

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan masa individu memasuki masa dewasa yang pada umumnya berada pada rentang usia 18-25 tahun, pada masa tersebut mahasiswa memiliki tanggung jawab terhadap masa perkembangannya. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012). Menurut Daldiyono (2009), menjelaskan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang telah lulus dari sekolah lanjutan tingkat atas (SMA) dan sedang menempuh pendidikan tinggi. Berdasarkan tugas dan tanggungjawab mahasiswa pun, jauh lebih besar dibandingkan dengan jenjang pendidikan yang dijalani sebelumnya. Menurut peraturan pemerintah RI No.30 tahun 1990 mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Dalam hal ini untuk menjadi mahasiswa wajib untuk siap menjadi dewasa dalam menerima tugas dan tanggungjawab yang lebih tinggi.

Mahasiswa pastinya memiliki tugas dan perkembangan yang harus dipenuhi. Salah satunya adalah penyesuaian diri terhadap pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial yang baru (Hurlock, 1999). Pada masa ini seseorang dituntut untuk dapat menjadi dewasa secara mandiri baik dalam menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial maupun dalam menghadapi kesulitan-kesulitan yang dialaminya. Namun pada kenyataannya mereka terkadang sulit untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan yang terjadi, sehingga biasanya tidak sedikit yang sengaja menghindari masalahnya sendiri dan mencoba untuk bergantung kepada orang lain. Sebagai seorang mahasiswa yang ingin untuk meraih gelar sarjana, mereka harus menyelesaikan tugas

akhir yang butuh kemandirian dalam mengerjakannya. Dimana salah satu tugas akhir mahasiswa yang umum dan harus dikerjakannya secara mandiri yaitu skripsi.

Meraih gelar sarjana tentunya hal yang dinantikan oleh setiap mahasiswa, namun hal ini tentunya berdasarkan persyaratan yang diterapkan sesuai dengan bidang ilmu yang dipelajari. Skripsi merupakan syarat yang paling wajib dikerjakan oleh mahasiswa yang merupakan tugas akhir dalam meraih gelar sarjana (S1). Menurut Djarwanto (1992), Skripsi adalah sebagai sebuah karya ilmiah yang disusun oleh seorang mahasiswa program sarjana dari hasil-hasil penelitiannya atas dasar analisis data primer dan teknik analisis data sekunder. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, juga mengatakan bahwa Skripsi ialah sebagai karya ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan akademisnya. Oleh karena itu mahasiswa wajib menyelesaikan sebuah tugas akhir yang merupakan suatu karya ilmiah dari hasil penelitian dan analisis berdasarkan data yang sebenarnya dan diselesaikan secara mandiri atas hasil dari topik penelitian yang dilakukan dalam hal ini sebagai prasyarat untuk meraih gelar sarjana akademik.

Sebagian besar mahasiswa menganggap bahwa mengerjakan skripsi adalah merupakan hal yang tidak mudah dan menakutkan. Namun, sebagian diantaranya juga menganggap bahwa skripsi merupakan tugas akhir yang sama rumitnya dengan tugas-tugas kampus yang biasa dikerjakan oleh mahasiswa. Sebelumnya hal ini diketahui berdasarkan hasil wawancara dari 10 responden yang dilakukan secara random. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen medan yang sedang menjalani skripsi, sebagian besar dari mereka menyebutkan bahwa mengerjakan skripsi adalah hal yang sulit untuk tugas akhir dari seorang mahasiswa itu sendiri. Hal ini terbukti dari wawancara salah seorang mahasiswa fakultas ISIPOL Universitas HKBP Nommensen Medan. Dia mengatakan bahwa :

Menurut saya mengerjakan skripsi itu susah bisa dibilang sih, karena ini merupakan karya yang ilmiah. Dimana dalam pemilihan katanya harus tepat, kemarin itu saya bimbingan beberapa kali. Kebanyakan yang dikoreksi karena kata-kata salahnya gitu, kemudian yang lebih menakutkannya, aku masih gak yakin sih dengan diriku. Soalnya ini peneliti ini kan lapangan. Cari subjeknya lah, waktu sana sini yang mungkin bisa dibilang kadang cepat kali gitu loh untuk masalah bimbingan sama dosen pembimbingnya. belum lagi itu dua orang ya, sebagai mahasiswa ya kita harus menyesuaikan dengan waktu dan harapan dosennya. Itu sih,,,

(Y. Mahasiswa Fakultas ISIPOL, 9 April 2021)

Dalam hasil wawancara berikutnya juga mengatakan hal yang sama, dimana mahasiswa merasa skripsi itu menjadi suatu beban yang berat dan tugas yang menyusahkan, yang kadang-kadang membuatnya susah untuk melakukan pekerjaan yang lainnya dengan tenang.

Sudah pasti skripsi itu tugas akhir yang tidak mudah menurutku, aku tu terbebani dengan pikiranku sendiri, bisa nanti aku tiba-tiba kepikiran sendiri dengan skripsiku yang belum kelar sampe saat ini, apa-apa ingin menghibur diri sebentar nanti malah kepikir dengan tugas skripsi. Kurang nyaman lah dengan hal ini, belum lagi kedepannya untuk mengerjakan bab 4-5, aku merasa ada sesuatu dalam diriku yang seperti sulit. Itu pada akhirnya membuat moodku jadi mudah berubah-ubah. (heheh).

(M. Mahasiswa Fakultas Psikologi, 9 April 2021)

Berdasarkan hasil wawancara diatas, mahasiswa menganggap skripsi merupakan tugas yang memberatkan karena merupakan karya ilmiah yang dalam pengerjaannya harus berdasarkan analisis data dan penelitian yang benar-benar nyata, pertemuan dengan dosen pembimbing juga menjadi alasan lain yang membuat mahasiswa merasa berat dalam pengerjaan tugas akhir ini yang pada akhirnya menyebabkan sebagian mahasiswa merasa tidak mampu, mudah tersinggung, stress dan merasa bodoh dalam menyelesaikannya. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Linyaningsih (2007) bahwa mahasiswa dalam menyusun skripsi mengalami kecemasan berupa perasaan minder, merasa lebih bodoh, perasaan tidak mampu mengerjakan skripsi, perasaan sedih, pikiran tidak tenang, merasa tidak percaya diri, tiba-tiba merasa sakit kepala, mudah marah dan tersinggung. Tentunya dalam hal ini, sepertinya sudah menjadi hal

biasa, biasanya jika sebagian besar mahasiswa yang sedang menjalankan skripsi mengalami stres dalam menghadapi tugas dan tanggung jawab yang satu ini.

Stres yang terjadi dikalangan mahasiswa biasanya disebabkan oleh penundaan pengerjaan yang terus dilakukan, juga karena kurangnya pengalaman dan pengetahuan yang menyebabkan individu merasa tidak mampu sebelum mencobanya, ini pada akhirnya menyebabkan pemikiran dimana masalah menumpuk dan berdampak pada stress dari mahasiswa itu sendiri, hal ini berdasarkan hasil wawancara 3 diantara 10 mahasiswa yang serupa mengatakan hal demikian. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sudarya, dkk 2014). Menunjukkan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi stress pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi, yaitu (1) faktor lingkungan internal yang mencakup kondisi fisik, perilaku, minat, kecerdasan emosi, kecerdasan intelektual, dan kecerdasan spiritual, (2) faktor lingkungan eksternal yaitu tugas, lingkungan sosial, dan lingkungan fisik baik di lingkungan keluarga maupun lingkungan kampus. Bahkan dampak stress ini bisa berakhir pada gejala depresi yang bisa menyebabkan mahasiswa itu sendiri bunuh diri. Mengutip pemberitaan Kompas.com (12/7/2020), seorang mahasiswa di Samarinda Kalimantan Timur BH (17) diduga gantung diri karena depresi setelah kuliah 7 tahun tak kunjung lulus. Hal itu terjadi karena skripsinya sering ditolak dosen. Usai kerap ditolak dosen, mahasiswa di salah satu universitas di Samarinda tersebut, sering terlihat diam dan murung. BH ditemukan meninggal gantung diri di rumah milik kakak angkatnya di Jalan Pemuda, Samarinda pada Sabtu (11/7/2020) sore.

