunculkan suasana hati yang buruk (Rasyidin, 2018).

Mahasiswa tingkat akhir yang tidak mampu mengendalikan kecemasan dengan baik akan menimbulkan masalah kepercayaan diri, depresi, perasaan gagal terus-menerus, sering melamun atau merenung, mudah putus asa, menarik diri dan dapat mengalami kecemasan kronis (Rachmady & Aprilia, 2018). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja merupakan evaluasi diri individu terhadap pencapaian tujuan yang terkait dunia kerja yang tidak menentu dan tidak dapat diprediksi, sehingga menimbulkan hambatan, ketakutan atau kecemasan terhadap dunia kerja, pola pikir. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian oleh Anita dan Cristiana (Dewantari & Soetjningsih, 2022) dengan responden 170 mahasiswa sebagai partisipan penelitian, pada penelitian tersebut menampilkan kecemasan terhadap dunia kerja pada responden berada dalam kategori sedang sebanyak 38 orang atau 22.35%. Berdasarkan hasil yang diperoleh, diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan terhadap dunia kerja responden karena mereka tidak yakin dengan kemampuan

mereka, merasa takut dan tidak siap menghadapi tantangan dan ruang lingkup kehidupan kerja, dan tidak berani bersaing dengan pencari kerja lain. Kecemasan yang dialami mahasiswa berasal dari pemikiran yang mencuat dari ketidakpastian dan hal-hal yang tidak dapat diprediksi, yang menyebabkan konflik dalam diri, yang menyebabkan mereka merasa takut, khawatir, risau, dan tidak berani bersaing dengan pencari kerja lain. Penelitian yang dilakukan oleh Eka Nadia (Nadia, 2021) dengan responden 326 mahasiswa. Berdasarkan hasil yang diperoleh diketahui bahwa pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa semester akhir di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry umumnya berada dalam kategori *campers* dan memiliki *adversity quotient* sedang dan mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki kecemasan menghadapi dunia kerja dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti pada mahasiswa tingkat akhir pada tahun 2022, menunjukkan hasil survei dari 45 mahasiswa Politeknik X menunjukkan bahwa 34 mahasiswa tingkat akhir politeknik X memiliki kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Beberapa indikator menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir Politeknik X mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja antara lain merasa pusing saat ditanya hal-hal yang berhubungan dengan pekerjaan, panik saat banyak teman yg tidak segera dapat pekerjaan, jantung mendadak berdegup kencang saat teringat tentang sulitnya mendapat pekerjaan. Menurut aspek kecemasan oleh Greenberger dan Padesky (Kholisin, 2014), yang menyebutkan empat aspek kecemasan. 1) Reaksi fisik ditandai dengan munculnya telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdebar-debar, pipi memerah, dan pusing. 2) Reaksi perilaku, yang ditandai dengan perilaku menghindar, menjauhi, dan menjauhi hal-hal yang membuat cemas. 3) Reaksi pikiran, yaitu individu memikirkan sesuatu secara berlebihan, berpikir tidak dapat menyelesaikan masalah dan takut akan terjadi hal buruk, dan suasana hati yaitu individu merasa cemas, mudah tersinggung dan panik ketika mengalami kecemasan. Artinya 34 dari 45 mahasiswa memiliki kecemasan dalam dunia kerja.

Mahasiswa tingkat akhir takut memasuki dunia kerja karena mereka baru dan merasa asing. Beberapa faktor dapat menyebabkan kecemasan, seperti ketidakpastian tentang kemungkinan mendapatkan pekerjaan, banyaknya pesaing, atau kebutuhan untuk mencari pekerjaan segera. Untuk masuk ke dunia kerja, lulusan harus memiliki kesehatan mental dan mental yang baik. Ia akan takut ketika memasuki dunia kerja jika tidak mempersiapkan diri dengan baik. Hal ini dipengaruhi oleh banyak komponen psikologis, termasuk kecerdasan emosional, efikasi diri, dukungan sosial, dan *adversity quotient* (Dewanda, 2019). Menurut Stoltz (2018), mahasiswa tingkat akhir harus mampu mengendalikan rasa takut mereka agar mereka dapat fokus pada mencari kerja dan tidak terus berpikir tentang kesulitan mencari kerja. Konsep *adversity quotient* menggambarkan seberapa baik seseorang dapat mengatasi tantangan hidup. Menurut Bandura, ketika seseorang merasa tidak mampu menghadapi masalah atau kesulitan, mereka akan mengalami perasaan cemas dan pikiran negatif dan akan semakin meningkat ketika mereka menghadapi masalah atau tantangan, khususnya ketika