Menyusun skripsi merupakan tantangan yang melelahkan, tetapi memberikan sesuatu yang istimewa ketika berhasil menyelesaikannya (Afif, 2016). Selama ini mahasiswa menganggap skripsi sebagai suatu kesulitan karena tidak terbiasa mengerjakan sebuah tugas secara mandiri. Mahasiswa sepertinya perlu dibiasakan untuk mengerjakan tugas secara mandiri

agar tidak lagi merasa cemas atau tidak begitu takut menghadapi tugas akhir. Menurut Suhartono (2007). Mahasiswa memiliki tingkat ketahanan dalam menghadapi kesulitan yang berbeda. Terdapat mahasiswa yang merespon tantangan tersebut dengan keputusasaan, tetapi juga terdapat mahasiswa yang berusaha untuk melewatinya. Jika mahasiswa merespon tantangan tersebut dengan keputusasaan, maka tugas yang diberikan tidak dapat diselesaikan dengan baik. Namun, sebaliknya jika mahasiswa merespon tantangan tersebut dengan keyakinan akan kemampuan dirinya dan ketahanan dalam menghadapi tantangan yang ada maka tentunya memungkinkan tugas yang diberikan mampu diselesaikan dengan baik. hal inilah yang disebut dengan *adversity quotient*. Dimana dalam ilmu psikologi, biasanya suatu tantangan dalam sebuah kehidupan disebut dengan adversity. *Adversity* berasal dari Bahasa Inggris yang berarti kegagalan atau kemalangan. Seseorang bisa keluar dari *adversity* yang dihadapinya yaitu dengan cara ia harus memiliki kemampuan dalam menyelesaikan tantangan tersebut. Sudah seharusnya mahasiswa diharapkan untuk mampu menghadapi masalah berdasarkan tugas dan tanggungjawabnya sendiri tanpa bantuan dari orang lain. Namun, kebanyakan dari mereka yang sedang dalam masa dewasa awal ini terkadang menghindari masalahnya dibandingkan dengan menghadapinya. Hal ini berdasarkan data wawancara 10 orang mahasiswa yang sedang menjalani skripsi, dimana 2 diantaranya disituasi tertentu lebih memilih untuk menghindar dan menunda pekerjaannya karena merasa sulit untuk dikerjakan hal ini mendukung pernyataan diatas, dimana mahasiswa yang dimaksud ini adalah individu yang memungkinkan memiliki tingkat *adversity quotient* yang rendah.

Stoltz (2005) mengatakan bahwa *Adversity Quotient* (AQ) adalah kecerdasan untuk mengatasi kesulitan. *Adversity Quotient* (AQ) merupakan faktor yang dapat menentukan bagaimana, jadi atau tidaknya, serta sejauh mana sikap, kemampuan, dan kinerja

individu/mahasiswa terwujud di dunia. Dalam hal ini individu/mahasiswa yang memiliki AQ yang tinggi akan dengan mudah mewujudkan tujuannya dibandingkan dengan individu/mahasiswa yang AQ-nya rendah, dimana untuk setiap individu/mahasiswa itu sendiri memiliki *Adversity Quotient* yang berbeda-beda.

Zainuddin, (2011). Mengatakan bahwa *adversity quotient* merupakan kecerdasan/kemampuan daya juang dalam menghadapi kesulitan atau persoalan untuk mencapai prestasi belajar yang optimal. Menurut Stoltz, (2005). *Adversity quotient* digunakan untuk membantu individu-individu memperkuat kemampuan dan ketekunan mereka dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari, sambil tetap berpegang pada prinsip-prinsip dan impian-impian mereka, tanpa mempedulikan apa yang terjadi. Jadi dalam hal ini yang dimaksud dan dikaitkan oleh peneliti yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Ada empat dimensi yang dapat membangun kemampuan daya juang (Stoltz, 2005), yaitu: *control*, *origin* dan *ownership*, *reach*, dan *endurance* atau yang disingkat menjadi CO2RE. Pendek kata keempat hal ini yang mampu mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menghadapi permasalahannya untuk mewujudkan tujuan yang ingin dia capai salah satunya adalah tantangan dalam mengerjakan skripsi.

Control berkaitan dengan seberapa besar kemampuan diri dalam mengatasi ataupun menghadapi kesulitan. *Origin & ownership* berkaitan dengan penyebab munculnya kesulitan dan sejauh mana individu dapat mengakui akibat-akibat dari kesulitan yang ia hadapi. *Reach* berkaitan dengan bagaimana suatu kesulitan yang dihadapi dapat mempengaruhi aspek-aspek kehidupan lainnya. *Endurance* berkaitan dengan seberapa lama kesulitan yang dialami akan terjadi. Individu yang memiliki kecerdasan adversity yang tinggi tentu memiliki keempat dimensi tersebut dan memungkinkan bisa bertahan dalam kesulitan dan bertanggung jawab atas masalah dan tugas yang dihadapinya. Namun kenyataan yang ada saat ini menunjukkan bahwa

para mahasiswa kurang begitu memiliki semangat atau daya juang dalam menghadapi kesulitan yang sedang mereka hadapi. Terbukti dari hasil wawancara yang sudah dilakukan secara random sebelumnya. Mereka sebagian terlalu mengandalkan orang lain untuk menyelesaikan kesulitan atau masalah yang mereka hadapi yang dalam arti kurangnya keyakinan akan diri sendiri. Mereka kurang memiliki atau bahkan tidak memiliki kemampuan *Adversity*. Salah satu hasil wawancara yang dilakukan pada seorang mahasiswa yang sedang menjalani skripsi mengatakan bahwa :

Dalam skripsi ini saya kadang kala dalam situasi tertentu dimana deadline pengumpulan revisian sudah sangat dekat, bisa tidak selera makan. Terus memikirkan. walau itu salah saya karena tidak menyicil pengerjaannya, alhasil nanti saya bisa sakit, masuk angin gitu... sebenarnya saya antara yakin atau tidak yakin juga sih dengan diri sendiri bisa mengerjakannya soalnya sulit juga sih, Cuma itu, menunda terus. Biasalah sama teman main entah kemana kan tiap hari. Sehingga lupa aja nanti udah besok aja mau dikumpul.

(S. Mahasiswa ISIPOL, 9 April 2021)

Berdasarkan hasil wawancara diatas menunjukkan bahwa skripsi menjadi suatu tugas yang memberatkan karena faktor penundaan, pengelolaan waktu yang tidak efektif dan juga keyakinan akan diri sendiri. Jika dilihat dari ke-empat dimensi *adversity quotient* menurut stoltz (2005) hal tersebut termasuk dalam dimensi *Origin & ownership* yaitu apa yang menjadi asal usul dari kesulitan dan sejauh mana individu dapat mengakui akibat-akibat dari kesulitan karena penundaan pekerjaan akibat dari kurangnya pengelolaan waktu yang baik, hal ini berkaitan dengan dimensi lain yaitu *control* (kendali diri) yang dimana pernyataan dari mahasiswa yang diwawancarai ini kurang mampu mengelolah waktu secara efektif. Lebih lagi dengan keyakinan diri (*self efficacy*) yang dimiliki masih labil menyebabkan suatu tantangan yang dihadapi (dalam hal ini skripsi), menjadi suatu hal yang begitu menyulitkan.

Setiap *Adversity Quotient* seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti bakat, kemauan, kecerdasan, kesehatan, karakteristik kepribadian, genetika, pendidikan, dan keyakinan diri (Efikasi diri/ *self efficacy*). *Self efficacy* ini juga sudah terlihat jelas dari hasil wawancara diatas dari tanggapan yang berbeda-beda berdasarkan data responden mahasiswa yang telah diwawancarai. Dimana, sebagian mahasiswa mengakui dan meyakini kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Namun, sebagian pula dari mahasiswa itu sendiri meragukan dirinya. *Self efficacy* mengacu pada pengetahuan seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menyelesaikan tugas tertentu tanpa perlu membandingkannya dengan kemampuan orang lain (Wolfolk, 2009). Didalam diri setiap individu terdapat suatu keyakinan diri (*Self-Efficacy*) yang disertai dengan *adversity quotient* (AQ). *Adversity Quotient* (AQ) merupakan suatu penilaian yang mengukur bagaimana seseorang dalam menghadapi masalah untuk dapat diberdayakan menjadi peluang (Stoltz, 2005). Sedangkan *Self Efficacy* merupakan keyakinan seseorang bahwa dia dapat menjalankan suatu tugas pada suatu tingkat tertentu yang mempengaruhi tingkat pencapaian tugasnya (Bandura, 1997 dalam Alwisol, 2012). Maka ketika mahasiswa memiliki daya juang dalam menghadapi masalahnya dengan keyakinan dalam diri sendiri, tentunya sebuah tantangan pun kemungkinan dapat diselesaikan dengan mudah. Hal ini sejalan dengan penelitian dari boleng, (2019). Menunjukkan hubungan yang signifikan dan berarah positif antara *self efficacy* dengan *adversity quotient* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dimana, semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa dalam mengerjakan skripsi maka semakin besar pula *adversity quotient* yang ada. Dari hal tersebut *adversity quotient* memiliki hubungan penting dengan *self efficacy* ini.

Bandura, (1997). Mendefinisikan *self efficacy* merupakan perkiraan atas kemampuan diri sendiri mengenai seberapa mampu diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. *Self efficacy*

berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. Sedangkan ekspektasi hasil adalah perkiraan atau estimasi diri bahwa tingkah laku yang dilakukan diri itu akan mencapai hasil tertentu (Al-wisol, 2012). Hidup Menurut pendapat Stoltz (2005) bisa diibaratkan seperti mendaki gunung, kepuasan dicapai melalui usaha yang tidak kenal lelah untuk terus mendaki, meskipun kadang-kadang langkah yang ditapakkan terasa lambat dan menyakitkan. Untuk bisa mencapai kesuksesan, selain semangat yang tinggi juga dibutuhkan adanya efikasi diri (*Self-Efficacy*) yang tinggi juga agar bisa mencapai puncak gunung atau kesuksesan tersebut.

Untuk bisa memiliki keyakinan diri dalam menyelesaikan sebuah tantangan, individu perlu untuk memiliki aspek-aspek yang dapat membantu individu tersebut memiliki *self efficacy* yang tinggi. Menurut Bandura (dalam Smowman, dkk. 2009: 280), terdapat empat aspek yaitu *selection processes*, *cognitive processes*, *motivational processes*, dan *affective processes*. Dengan memiliki keempat aspek tersebut, individu mampu membantu dirinya untuk memiliki *self efficacy* yang tinggi. *Selection processes* merupakan tujuan dari pilihan yang telah ditentukan, *cognitive processes* merupakan usaha yang dikerahkan dalam menyelesaikan tantangan agar mendapat hasil yang maksimal, *motivational processes* merupakan usaha atau kerja keras untuk mencapai tujuan, dan *affective processes* merupakan perasaan yang dirasakan saat menghadapi tantangan.

Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi adalah ketika individu tersebut merasa yakin dan bisa menangani secara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi baik itu berupa tugas maupun tanggungjawab, adanya ketekunan dan percaya pada kemampuan diri yang mereka miliki, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru, menetapkan tujuan diri sendiri yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap

dirinya, menanamkan usaha yang kuat dalam apa yang dilakukannya dan meningkatkan usaha saat menghadapi kegagalan, berfokus pada tugas dan memikirkan strategi dalam menghadapi kesulitan, cepat memulihkan rasa mampu setelah mengalami kegagalan, dan menghadapi *stressor* atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya (Bandura, 1997 dalam Risalatuna, 2013). Sebaliknya, Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah ketika dirinya merasa tidak berdaya, cepat sedih, apatis, cemas, menjauhkan diri dari tugas-tugas yang sulit, cepat menyerah saat menghadapi rintangan, aspirasi yang rendah dan komitmen yang lemah terhadap tujuan yang ingin dicapai, dalam situasi sulit cenderung akan memikirkan kekurangan mereka, beratnya tugas tersebut, dan konsekuensi dari kegagalannya, serta lambat untuk memulihkan kembali perasaan mampu setelah mengalami kegagalan (Bandura, 1997 dalam Risalatuna, 2013). Berikut merupakan hasil wawancara dari mahasiswa yang sedang menjalani skripsi :

Bagi saya mengerjakan skripsi itu gampang-gampang susah, karena kan sebenarnya mudah kalau kita sungguh-sungguh, seperti tugas kampus lainnya lah bisa dibilang. Sebenarnya referensi sekarang mudah didapat diinternet. Namun ada satu sih kuncinya, tidak boleh menunda, kadang itu yang membuat kita malas nanti, harus optimis lah, kalau saya sih yakin aja dulu. Seberat apapun nanti untuk bimbingan berikutnya saya akan tetap optimis, kadang kala kan sesuatu yang menantang ini bisa membuat kita semangat, betul gak. Hehehe.

(Y.H. Mahasiswa Fakultas Teknik Sipil, 9 April 2021)

Aku lebih memilih mengerjakan tugas lain lah jika dibuat pilihan, soalnya mengerjakan skripsi ini susah menurutku, belum lagi aku masih kurang paham kali untuk mengerjakannya, ya harus belajar sama teman dulu lah, makanya kadang sering itu deadline saya terlambat. Tunda dulu kadang-kadang menghindari dari dosen pembimbinglah. Kadang bad mood sendiri sih kalau masih belum acc bimbingan untuk jadwal mingguan gitu, itu apa kali lah bagiku beban pikiran.

(N. Mahasiswa Fakultas Peternakan, 9 April 2021)

Berdasarkan dua hasil wawancara di atas memiliki tanggapan yang berbeda atas tantangan yang sama. Dapat disimpulkan bahwa efikasi diri individu mampu mempengaruhi tindakannya dalam menghadapi sebuah tantangan. Namun, tidak terlepas hubungannya dengan kecerdasan *adversity*, dimana daya tahan individu dalam menghadapi suatu tantangan berhubungan dengan tindakan yang akan dilakukan hal ini Menurut Yazid, (2005). Mengatakan bahwa *Adversity quotient* adalah kemampuan berpikir, mengelola, dan mengarahkan tindakan yang membentuk suatu pola-pola tanggapan kognitif dan perilaku atas stimulus peristiwa-peristiwa dalam kehidupan yang merupakan tantangan dan atau kesulitan. Dari hal tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kedua hal tersebut diatas memiliki kemungkinan adanya keterkaitan antara keduanya.

Berkaitan dengan analisis wawancara dan kajian teori mengenai *self efficacy* dan *adversity quotient* diatas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai hubungan *self efficacy* dengan *adversity quotient* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas HKBP Nommensen Medan. Penelitian ini penting dilakukan karena skripsi dianggap sebagai kesulitan atau tantangan yang ditanggapi berbeda oleh setiap mahasiswa. Hal ini berhubungan dengan perbedaan dari diri individu itu sendiri. Alasan lain adalah karena penelitian ini jarang dilakukan dengan variabel yang peneliti terapkan, yang berkaitan dengan hubungannya terhadap daya juang setiap mahasiswa dalam menanggapi masalah atau tantangan yang ada.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah berdasarkan latar belakang dalam penelitian ini: “Apakah ada hubungan *self efficacy* dengan *adversity quotient* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas HKBP Nommensen Medan?”

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan *adversity quotient* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas HKBP Nommensen Medan.

1.4. Manfaat Penelitian

Dua jenis manfaat penelitian yang didapatkan dalam penelitian ini yaitu :

1.4.1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan sumbangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi pendidikan tentang *self efficacy* dan *adversity quotient* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi maupun pada mahasiswa yang sedang dalam proses pendidikan.

1.4.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi pengetahuan bagi mahasiswa mengenai hubungan antara *self efficacy* dengan *adversity quotient* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi agar mampu meningkatkan keyakinan diri dan ketahanan diri (daya juang) dalam mengerjakan skripsi yang dianggap sebagai kesulitan.

b. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan baru bagi mahasiswa yang sedang dalam proses pengerjaan skripsi, tentang pentingnya penguatan *self efficacy*

dan *adversity quotient* dalam diri, agar mampu menghadapi segala tantangan yang dihadapi.

c. Bagi Fakultas Maupun Universitas

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan masukan kepada pihak Fakultas maupun Universitas untuk lebih mengenal kebutuhan mahasiswa dalam mengembangkan *self efficacy* serta *adversity quotient* (daya tahan) dalam menghadapi kesulitan/tantangan saat mengerjakan skripsi maupun dengan hal lainnya yang berkaitan dengan kebutuhan yang dimaksud.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Adversity Quotient*

2.1.1. Pengertian *Adversity Quotient*

Menurut Chaplin (2006) dalam kamus psikologi, *intelligence* atau *quotient* berarti cerdas, pandai. Binet dan Simon (dalam Napitupulu dkk, 2007) merangkum pengertian *intelligence* atau *quotient* dalam tiga komponen, yaitu kemampuan seseorang dalam mengarahkan pikiran atau tindakannya, kemampuan seseorang untuk mengubah arah tindakan bila tindakan tersebut telah terlanjur dilakukan dan kemampuan seseorang untuk mengkritik diri sendiri atau melakukan *autocriticism*. Berdasarkan kamus Inggris-Indonesia (Echols dan Shadily, 1995), *adversity* berarti kesengsaraan, kemalangan.