berhadapan dengan tantangan dunia kerja bagi mahasiswa lulusan perguruan tinggi di masa depan. Oleh karena itu, mahasiswa harapan tinggi harus dapat mengatasi tantangan atau kesulitan yang menjadi sumber kecemasan mereka (Fadhilah, 2022). Kecemasan sendiri dapat di kelola atau dikontrol ketika individu memiliki kemampuan untuk bisa mengatasi dan mengelola suatu hambatan atau kesulitan yang dikenal dengan *Adversity Quotient*. *Adversity Quotient* berperan penting dan sangat dibutuhkan individu khususnya mahasiswa saat menghadapi berbagai hambatan atau kesulitan seperti kecemasan (Dewantari & Soetjningsih, 2022).

Stoltz [12] mengungkapkan empat aspek *Adversity Quotient*, yaitu *Control* yang merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dan secara positif mempengaruhi situasi, *Origin – Ownership* (asal usul dan pengakuan) *Origin* mengacu pada masalah dua hal. antara siapa atau apa yang menyebabkan kesulitan untuk muncul dan *Ownership* sejauh mana individu menyadari konsekuensi dari masalah saat ini, *Reach* (jangkauan) sejauh mana individu memiliki kemampuan untuk memperbaiki masalah dengan cara masalah tersebut tidak mempengaruhi aspek aspek kehidupan individu, *Endurance* (daya tahan) adalah ketahanan individu dalam menghadapi kesulitan. Berdasarkan aspek *adversity quotient* dan kecemasan menghadapi dunia kerja tersebut di atas, jika seseorang mengalami kecemasan kerja dapat mempengaruhi kehidupan individu tersebut, mempengaruhi pikiran, perilaku, tubuh. Salah satu hal yang dapat mengelola dan mengurangi kecemasan siswa adalah kebutuhan akan daya tempur atau *adversity quotient*. Seiring dengan *Adversity Quotient* dalam diri setiap individu, sifat pengendalian diri dapat dilihat dalam situasi yang mempengaruhi berbagai bidang kehidupan. Kontrol diri dapat memotivasi seseorang untuk unggul dan bersaing untuk sukses. Sehingga apabila individu tidak memiliki *adversity quotient* yang tinggi dapat menimbulkan kecemasan karena tidak adanya sifat pengendalian diri yang dapat menangkal munculnya kecemasan tersebut (Aprilia & Khairiyah, 2018).

Banyak penelitian yang mengangkat tema *adversity quotient* dan kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai variabel yang digunakan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Indah et al (2023) menjelaskan bahwa sekelompok orang yang memilih untuk terus bertahan dalam perjuangan dengan melawan berbagai hal yang akan terus menerpa, baik itu masalah, tantangan, maupun rintangan. Selanjutnya pada penelitian yang dilakukan oleh Bratajaya & Suhariadi (2021) menjelaskan bahwa aspek *adversity quotient* yaitu *ownership*, *reach*, *endurance* berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Sedangkan *control* dan *origin* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Tujuan utama dalam penelitian ini diharapkan dapat membantu mengidentifikasi faktor-faktor penyebab kecemasan menghadapi dunia kerja dan bagaimana solusi yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terdapat pada subjek penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya pada *freshgraduate* dan pada penelitian ini pada mahasiswa tingkat akhir Menurut uraian tersebut, peneliti berpendapat bahwa