Konsep *adversity quotient* (AQ) itu sendiri, dikembangkan dengan menggunakan tiga cabang ilmu pengetahuan yaitu psikologi kognitif, psikoneuroimunologi, dan neurofisiologi. Stoltz (2005) mendefinisikan *adversity quotient* sebagai kecerdasan menghadapi rintangan atau kesulitan. Hasil riset selama 19 tahun dan penerapannya selama 10 tahun merupakan terobosan penting dalam pemahaman tentang apa yang perlu dibutuhkan seseorang untuk mencapai kesuksesan. Suksesnya individu utamanya ditentukan oleh AQ. Dimana, AQ dapat mengungkap seberapa jauh individu mampu bertahan menghadapi kesulitan dan kemampuan individu untuk mengatasinya.

Adversity quotient adalah kemampuan berpikir, mengelola, dan mengarahkan tindakan yang membentuk suatu pola-pola tanggapan kognitif dan perilaku atas stimulus peristiwa-peristiwa dalam kehidupan yang merupakan tantangan dan atau kesulitan (Yazid, 2005). Individu yang tidak memiliki *adversity quotient* berakibat pada ketidakmampuan untuk mengatasi

masalah (Widyaningrum & Rachmawati, 2007). Adapun menurut Stoltz (2005), kecerdasan *adversity* mempunyai tiga bentuk. Pertama, AQ adalah suatu kerangka kerja konseptual yang baru memahami dan meningkatkan semua segi kesuksesan. AQ berlandaskan pada riset yang berbobot dan penting, yang menawarkan suatu gabungan yang praktis dan baru, yang merumuskan kembali apa yang diperlukan untuk mencapai suatu kesuksesan. Kedua, AQ adalah suatu ukuran untuk mengetahui respon terhadap kesulitan. Selama ini pola-pola bawah sadar kita sebetulnya sudah memilikinya. Saat ini untuk pertama kalinya pola-pola tersebut diukur, dipahami, dan diubah. Ketiga, AQ adalah serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon seseorang terhadap kesulitan, yang akan berakibat memperbaiki efektivitas pribadi dan profesional seseorang secara keseluruhan. Agar kesuksesan menjadi nyata, maka Stoltz (2005) memberikan pendapat bahwa modifikasi dari ketiga unsur tersebut yaitu, pengetahuan baru, tolok ukur, dan peralatan yang praktis merupakan sebuah kesatuan yang lengkap untuk memahami dan memperbaiki komponen dasar dalam meraih sukses.

Berasarkan beberapa pendapat dan pengertian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *adversity quotient* (AQ) adalah kemampuan dan ketahanan seseorang dalam menghadapi kesulitan, kegagalan, hambatan, sekaligus mengubahnya menjadi suatu peluang untuk meraih tujuan ataupun kesuksesan.

2.1.2. Aspek-aspek *Adversity Quotient*

Stoltz (2005) menyatakan bahwa aspek-aspek dari *Adversity Quotient* (AQ) mencakup beberapa komponen yang kemudian disingkat menjadi CO2RE, antara lain:

1. *Control* (kendali)

Control atau kendali adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan dan mengelola sebuah peristiwa yang menimbulkan kesulitan di masa mendatang. Kendali diri ini akan berdampak pada tindakan selanjutnya atau respon yang dilakukan individu bersangkutan, tentang harapan dan idealitas individu untuk tetap berusaha keras mewujudkan keinginannya walau sesulit apapun keadaannya sekarang.

2. *Origin* (asal-usul) dan *ownership* (pengakuan)

Sejauh mana seseorang mempermasalahkannya ketika mendapati bahwa kesalahan tersebut berasal dari dirinya, atau sejauh mana seseorang mempermasalahkannya orang lain atau lingkungan yang menjadi sumber kesulitan atau kegagalan seseorang. Rasa bersalah yang tepat akan menggugah seseorang untuk bertindak sedangkan rasa bersalah yang terlampau besar akan menciptakan kelumpuhan. Poin ini merupakan pembukaan dari poin *ownership*.

Ownership mengungkap sejauh mana seseorang mengakui akibat-akibat kesulitan dan kesediaan seseorang untuk bertanggung jawab atas kesalahan atau kegagalan tersebut.

3. *Reach* (jangkauan)

Sejauh mana kesulitan ini akan merambah kehidupan seseorang menunjukkan bagaimana suatu masalah mengganggu aktivitas lainnya, sekalipun tidak berhubungan dengan masalah yang sedang dihadapi. *Adversity quotient* yang rendah pada individu akan membuat kesulitan merembes ke segi-segi lain dari kehidupan seseorang.

4. *Endurance* (daya tahan)

Endurance adalah aspek ketahanan individu. Sejauh mana kecepatan dan ketepatan seseorang dalam memecahkan masalah. Sehingga pada aspek ini dapat dilihat berapa

lama kesulitan akan berlangsung dan berapa lama penyebab kesulitan itu akan berlangsung. Hal ini berkaitan dengan pandangan individu terhadap kepermanenan dan ketemporeran kesulitan yang berlangsung. Efek dari aspek ini adalah pada harapan tentang baik atau buruknya keadaan masa depan. Makin tinggi daya tahan seseorang, makin mampu menghadapi berbagai kesukaran yang dihadapinya.

2.1.3. Tingkatan *Adversity Quotient*

Stoltz (2005) meminjam istilah para pendaki gunung untuk memberikan gambaran mengenai tingkatan *Adversity Quotient* (AQ). Stoltz (2005) membagi para pendaki menjadi 3 bagian, yaitu :

1) *Quitters* (mereka yang berhenti).

Tidak diragukan lagi ada banyak orang yang memilih untuk keluar menghindari kewajiban, mundur dari usahanya. Mereka ini disebut dengan *quitters* atau orang-orang yang berhenti melanjutkan usahanya. Mereka menolak kesempatan yang diberikan oleh pimpinannya. Mereka mengabaikan, menutupi atau meninggalkan dorongan inti dengan manusiawi untuk berusaha.

2) *Campers* (mereka yang berkemah).

Kelompok individu yang kedua adalah *campers* atau orang-orang yang mudah puas dengan hasil yang diperolehnya. Mereka tidak ingin melanjutkan usahanya untuk mendapatkan lebih dari yang didapatkan sekarang. Disini mereka mengakhiri usahanya karena sudah merasa puas dengan hasil yang didapat. Berbeda dengan *quitters*, *campers* sekurang-kurangnya menanggapi tantangan itu, mereka telah mencapai tingkat tertentu. Perjalanan mereka mungkin memang mudah atau mungkin mereka telah mengorbankan banyak hal dan telah bekerja dengan rajin untuk sampai ke tingkat dimana mereka

kemudian berhenti. Usaha yang tidak selesai oleh sebagian orang di anggap sebagai kesuksesan ini merupakan pandangan keliru yang sudah lazim bagi mereka yang menganggap kesuksesan sebagai tujuan yang harus dicapai. Jika dibandingkan dengan proses usahanya. Namun demikian, meskipun *campers* telah berhasil mencapai tujuan atau posisinya, tetap mereka tidak mungkin dapat mempertahankan posisinya itu tanpa ada usaha lagi.

3) *Climbers* (para pendaki)

Climbers adalah pemikir yang selalu memikirkan kemungkinan-kemungkinan dan tidak pernah membiarkan umur, jenis kelamin, ras, cacat fisik atau mental atau hambatan lainnya untuk menghalangi usahanya. Adapun para *climber*, yakni mereka yang dengan segala usaha keberaniannya menghadapi resiko untuk menuntaskan pekerjaannya. Dalam konteks ini, para *climber* dianggap memiliki AQ tinggi.

2.1.4. Teknik-teknik untuk Meningkatkan *Adversity Quotient* (AQ)

Stoltz (2005) menyatakan bahwa *Adversity Quotient* dapat ditingkatkan atau diperbaiki dengan melakukan hal-hal sebagai berikut:

- a) *Listen* atau mendengarkan respon-respon kesulitan
- b) *Explore* atau jajaki asal usul dan pengakuan atas akibatnya
- c) *Analysis* bukti-buktinya, dan
- d) *Do* atau lakukan sesuatu.

Dari keempat teknik ini disingkat dengan kata LEAD. Teknik kognitif dan perilaku seperti LEAD ini, efektif karena dapat mengubah sistem di otak. Pokok pikiran akan mengubah fisiologi otak, agar membiasakan otak atau kemampuan berpikir untuk menghadapi dan mengatasi setiap kesulitan, dengan mempertanyakan respon-respon destruktif terhadap peristiwa-peristiwa

didalam kehidupan. Rangkaian LEAD didasarkan pada pengertian bahwa individu bisa mengubah keberhasilan dengan mengubah kebiasaan-kebiasaan berfikir. Hasilnya adalah keuletan emosional dan berjiwa besar sebagai respon terhadap tekanan hidup sehari-hari (Stoltz, 2005).