penelitian perlu dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *adversity quotient* dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Politeknik X.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk menganalisa hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya (Azwar, 2017). Variabel dalam penelitian ini yaitu *Adversity Quotient* (variabel bebas), dan kecemasan menghadapi dunia kerja (variabel tergantung). Penelitian ini melibatkan 553 mahasiswa semester akhir Politeknik X tahun akademik 2021/2022 sebagai populasi. Sampel penelitian ini terdiri dari 182 mahasiswa semester akhir dari Politeknik X. Sampel diambil berdasarkan tingkat kesalahan 10% dan kepercayaan 90% pada tabel untuk menentukan jumlah sampel dari seluruh populasi, yang dikembangkan oleh *Isaac dan Michael* (Cesarini et al, 2020). Dalam penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling*, yang berarti bahwa setiap elemen atau populasi tidak memiliki kesempatan atau peluang yang sama untuk diambil sebagai sampel. Sedangkan jenis *non probability sampling* yang digunakan adalah *accidental sampling*, yang berarti bahwa setiap orang yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sebagai sampel, apabila dirasa orang tersebut sesuai dengan sumber data (Siswadhi, 2016).

Peneliti menggunakan dua skala psikologi, skala *Adversity Quotient* dan skala kecemasan menghadapi dunia kerja yang disusun menurut skala *likert*. Skala psikologi yang digunakan untuk mengukur sifat, persepsi, dan pendapat individu terhadap fenomena sosial dalam kelompok masyarakat tertentu [8]. Skala *Likert* merupakan skala yang berupa pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dengan 4 pilihan yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS) (Dewi et al, 2020).

Untuk skala *adversity quotient* yang digunakan oleh peneliti merupakan hasil adaptasi skala *adversity quotient* yang telah disusun oleh Haryandi (2019) dengan judul "Hubungan Antara *Adversity Quotient* Dengan Kecemasan Menghadapi Tantangan Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir". Setelah dilaksanakan uji coba terhadap skala *adversity quotient* yang berjumlah 24 aitem, terdapat 22 aitem valid dan 2 aitem gugur dengan nilai reliabilitas 0,914. Sedangkan skala kecemasan menghadapi dunia kerja yang digunakan oleh peneliti merupakan adaptasi dari skala kecemasan menghadapi dunia kerja yang dikembangkan oleh Faishal Afif Dewanda (2019) dengan judul "Hubungan Antara *Adversity Quotient* Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Uin Walisongo Semarang". Setelah dilakukan uji coba terhadap skala kecemasan menghadapi dunia kerja yang berjumlah 20 aitem, terdapat 20 aitem valid dan 0 aitem gugur dengan nilai reliabilitas 0,884. Maka dapat dikatakan sebagai alat pengumpulan data yang teruji. Metode analisis data yang digunakan peneliti adalah metode korelasi *product moment pearson* menggunakan program statistik SPSS 20.0 untuk Windows. Ini digunakan untuk mengetahui

hubungan antara koefisien *adversity quotient* terhadap variabel kecemasan menghadapi dunia kerja.

Hasil dan Pembahasan

A. Penyajian Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

a Uji Normalitas

Untuk mengetahui seberapa normal variabel *Adversity Quotient* (X) dan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja (Y) yang telah dikumpulkan dan diuji, uji normalitas data dilakukan. Dalam penelitian ini, metode *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* digunakan untuk melakukan uji normalitas, dengan asumsi bahwa data dengan nilai signifikansi $<0,05$ dianggap sebagai data yang berdistribusi tidak normal, dan data dengan nilai signifikansi lebih dari $0,05$ dianggap sebagai data yang berdistribusi normal (Anggainsi et al, 2021).

Tabel 1. Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>			
		Kecemasan menghadapi dunia kerja	<i>Adversity Quotient</i>
N		182	182
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	49.8416	57.0165
	<i>Std. Deviation</i>	12.37825	10.03996
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	.092	.094
	<i>Positive</i>	.051	.050
	<i>Negative</i>	-.092	-.094
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>		1.239	1.268
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.093	.080

Karena nilai $(p)=0,093$ untuk variabel (X) dan $(p)=0,080$ untuk variabel (Y) dengan signifikansi lebih dari $0,05$, hasil uji normalitas sebelumnya menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

b Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah setiap variabel memiliki korelasi (As'ari, 2018). Nilai signifikansi dapat dilihat dari nilai linieritas $< 0,05$ dapat direpresentasikan sebagai linier dan dapat dilihat dari nilai *Deviation from Linierity* $> 0,05$ dapat dikatakan linier (Hasanah et al, 2021).