Teknik lain untuk meningkatkan *Adversity Quotient* menurut Stoltz (2005) adalah:

- a) Memusatkan perhatian pada kegiatan yang tidak ada hubungannya dengan masalah yang dihadapi, tetap berolahraga dan memperhatikan benda secara detail.
- b) Memusatkan perhatian pada tujuan dan menempatkan diri secara sadar pada suatu situasi.

Teknik ini disebut dengan teknik *Stoppers*, yang efektif untuk menghilangkan jalur-jalur syaraf yang destruktif, dengan mengeluarkan diri dari keterpurukan untuk individu menghadapi kesulitan.

Dari uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa teknik-teknik untuk meningkatkan AQ dalam menghadapi kesulitan, yaitu: teknik LEAD (*Listen, Explore, Analysis, Do*); teknik *Stoppers* dengan memusatkan perhatian pada tujuan dan kegiatan yang tidak ada hubungannya dengan masalah yang dihadapi.

2.1.5. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Adversity Quotient*

Faktor-faktor yang mempengaruhi adversity quotient menurut Stoltz (2005) yaitu :

1. Kinerja

Merujuk pada bagian diri individu yang mudah terlihat oleh orang lain. Individu dengan cepat bisa melihat hasil kerja seseorang. Bagian ini merupakan paling menonjol, inilah yang paling sering dievaluasi.

2. Bakat Yaitu menggambarkan keterampilan, kompetensi, pengalaman, dan pengetahuan individu.
3. Kemauan
Kemauan yaitu menggambarkan motivasi, antusiasme, gairah, dorongan, ambisi, semangat yang bernyala.
4. Kecerdasan Menurut Gardner dalam Stoltz (2005), menunjukkan bahwa kecerdasan memiliki tujuh bentuk, yaitu linguistik, kinestik, spasial, logika, matematis, musik, interpersonal dan intrapersonal.
5. Kesehatan fisik dan mental
Kesehatan fisik dan mental juga dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam mencapai kesuksesan. Jika kesehatan fisik dan mental buruk maka akan menjadi suatu hambatan dalam pencapaian. Sebaliknya, jika kesehatan fisik dan mental baik maka akan membantu pencapaian.
6. Karakter Menurut Satterfield dan Seligman dalam Stoltz (2000), menemukan bahwa individu yang merespon kesulitan secara lebih optimis dapat besikap lebih agresif dan mengambil lebih banyak resiko, sedangkan reaksi pesimis terhadap kesulitan menimbulkan lebih banyak sikap pasif sehari-hari.
7. Genetika Hasil riset menunjukkan bahwa genetika memiliki kemungkinan yang sangat mendasari perilaku individu.
8. Pendidikan Seperti halnya genetika, pendidikan individu dapat mempengaruhi kecerdasan, pembentukan kebiasaan, perkembangan watak, keterampilan, kemauan, dan kinerja yang dihasilkan.

9. *Self-efficacy* Keyakinan mempengaruhi seseorang dalam menghadapi suatu masalah serta membantu seseorang dalam mencapai tujuan.

Bisa disimpulkan bahwa terdapat begitu banyak hal yang dapat mempengaruhi *adversity quotient* yaitu kinerja, bakat, kemauan, kecerdasan, kesehatan fisik dan mental, karakter, genetika, pendidikan, dan terakhir yaitu *self-efficacy* dimana hal ini yang berhubungan dengan fokus penelitian.

2.2. *Self Efficacy*

2.2.1. Pengertian *Self Efficacy*

Bandura (1997) mengemukakan bahwa *Self Efficacy* (efikasi diri) merupakan keyakinan atau harapan seseorang tentang kapasitas dirinya dalam menyelesaikan tugas-tugas tertentu atau perilakunya saat ini dengan sukses. Harapan tersebut menentukan perilaku/performansi, jumlah usaha yang dilakukan dan lama perilaku tersebut dipertahankan jika hambatan-hambatan ditemui. Dari hal tersebut Bandura menyatakan bahwa efikasi diri menekankan pada komponen-komponen kepercayaan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung keaburan, tidak dapat diramalkan, seringkali penuh tekanan. Keyakinan yang terbentuk akan memberikan landasan bagi individu untuk berusaha secara tekun, ulet, bermotivasi, dan berani menghadapi permasalahan. Lewicki (dalam Carlos, 2006) menjelaskan *Self Efficacy* sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk menggerakkan motivasi, sumber-sumber kognitif dan tindakan yang dibutuhkan untuk mengendalikan peristiwa dalam kehidupan mereka. Santrock (2006) mendefinisikan *Self Efficacy* sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang positif.

Carlos (2006) menyimpulkan bahwa perilaku dan motivasi individu dipengaruhi oleh keyakinan mereka sendiri. *Self Efficacy* menentukan bagaimana individu merasakan, berpikir, memotivasi diri mereka dan berperilaku. Individu dengan kepercayaan yang tinggi mengenai kemampuannya memandang tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan untuk menjadi lebih baik daripada bersikap menghindar. *Self Efficacy* memberi harapan yang membantu memunculkan ketertarikan intrinsik dan kesenangan yang mendalam terhadap berbagai kegiatan. Mereka menganggap tujuan yang telah mereka tetapkan sebagai tantangan dan bertahan kuat dengan komitmen mereka. Mereka mempertinggi dan mempertahankan usaha mereka ketika berhadapan dengan kegagalan. Mereka dengan cepat kembali percaya pada kemampuannya setelah mengalami kegagalan. Mereka menghubungkan kegagalan dengan usaha yang tidak cukup atau pengetahuan dan keterampilan yang kurang. Mereka mendekati situasi yang mengancam dengan kepercayaan bahwa mereka dapat mengontrol situasi tersebut. *Self Efficacy* menghasilkan pribadi yang berprestasi, dapat mengurangi stres dan tidak lebih mudah terkena depresi (Bandura, 1994).

Bila individu yakin terhadap kemampuan-kemampuannya, maka mereka akan mencoba untuk melakukan sesuatu dan mempunyai harapan terhadap hasil perilaku tersebut dan berperilaku dengan cara-cara yang diarahkan untuk membantu pencapaian tujuan-tujuannya (Wahyono, 2001). Berbagai pengertian *Self Efficacy* di atas, peneliti merujuk pendapat Bandura (1997) yang mendefinisikan *Self Efficacy* sebagai kepercayaan individu mengenai kemampuan-kemampuannya untuk mengatur atau menjalankan kegiatan yang dibutuhkan untuk mencapai keberhasilan. Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa *Self Efficacy* merupakan keyakinan akan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam

menghadapi persoalan yang datang dalam dirinya, dimana ia merasa mampu dan bisa untuk melewati berbagai persoalan yang ada.

2.2.2. Aspek-aspek *Self Efficacy*

Bandura, (1997). Mengemukakan ada tiga aspek utama dalam efikasi diri, antara lain:

- a. *Magnitude*. Berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang dilakukan. Jika dihadapkan dengan tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan, yaitu rendah, menengah, dan tinggi, maka individu akan melakukan tindakan-tindakan yang dirasa mampu untuk dilakukan dan cenderung menghindari situasi dan tugas yang diperkirakan di luar batas kemampuan yang dimiliki.
- b. *Generality*. Berkaitan dengan luas bidang tugas yang dihadapi. sejauh mana individu yakin akan kemampuannya dalam berbagai situasi tugas, mulai dari melakukan suatu aktivitas dalam situasi tertentu hingga dalam serangkaian tugas dalam situasi yang bervariasi.
- c. *Strength*, kuatnya keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimiliki. Individu yang mempunyai kepercayaan yang kuat dalam kemampuan mereka akan tekun dalam usahanya meskipun banyak sekali kesulitan dan halangan.

2.2.3. Faktor-faktor Pembentuk *Self Efficacy*

Bandura (1997) mengungkapkan *Self Efficacy* terbentuk dari empat faktor yaitu:

- a. *Enactive mastery experiences* adalah penguasaan suatu keahlian atau kemampuan oleh seorang individu. Penguasaan suatu keahlian dengan baik dan berulang-ulang merupakan dasar yang penting bagi terbentuknya *Self Efficacy*. *Enactive mastery experiences* adalah sumber informasi *efficacy* yang paling berpengaruh. *Enactive mastery experiences* memberikan bukti autentik apakah sesuatu dapat diterima sebagai kesuksesan.

Kesuksesan membangun *efficacy* seseorang, dan kegagalan merusak *efficacy* tersebut. Jika seseorang berpengalaman sukses dengan mudah, mereka cenderung mengharapkan hasil yang cepat dan mudah putus asa karena kegagalan. Naik turun *efficacy* dalam mengatasi hambatan memerlukan pengalaman dan usaha yang tekun. Kesulitan yang sering dialami individu adalah belajar bagaimana mengembalikan kegagalan ke dalam kesuksesan, dengan cara mengasah kemampuan dengan latihan mengontrol suatu peristiwa. Setelah individu percaya bahwa mereka mempunyai apa yang membuat mereka sukses mereka gigih menghadapi kesengsaraan dan secara cepat membalikan kesengsaraan tersebut. Membangun *efficacy* melalui *Mastery experiences* tidak hanya dengan perilaku tetapi termasuk juga kognitif dan *self regulatory* untuk menghasilkan dan menjalankan pengaturan perubahan kehidupan secara efektif.

- b. *Vicarious experiences* adalah pembelajaran secara tidak langsung melalui pengamatan orang lain (Matlin, 1999 dalam Carlos, 2006). Jika individu melihat orang disekitar mereka mencapai keberhasilan, *self efficacy* yang dimiliki individu akan meningkat (Bandura, 1995 dalam Carlos dkk, 2006). Penilaian *efficacy* sebagian melalui *vicarious experience* atau model yang telah berhasil. Model memberikan alat efektif lainnya untuk menaikkan *efficacy* seseorang. Melihat seseorang yang sukses menaikkan *efficacy* pengamat dan pengamat merasa memiliki kemampuan yang sebanding (Bandura 1982, Schunk, Hanson & Cox, 1987 dalam Bandura, 1997). Individu yang melihat orang lain sukses akan meyakinkan diri mereka untuk meningkatkan kemampuan. Mengamati orang lain yang mempunyai kemampuan yang sama gagal meskipun telah berusaha keras membuat mereka menilai lebih rendah kemampuan yang mereka miliki dan merusak usaha yang telah dilakukan mereka (Brown & Inouye, 1978 dalam Bandura, 1997).

- c. *Verbal persuasion* adalah bujukan atau dorongan secara verbal dari orang lain merupakan cara yang dapat membuat kita melakukan suatu hal yang lebih baik dari yang biasanya kita kerjakan (Crain, 1992 dalam Carlos, 2006). Orang-orang yang dibujuk secara verbal bahwa mereka memiliki kemampuan untuk diberikan tugas kemungkinan besar mereka akan berusaha lebih keras dan mempertahankan keyakinan tersebut daripada jika mereka menyembunyikan keragu-raguan dan terlalu lama merenungi kekurangannya ketika kesulitan datang.
- d. *Physiological and emotional states*. Keadaan fisiologis dan emosional seseorang bisa mempengaruhi *Self Efficacy* individu. Penilaian kemampuan individu sebagian dipercayakan pada informasi *somatic* yang disampaikan oleh kondisi fisiologis dan emosional. Keadaan emosi juga mempengaruhi tingkat *Self Efficacy* seseorang. Individu dalam keadaan emosional positif akan melihat dirinya dan hal-hal lain secara lebih positif. Individu dalam keadaan emosional yang negatif akan melihat segala hal secara pesimis (Bandura, 1997).

Dari pendapat Bandura di atas *Self Efficacy* terbentuk atas empat hal, yaitu *enactive mastery experience* atau kemampuan yang dimiliki individu, *vicarious experiences* atau pembelajaran dari pengalaman orang lain, verbal persuasion atau dorongan verbal dari orang lain dan *physiological and emotional states* atau keadaan fisiologis dan emosi seseorang.

2.2.4. Dampak *Self Efficacy* Pada Perilaku

Keyakinan *Self Efficacy* berdampak pada perilaku dalam beberapa hal yang penting (Pajares, 2002), yaitu:

- a. *Self Efficacy* mempengaruhi pilihan-pilihan yang dibuat dan tindakan yang dilakukan individu dalam melaksanakan tugas-tugas dimana individu tersebut merasa berkompeten

dan yakin. Keyakinan diri yang mempengaruhi pilihan-pilihan tersebut akan menentukan pengalaman dan mengedepankan kesempatan bagi individu untuk mengendalikan kehidupan.

- b. *Self Efficacy* menentukan seberapa besar usaha yang dilakukan oleh individu, seberapa lama individu akan bertahan ketika menghadapi rintangan dan seberapa tabah dalam menghadapi situasi yang tidak menguntungkan. *Self Efficacy* mempengaruhi tingkat stres dan kegelisahan yang dialami individu ketika sedang melaksanakan tugas dan mempengaruhi tingkat pencapaian prestasi individu.

2.3. Mahasiswa Yang Sedang Menjalankan Skripsi

2.3.1. Mahasiswa

Mahasiswa adalah individu yang masih dalam proses menimbang ilmu ataupun dalam arti belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012). Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal (Yusuf, 2012).

Hurlock, (2002). Mengungkapkan bahwa masa dewasa awal dimulai dari usia 18 tahun sampai kira-kira 40 tahun. Pada masa dewasa awal banyak sekali permasalahan yang harus dihadapi. Berkaitan dengan hal ini adalah menghadapi masa penulisan skripsi yang dalam proses pengerjaannya diperlukan ketekunan, keingintahuan yang besar, kritis, tanggung jawab, pantang menyerah dan lain lain.

2.3.2. Hambatan dalam Pengerjaan Skripsi

Mahasiswa yang sedang dalam pengerjaan skripsi tidak sedikit yang mengalami dan menghadapi berbagai hambatan dalam proses pengerjaan suatu tugas akhir tersebut. Utama

(dalam Subekti, 2005) mengungkapkan berbagai hambatan yang dihadapi mahasiswa saat mengerjakan skripsi antara lain:

- a. Kesulitan membagi waktu dan mencurahkan perhatian yang cukup terhadap skripsi
- b. Masalah kesehatan
- c. Terbatasnya data untuk operasional skripsi
- d. Hambatan kognitif dan emosi yang cenderung menimbulkan sikap negatif mahasiswa terhadap segala proses penulisan skripsi
- e. Masalah yang berkaitan dengan skripsi itu sendiri. Misalnya, kurang literatur pendukung, kesulitan membuat alat ukur, permasalahan dengan dosen pembimbing, dan lain lain.

Selain itu, hambatan dalam proses penulisan skripsi terdapat hambatan kognitif dan emosi, misalnya kurangnya ide untuk menentukan topik permasalahan, kurangnya kemampuan dalam tulis menulis, kesulitan merumuskan permasalahan penelitian dalam bentuk karya ilmiah, kemampuan akademis yang kurang memadai, kurang tertarik dalam penelitian, cepat merasa malas dan bosan, kurang bersemangat dalam penulisan skripsi (Zamindari; dalam Subekti, 2005).

2.4. Hubungan *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient* Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi

Mahasiswa memiliki tugas dan tanggung jawab yang patuh dilakukan. Sebagai seorang akademisi, perlu dan harus menyesuaikan diri dengan tuntutan sistem pembelajaran orang dewasa yang berat, mahasiswa juga berada pada usia dewasa awal dengan karakteristik tugas perkembangan yang cukup sulit dan kritis. Banyaknya tuntutan yang pastinya semakin berat dan kompleks baik dari dalam diri maupun lingkungan, maka semakin memposisikan mahasiswa sebagai individu yang rentan dengan kondisi stres. Adapun salah satu faktor tersebut muncul dari tuntutan tugas akhir akademik yaitu skripsi.