Tabel 2. Uji Linieritas

		<i>ANOVA Table</i>					
			<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Kecemasan menghadapi dunia kerja * <i>adversity quotient</i>	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	9273.681	43	215.667	1.612	.020
		<i>Linearity</i>	3114.824	1	3114.824	23.286	.000
		<i>Deviation from Linearity</i>	6158.857	42	146.639	1.096	.339
	<i>Within Groups</i>		10693.529	18459	138	133.763	
						.313	
	<i>Total</i>		15565.876	27732	181		
							.995

Berdasarkan dari hasil uji linieritas di atas, dapat menggunakan hasil dari *Linearity* dengan nilai signifikansi $> 0,000$ sehingga dapat dinyatakan Linier karena hasil signifikansi pada nilai *Linearity* $> 0,005$. Sedangkan pada nilai *Deviation from linearity* $< 0,339$ sehingga dapat dikatakan linier karena mendapatkan nilai $< 0,005$. Maka pada penelitian ini variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang linier.

2. Uji hipotesis

Tujuan dari uji hipotesis adalah untuk menentukan apakah ada hubungan negatif antara variabel [18] *Adversity Quotient* terhadap variabel Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja. Analisis uji hipotesis penelitian ini dilakukan menggunakan metode korelasi *Product Moment Pearson*. Program statistik *SPSS 20.0* untuk *Windows* digunakan.

Tabel 3. Uji Hipotesis

<i>Correlations</i>			
		Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	<i>Adversity Quotient</i>
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	Pearson Correlation	1	-.335**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	182	182
<i>Adversity Quotient</i>	Pearson Correlation	-.335**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	182	182

***. Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).*

Berdasarkan tabel uji hipotesis di atas terlihat koefisien korelasi $r = -0,335$ dengan nilai signifikansi $0,000 (< 0,05)$. Artinya terdapat hubungan negatif antara *adversity quotient* terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi *adversity quotient* maka kecemasan menghadapi dunia kerja semakin rendah pada mahasiswa tingkat akhir. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi kecemasan mahasiswa tingkat akhir menghadapi dunia kerja.

3. Analisis data deskriptif

Pada pengkategorian ini dilakukan dengan menggunakan hasil dari statistik deskriptif yang telah diperoleh sebelumnya. Berikut merupakan tabel penormaan kategorisasi *Adversity Quotient* terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada mahasiswa tingkat akhir Politeknik X

Tabel 4. Kategori *Adversity Quotient*

Kategori	Skor Subjek	
	<i>Adversity Quotient</i>	
	<i>Frequency</i>	%
Tinggi	24	11.3%
Sedang	130	71.4%
Rendah	28	17.3%
Total	182	100%

Tabel 5. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada mahasiswa tingkat akhir

Kategori	Skor Subjek	
	Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	
	<i>Frequency</i>	%
Tinggi	33	18,1%
Sedang	118	64,8%
Rendah	31	17,0%
Total	182	100%

Pada variabel *Adversity Quotient*, diketahui bahwa terdapat 24 mahasiswa yang berkategori rendah, 130 mahasiswa yang berkategori sedang dan 28 mahasiswa yang berkategori tinggi, hal ini dapat disimpulkan bahwa presentase *adversity quotient* pada mahasiswa berada pada kategori sedang ke tinggi. Sedangkan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja, ditemukan 33 mahasiswa berada pada kategori rendah, 118 mahasiswa berada pada kategori sedang dan 31 mahasiswa berada pada kategori rendah, hal ini dapat dikatakan jika variabel kecemasan berada pada kategori sedang ke rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa

kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir tergolong rendah dan *adversity quotient* tinggi.