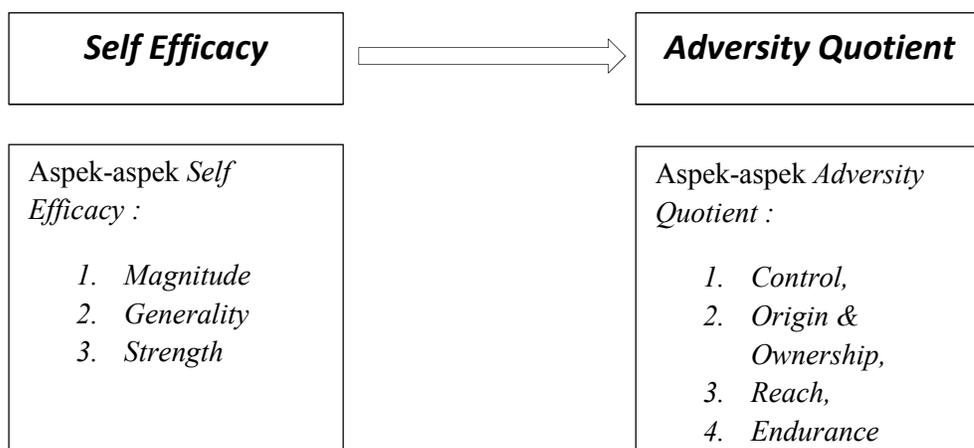
Sehubungan dengan kondisi yang sulit dihadapi tersebut, mahasiswa dituntut untuk bisa dan mampu memahami, mengenali, dan mengelola kesulitan menjadi sesuatu yang positif. Mahasiswa dengan *Adversity Quotient* yang tinggi memungkinkan tidak mudah untuk menyerah menghadapi kondisi sulit dan tidak akan mudah terjebak dalam kondisi keputusasaan. Stoltz (2005) mengatakan bahwa *Adversity Quotient* berperan penting dalam memprediksi sejauh mana seseorang mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan dan seberapa besar kemampuannya untuk mengatasi masalah tersebut. *Adversity Quotient* yang mumpuni akan menjadikan individu sebagai pribadi yang ulet, dan tekad yang pantang menyerah.

Individu yang memiliki *Adversity Quotient* yang tinggi akan membuatnya kebal akan ketidakberdayaan dan tidak mudah terjebak dalam kondisi keputusasaan. Sebagaimana pernyataan dari Lasmono, (2001). Bahwa dengan *Adversity Quotient* yang tinggi, seseorang akan semakin tegar menghadapi kesulitan dan mampu mengatasi kesulitan dengan tepat sehingga bisa bertahan dengan berbagai kondisi sulit yang dialami. *Adversity Quotient* yang memadai disertai keyakinan yang tinggi akan kemampuan yang dimilikinya akan mengarahkan pada keberhasilan menghadapi berbagai tuntutan tugas dan tanggungjawab yang ada.

Bandura (1997) menjelaskan bahwa keyakinan atau pengharapan tentang sejauhmana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan suatu tugas atau tindakan tertentu disebut dengan *Self Efficacy*. *Self Efficacy* memiliki peranan untuk menentukan reaksi individu dalam menghadapi tugas dan tanggungjawab yang dihadapinya. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Sudarmaji (dalam Nugroho, 1997) bahwa *Self Efficacy* mempunyai peranan dalam pengendalian reaksi terhadap tekanan, dimana keyakinan akan kemampuan yang dimilikinya akan menentukan apakah individu akan mencoba mengatasi situasi yang sulit atau tidak.

Adversity Quotient yang dimiliki mahasiswa memungkinkan bisa menentukan keberhasilan dalam mengatasi permasalahan yang tengah dihadapi. Demikian halnya dengan *Self Efficacy* yang tinggi, individu yang memiliki *Self Efficacy* yang tinggi akan melakukan usaha yang lebih keras untuk mengatasi semua kesulitan, berusaha mengerahkan seluruh kemampuan sumber daya kognitif, motivasi, dan menentukan atau merencanakan tindakan apa yang dibutuhkan untuk mencapai situasi yang diinginkan. Berdasarkan uraian kalimat diatas dapat diasumsikan atau disimpulkan sekiranya dengan *Adversity Quotient* dan *Self Efficacy* yang tinggi mengarahkan mahasiswa untuk mampu menghadapi tuntutan tugas dan tanggungjawab secara efektif dan efisien. Dimana, daya juang dan keyakinan akan berbagai tantangan yang dihadapi sendiri memungkinkan bisa dan mampu untuk melewatinya.

2.5. Kerangka Konseptual



Gambar II.1 Kerangka konseptual

2.6. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono,2012).

Berdasarkan uraian tersebut maka di ajukan hipotesis penelitian yang akan di uji kebenarannya

yaitu :

H0: Tidak adanya hubungan *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas HKBP Nommensen Medan.

H1: Adanya hubungan *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas HKBP Nommensen Medan.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2010). Variabel juga merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu antara lain variabel terikat (dependen) adalah variabel yang dipengaruhi dan variabel bebas (independen) adalah variabel yang mempengaruhi.

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Tergantung : *Adversity Quotient*
2. Variabel Bebas : *Self Efficacy*

3.2. Defenisi Operasionalisasi Variabel Penelitian

3.2.1. *Adversity Quotient*

Adversity Quotient adalah kemampuan berpikir individu, mengontrol, mengelola, dan mengambil tindakan yang terbentuk dari pola-pola tanggapan kognitif terhadap kesulitan yang dialami. Untuk semua aspek yang ada dalam *Adversity Quotient* mempunyai tujuan untuk mengetahui seberapa jauh suatu permasalahan mempengaruhi proses usaha dan perilaku seseorang serta sejauh mana seseorang bisa bertahan dan menemukan jalan keluar bagi permasalahannya itu. *Adversity Quotient* (AQ) subjek dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *Adversity Quotient* (Stoltz, 2005). Aspek dari *Adversity Quotient* adalah *control* atau kendali, *ownership* atau pengakuan, *origin* atau asal-usul, *reach* atau jangkauan, *endurance* atau daya tahan. Hasil dari skala *Adversity Quotient* ditunjukkan dengan nilai angka. Semakin tinggi nilai angka maka akan semakin tinggi tingkat *Adversity Quotient* yang menggambarkan semakin baik pula kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan yang berat dan terus bergerak maju. Sebaliknya, semakin rendah angka maka semakin rendah tingkat *Adversity Quotient*, yang menggambarkan semakin buruk kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan yang berat dan kesulitan untuk bergerak maju.

3.2.2. *Self Efficacy*

Self Efficacy merupakan kepercayaan individu mengenai kemampuan-kemampuan yang dimilikinya untuk mengatur atau menjalankan kegiatan yang dibutuhkan untuk mencapai keberhasilan. Tingkat *Self Efficacy* akan diungkap melalui skala *Self Efficacy* yang dibuat berdasarkan aspek *Self Efficacy* yang dikemukakan Bandura (1997) *magnitude*, *generality*, dan *strength*. Jika semakin tinggi skor yang diperoleh subjek berarti semakin

tinggi *Self Efficacy*, sebaliknya juga jika semakin rendah skor yang diperoleh subjek berarti semakin rendah *Self Efficacy* dari subjek tersebut.

3.3. Populasi Dan Sampel

3.3.1. Populasi

Menurut Sugiyono (2019) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan Stambuk 2017 yang sedang menjalankan skripsi. Adapun jumlah keseluruhannya berdasarkan data yang dikumpulkan oleh peneliti di setiap fakultas yang ada di Universitas HKBP Nommensen Medan yaitu :

Tabel 3.1
Tabel jumlah mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di setiap fakultas

No	Fakultas	Jumlah
1	Hukum	284
2	Ekonomi & Bisnis	461
3	Psikologi	51
4	Ilmu Sosial & Politik	87
5	Fakultas Teknik	82
6	Bahasa & Seni	81
7	Keguruan & Ilmu pendidikan	421
8	Pertanian	56
9	Peternakan	45
Jumlah		1.568

Sumber : Tata usaha setiap fakultas

3.3.2. sampel dan teknik pengambilan sampel

Menurut Sugiyono (2019) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pengambilan sampel yang dilakukan dengan pertimbangan bahwa populasi yang ada sangat besar jumlahnya, sehingga tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh populasi yang ada. Untuk itu sampel yang yang diambil dari populasi harus dapat menjadi

representatif. Maka peneliti harus mengambil sampel yang menjadi representative atau dapat mewakili sehingga setiap sample yang terpilih dalam penelitian dapat mewakili populasi baik dalam aspek jumlah maupun dalam aspek karakteristik yang dimiliki populasi.

Untuk teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Simple random sampling* Menurut Sugiyono (2001) teknik *simple random sampling* adalah teknik pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Pengambilan sampel akan dilakukan secara acak bila anggota populasi yang ada bersifat homogen.