4. Sumbangan Efektif

Sumbangan efektif pada variabel *Adversity Quotient* dengan variabel Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja dapat ditunjukkan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 6. Sumbangan Efektif

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted Square	R Std. Error of the Estimate
1	.335 ^a	.112	.107	11.69477

a. Predictors: (Constant), adverst

Berdasarkan hasil dari uji sumbangan efektif antara variabel *Adversity Quotient* terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja menghasilkan sebesar 11,2% dari nilai R Square ($0,112 \times 100\%$) = 11,2%. Sedangkan 88.8% dipengaruhi dari faktor lainnya

Berdasarkan dari hasil analisa diatas dengan menggunakan korelasi *product moment* (korelasi *pearson*) dengan menggunakan program *spss 21 for windows* didapatkan hasil korelasi $r = -0,335$ dengan taraf signifikansi 0,000. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima dan memiliki hubungan negative antara variabel kecemasan dengan variabel *adversity quotient* pada mahasiswa tingkat akhir politeknik X, dengan diterimanya hipotesis yang telah diajukan Peneliti dapat membuat kesimpulan bahwa kecemasan mahasiswa tingkat akhir terhadap dunia kerja berkorelasi negatif dengan tingkat kesulitan yang lebih tinggi. Sebaliknya, korelasi negatif berkorelasi dengan tingkat kesulitan yang lebih rendah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Faishal sebelumnya; penelitian tersebut menemukan hasil sebesar -0.745 yang menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif antara kecenderungan negatif dengan kecemasan terhadap dunia kerja (Dewanda, 2019). Selain itu, penelitian tambahan yang dilakukan oleh Rahmady mendukung temuan ini. Hasilnya menunjukkan bahwa koefisien korelasi ($r = -0,598$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif dan signifikan antara kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa baru di Universitas Syiah Kuala. Hipotesis penelitian diterima (Rachmady & Aprilia, 2018).

Daya juang atau pada umumnya dikenal sebagai *Adversity Quotient* berhubungan dengan tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Menurut Stoltz (2000), *adversity quotient* dapat digunakan untuk menentukan seberapa lama seseorang dapat bertahan dalam menghadapi kesulitan. Stoltz (Cesarini et al, 2020) mengungkapkan empat aspek *Adversity Quotient*, yaitu *Control* (Pengendalian)

ialah kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mempengaruhi situasi secara positif, *Origin—Ownership* (Asal usul dan Pengakuan)—*origin* mempertanyakan dua hal antara siapa atau apa yang menyebabkan masalah terjadi, dan *ownership* mempertanyakan sejauh mana seseorang mengakui akibatnya. yang ditimbulkan dari masalah yang sedang terjadi, *Reach* (Jangkauan) ialah kemampuan menyelesaikan masalah dari bagaimana masalah tersebut mempengaruhi aspek kehidupan individu, *Endurance* (Daya Tahan) ialah ketahanan individu dalam menghadapi kesulitan. *Adversity quotient* yang tinggi akan membantu seseorang mengendalikan kecemasan mereka, membuat mereka lebih termotivasi untuk melakukan sesuatu dengan baik, dan mereka cenderung lebih optimis. Mereka juga memiliki motivasi yang tinggi, ulet, dan tekun sehingga mereka mampu menyelesaikan kesulitan dengan baik atau keluar dari kesulitan tersebut (Puspitasari, 2021). Perilaku seseorang yang mengalami kecemasan akan menghindari dan meninggalkan masalah dan suasana hati mereka, menurut Greenberger dan Padesky (Greenberger & Padesky, 1995). Salah satu solusi untuk mengatasi dan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir adalah perlunya kemampuan daya juang. *Adversity quotient* yang dimiliki setiap individu dapat dilihat dari pengendalian diri dalam menghadapi situasi yang dapat mempengaruhi berbagai bidang kehidupan. *Adversity quotient* adalah kemampuan seseorang untuk tetap tegar dan tangguh ketika kesulitan datang serta untuk tetap berjuang meraih tujuan yang ingin dicapai. Salah satu hal yang dapat menangani dan mengurangi kecemasan saat pada mahasiswa yaitu perlu adanya daya juang atau *Adversity Quotient*. Selain daya juang masing-masing individu, hal itu terwujud dalam cara-cara pengendalian diri terhadap situasi yang mempengaruhi berbagai bidang kehidupan. Maka jika individu tidak memiliki *Adversity Quotient* yang tinggi maka hal itu dapat menimbulkan kecemasan karena tidak adanya sifat pengendalian diri yang dapat menahan kemunculan perasaan cemas.

Jika ditinjau dari penjelasan diatas, jika seorang individu memiliki kemampuan daya juang yang tinggi seharusnya dapat mengurangi gejala gejala kecemasan yang muncul pada mahasiswa tingkat akhir yang hendak menghadapi dunia kerja. Jika gejala gejala kecemasan tersebut tidak berkurang, hal itu dapat mengakibatkan munculnya masalah baru yang berupa depresi, tidak memiliki rasa percaya diri dan lain lain. Sebaliknya, jika individu tersebut memiliki kemampuan daya juang yang rendah maka kecemasan tersebut akan selalu ada pada diri mahasiswa tingkat akhir yang akan menghadapi dunia kerja. Sehingga dari penjelasan kategori diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa memiliki kecemasan menghadapi dunia kerja yang rendah dan *adversity qoutient* tinggi

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara *adversity quotient* dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Politeknik X, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,335$ dan taraf signifikansi $0,000$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan negative antara variabel kecemasan menghadapi dunia kerja dan variabel *adversity quotient* pada mahasiswa tingkat akhir Politeknik X.

Limitasi atau batasan pada penelitian ini adalah menggunakan satu variabel bebas yaitu *adversity quotient*. Oleh karena itu peneliti selanjutnya jika ingin meneliti dengan variabel yang sama diharapkan memperhatikan variabel lain yang mempengaruhi *adversity quotient* dan kecemasan menghadapi dunia kerja seperti, *emotional quotient*, *hardiness*, kepercayaan diri, prestasi akademik dan pengalaman organisasi (Anisah, 2021). Mahasiswa tingkat akhir politeknik diharapkan mendorong dirinya untuk memiliki dan mengembangkan *adversity quotient* (daya juang) yang dimilikinya dengan cara mengikuti berbagai kegiatan yang mendukung kesiapan diri dalam menghadapi duni kerja. Adapun cara yang dilakukan oleh pihak politeknik x untuk meningkatkan *adversity quotient* dengan cara mengadakan konseling mahasiswa tingkat akhir yang dapat dilakukan secara individu atau kelompok untuk meningkatkan *adversity quotient* dan mengurangi kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir (Yanda et al, 2022).

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Politeknik yang memberikan ijin melakukan penelitian, dan mahasiswa tingkat akhir Politeknik yang bersedia menjadi subyek penelitian.

Conflict of Interest Statement

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

Daftar Pustaka

- Anggani, D., Senen, A., & Dini, H. S. (2021). Proyeksi kebutuhan energi secara microspasial berdasarkan penentuan variabel independen dengan metode Kolmogorov-Smirnov. *Kilat*, 10(2), 349–358. <https://doi.org/10.33322/kilat.v10i2.1401>
- Anisah, D. A. R. (2021). *Hubungan adversity quotient dengan kesiapan kerja pada mahasiswa tingkat akhir* (Undergraduate thesis).
- Aprilia, E. D., & Khairiyah, Y. (2018). Optimisme menghadapi persaingan dunia kerja dan adversity quotient pada mahasiswa. *Seurune Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(1), 18–33. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v1i1.9922>