Dalam menghitung besarnya sampel, peneliti menggunakan rumus Slovin. Rumus slovin dalam menentukan sampel minimal (n) jika diketahui ukuran populasi (N) pada taraf signifikansi α sebagai berikut :

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

Keterangan :

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

e = nilai margin of error (besar kesalahan) dari ukuran populasi

Tabel 3.2

Tabel jumlah sampel mahasiswa dari hasil teknik pengambilan sampel

No	Fakultas	Jumlah	Rumus Slovin ($e=0,05$)
1	Hukum	284	58
2	Ekonomi & Bisnis	461	94
3	Psikologi	51	10
4	Ilmu Sosial & Politik	87	18
5	Fakultas Teknik	82	17
6	Bahasa & Seni	81	16
7	Keguruan & Ilmu pendidikan	421	86
8	Pertanian	56	11
9	Peternakan	45	9
Jumlah		1.568	319

Berdasarkan hasil dari penentuan jumlah sampel diatas dapat diketahui jumlah sampel sebesar 319 orang mahasiswa. Oleh karena itu, responden yang dibutuhkan dalam penelitian ini mewakili populasi adalah 319 orang Mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan dibagi atas keterangan *tabel 3.2* diatas.

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah metode skala dengan menggunakan skala psikologi sebagai alat ukur untuk mengungkapkan aspek-aspek psikologis. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Skala Likert*. *Skala Likert* digunakan untuk mengukur skala tentang *adversity quotient*, dan skala tentang *self efficacy* Dengan *Skala Likert* maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan (Sugiyono, 2019).

3.5.1 Skala *Self Efficacy*

Pengukuran *self efficacy* menggunakan skala model Likert yang disusun berdasarkan aspek *self efficacy* menurut Zimmerman (1989). Skala Likert merupakan metode skala bipolar yang mengukur tanggapan positif dan negatif terhadap suatu pernyataan (Mulyatiningsih, 2012). Bentuk pertanyaan yang diajukan memiliki item *favorable* dan *unfavorable*. Untuk masing-masing pernyataan disediakan empat alternative jawaban yang menunjukkan sikap sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Adapun kriteria penilaiannya bergerak dari 4,3,2,1 untuk jawaban *favorable*, dan *unfavorable* bergerak dari 1,2,3,4. Distribusi skor jawaban responden dapat diuraikan sebagai berikut :

Tabel 3.3
Tabel Distribusi Skor Jawaban Responden Pada Skala *self efficacy*

Pilihan Jawaban	Bentuk Pernyataan	
	Favoriabel	Unfavoriabel
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

3.5.2 Skala *Adversity Quotient*

Pengukuran *adversity quotient* menggunakan skala model Likert yang disusun berdasarkan aspek *adversity quotient* menurut Bandura (1997). Skala Likert merupakan metode skala bipolar yang mengukur tanggapan positif dan negatif terhadap suatu pernyataan (Mulyatiningsih, 2012). Bentuk pertanyaan yang diajukan memiliki item *favorable* dan *unfavorable*. Untuk masing-masing pernyataan disediakan empat alternative jawaban yang menunjukkan sikap sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS).

Adapun kriteria penilaiannya bergerak dari 4,3,2,1 untuk jawaban favorable, dan unfavorable bergerak dari 1,2,3,4. Distribusi skor jawaban responden dapat diuraikan sebagai berikut :

Tabel 3.4

Tabel Distribusi Skor Jawaban Responden Pada Skala *Adversity Quotient*

Pilihan Jawaban	Bentuk Pernyataan	
	Favoriabel	Unfavoriabel
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

3.6 Validitas dan Reabilitas

3.6.1. Validitas

Pengertian validitas menurut Sugiyono (2010) adalah derajat ketetapan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh penelitian. Dengan demikian data yang valid adalah data “yang tidak berbeda” antara data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian”. Untuk melihat valid tidaknya suatu alat ukur digunakan pendekatan statistika, yaitu melalui nilai koefisien korelasi skor butir pernyataan dengan skor total butir pernyataan, apabila koefisien korelasi lebih besar atau sama dengan 0,30 maka pernyataan tersebut dinyatakan valid.

3.6.2. Reliabilitas

Uji Reliabilitas menurut sugiyono (2010) dilakukan untuk mengetahui berapa jauh hasil pengukuran tetap konsisten apabila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat pengukur yang sama. Untuk melihat ada tidaknya suatu alat ukur digunakan pendekatan secara statistika, yaitu melalui koefisien reliabilitas dan apabilan

koefisien reabilitasnya dari 0,50 maka secara keseluruhan pernyataan tersebut dinyatakan ada (reliable).

3.7. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba ini dilakukan untuk mengetahui validitas dan reabilitas dari skala yang disusun sebagai alat pengumpul data penelitian. Dalam pelaksanaan uji coba skala untuk variabel *Adversity Quotient* dan juga *Self Efficacy* yang sudah dilaksanakan pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara sebanyak 91 orang dan dari hasil uji coba yang dilakukan, peneliti mendapat hasil sebagai berikut :

1. Skala *Adversity Quotient*

Dari hasil perhitungan komputerasi melalui program *SPSS For Windows 17.00 version 25*. Peneliti mendapatkan hasil reabilitas untuk skala variabel *Adversity Quotient* 0,881 dengan 4 item yang gugur dari 25 item dengan indeks daya determinasi (*Correlation*) berada pada basis 0,3. Sehingga blue print setelah uji coba adalah sebagai berikut :

Tabel 1.2. Blue print skala *Adversity Quotient* Setelah Uji Coba

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favoriabile	Unfavoriabile	
1.	<i>Control</i> (Kendali)	1,2,3,4	12,13,14	7
2.	<i>Origin</i> (Asal-usul) dan <i>Ownership</i> (Pengakuan)	5,6,7,8	15,16	6
3.	<i>Reach</i> (jangkauan)	9,	17,18,19	4
4.	<i>Endurance</i> (Daya tahan)	10,11	20,21	5
Jumlah		11	10	21

2. Skala *self efficacy*

Dari hasil perhitungan komputerisasi melalui program *SPSS For Windows relase 17.00 version 25*. Peneliti mendapatkan hasil reabilitas untuk skala variabel *Self Efficacy* dengan *Alpa cronbach's* 0,915 dengan 2 item yang gugur dari 25 item skala employee engagement dengan indeks daya determinasi (*Correlation*) berada pada basis 0,3. Sehingga blue print setelah uji coba adalah sebagai berikut :

Tabel 1.4. Blue Print Skala *Self Efficacy* Setelah Uji Coba

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favoriabile	Unfavoriabile	
1.	Magnitude	1,2,3	12,13,14,15	8
2.	Generaliti	4,5,6,7	16,17,18,19	9
3.	Strength	8,9,10,11	20,21,22,23	8
Jumlah		11	12	23

3.8. Teknik Analisis Data

Data penelitian ini diolah dan dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan statistic inferensial. Analisis deskriptif dilakukan dengan mendeskripsikan data yang telah terkumpul tanpa membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum sedangkan analisis inferensial dilakukan dengan menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yakni uji normalitas dan dilanjutkan dengan uji hipotesis data.

3.8.1. Uji Asumsi

Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ialah :

- a. Uji Normalitas yaitu untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi berdasarkan prinsip kurva normal.(Sugiyono, 2014). Uji normalitas untuk data kedua variable diperoleh dari nilai Kolmogorov-Smirnov Z (K-S Z), apabila nilainya lebih besar dari

0,05 maka dapat dikatakan bahwa distribusi data normal. Untuk melakukan uji ini, peneliti juga menggunakan *program SPSS for Windows 17,0*.

- b. Uji linearitas berfungsi untuk mengetahui apakah antara variabel independen dan dependen berbentuk linear atau tidak. Menurut Santoso (2012: 243) jika hubungan tidak linear, maka model regresi tersebut akan bias disaat melakukan prediksi terhadap variabel dependen. Untuk melakukan uji ini, peneliti juga menggunakan program *SPSS for Windows 17,0*.

3.8.2. Uji Hipotesa

Untuk uji hipotesa pada penelitian ini peneliti menggunakan Uji Korelasi *Pearson Product Moment*. Uji Korelasi *Pearson Product Moment* adalah jenis analisis *statistic non-parametrik* Statistik non parametrik adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data nominal dan ordinal dari populasi yang bebas berdistribusi (Sugiyono, 2014). Peneliti menggunakan bantuan *program SPSS 17,0 for windows*.

Jika $\text{Sig} > 0,05$ maka H_0 diterima

Jika $\text{Sig} < 0,05$ maka H_0 ditolak

3.9. Tahapan Penelitian

1. Tahap Perizinan

Pada tahap ini, peneliti meminta kesediaan responden penelitian sebelum mengisi keperluan data penelitian yang tersedia di sebaran angket kuesioner penelitian.

2. Pengambilan Data

Dalam tahapan ini, peneliti mengambil data yang dibutuhkan ke tempat penelitian dengan menggunakan metode skala.

3. Membuat Laporan

Setelah peneliti menjalankan kedua tahap di atas, maka peneliti membuat laporan sesuai data yang diambil.