- As'ari, R. (2018). Pengetahuan dan sikap masyarakat dalam melestarikan lingkungan hubungannya dengan perilaku menjaga kelestarian kawasan Bukit Sepuluh Ribu di Kota Tasikmalaya. *Jurnal GeoEco*, 4(1), 9–18.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Cahyani, B. H., & Putrianti, F. G. (2022). Perbedaan kecemasan mahasiswa tahun akhir dalam menghadapi dunia kerja pada masa pandemi berdasarkan jenis kelamin. *Borobudur Psychology Review*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.31603/bpsr.6572>
- Cesarini, D. A., Yusuf, M., & S.A, L. S. (2020). Hubungan antara adversity quotient dan motivasi berprestasi dengan kecemasan berbahasa asing pada mahasiswa tingkat akhir program sarjana UNS. *Seurune Jurnal Psikologi Unsyiah*, 3(1), 77–99. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v3i1.15631>
- Dewanda, F. A. (2019). Hubungan antara adversity quotient dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir UIN Walisongo Semarang [Undergraduate thesis].
- Dewanda, F. A. (2019). Hubungan antara adversity quotient dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir UIN Walisongo Semarang (Undergraduate thesis). UIN Walisongo Semarang.
- Dewantari, A. G., & Soetjningsih, C. H. (2022). Adversity quotient dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 629. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8631>
- Dewi, F. N. R. (2021). Konsep diri pada masa remaja akhir dalam kematangan karir siswa. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 5(1), 46–62. <https://doi.org/10.21043/konseling.v5i1.9746>
- Dewi, R. V. K., Sunarsi, D., & Akbar, I. R. (2020). Dampak penggunaan teknologi informasi dan komunikasi terhadap minat belajar siswa di SMK Ganesa Satria Depok. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 6(4), 295–307. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4395889>
- Fadhilah, S. (2022). Hubungan antara efikasi diri akademik dan kontrol diri dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi (Undergraduate thesis, Universitas).
- Greenberger, D., & Padesky, C. A. (1995). *Mind over mood*. KP Company.
- Hanim, L. M., & Ahlas, S. (2020). Orientasi masa depan dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 41–48. <https://doi.org/10.29080/jpp.v11i1.362>
- Haryandi. (2019). Hubungan antara adversity quotient dengan kecemasan menghadapi tantangan dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. *Duke Law Journal*, 1(1), 1–13.
- Hasanah, U., Sarjono, S., & Hariyadi, A. (2021). Pengaruh model problem based learning terhadap prestasi belajar IPS SMP Taruna Kedung Adem. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 7(1), 43. <https://doi.org/10.37905/aksara.7.1.43-52.2021>

- Indah, S. P. A., & Nio, A. G. S. R. (2023). Pengaruh adversity quotient dan konsep diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. *Seroja Journal*, 1(3), 124–131. <http://jurnal.anfa.co.id/index.php/seroja/article/view/761>
- Kholisin, K. (2014). Kecemasan berbicara ditinjau dari konsep diri dan kecerdasan emosional. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 34(1), 77. <https://doi.org/10.21580/jid.v34i1.65>
- Nadia, E. (2021). Hubungan antara adversity quotient dengan kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry [Undergraduate thesis]. UIN Ar-Raniry Repository. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/26835/>
- Puspitasari, R. T. (2021). Hubungan antara adversity quotient dengan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa. *Seminar Nasional STIE Widya Wiwaha*.
- Putra, I. D. G., & Suhariadi, F. (2021). Pengaruh adversity quotient dan konsep diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja masa pandemi. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 844–851. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26802>
- Rachmady, T. M. N., & Aprilia, E. D. (2018). Hubungan adversity quotient dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada freshgraduate Universitas Syiah Kuala. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 54–60. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.632>
- Rasyidin, U. (2018). *Hubungan adversity quotient dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Ar-Raniry* (Undergraduate thesis). Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh.
- Siswadhi, F. (2016). Analisa pengaruh kualitas pelayanan dan kinerja karyawan Badan Pertanahan Nasional Kabupaten Kerinci terhadap kepuasan masyarakat. *Jurnal Benefita*, 1(3), 177. <https://doi.org/10.22216/jbe.v1i3.720>
- Yanda, O. N., Hartini, S., & Siswanti, R. (2022). Upaya meningkatkan kemampuan adversity quotient siswa melalui bimbingan kelompok dengan teknik problem solving. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 11885.