

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah salah satu bagian dari aktivitas akademik pada perguruan tinggi yang merupakan calon pemimpin bangsa dimasa yang akan datang. Untuk itu diharapkan mahasiswa perlu memiliki cara pandang yang baik, jiwa, kepribadian serta mental yang sehat dan kuat. Selayaknya pula seorang mahasiswa mampu menguasai permasalahan sesulit apapun, mempunyai cara berfikir positif terhadap dirinya dan orang lain, mampu mengatasi hambatan maupun tantangan yang dihadapi dan tentunya pantang menyerah pada keadaan yang ada.

Mahasiswa yang mempunyai pekerjaan dapat dikatakan sebagai mahasiswa dengan peran ganda. Hal ini didukung dengan pendapat Irawati dan Kusumaputri (dalam Rachmah, 2015) yang mengatakan bahwa individu yang memiliki peran ganda yaitu memiliki dua peran atau lebih dan pada saat bersamaan menuntut haknya untuk dipenuhi. Mahasiswa peran ganda dituntut untuk mampu mempertahankan konsekuensinya sebagai pekerja dalam menjalankan aktifitasnya. Apabila tidak bisa menyeimbangkan bentuk tuntutan tersebut akan menimbulkan *stress* pada setiap mahasiswa yang bekerja.

Mahasiswa yang mampu melakukan penyesuaian diri adalah mahasiswa yang mampu menyeimbangkan antara tugas kuliah dan tugas kantor sehingga individu mampu mengatasi berbagai macam masalah dan dapat dikatakan tinggkat *stress* yang rendah, akan tetapi apabila kewajiban tidak diimbangi dengan kemampuan yang mumpuni dari pribadi mahasiswa akan menimbulkan kesenjangan antara tuntutan dan kenyataan yang ada, sehingga memposisikan mahasiswa berada pada situasi yang penuh tekanan, konflik, dan frustrasi.

Mahasiswa kuliah sambil bekerja dilakukan untuk memperoleh banyak pengalaman agar dapat dijadikan bekal setelah lulus kuliah. Permasalahan yang dihadapi mahasiswa yang kuliah sambil bekerja sifatnya beragam. Apabila mahasiswa tidak dapat mengatur dengan baik aktivitas kuliah dan kerja, maka fokus akan terpecah, jadwal antara istirahat, belajar, bekerja, dan berinteraksi dengan teman-teman dan dosen menjadi tidak teratur, sehingga dapat menimbulkan konflik, khususnya dalam hal ini adalah *work-study conflict*. Data yang telah dirangkum berdasarkan wawancara kepada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memberikan gambaran mengenai bentuk-bentuk *work-study conflict*, antara lain: (a) merasa kelelahan setelah bekerja, sehingga tidak dapat berkonsentrasi pada kegiatan kuliah,

(b) menjadi tidak fokus dengan kegiatan perkuliahan, dan (c) motivasi untuk belajar mengalami penurunan. Perasaan lelah, tidak konsentrasi, tidak fokus, dan rendahnya motivasi untuk menjalankan kuliah dapat mengarahkan mahasiswa untuk membolos bahkan menunda penyelesaian tugas kuliah. Hal ini juga dapat mempengaruhi kurangnya keterlibatan mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dengan kegiatan-kegiatan yang ada di kampus, dan nilai-nilai akademik pun mengalami penurunan. Bentuk-bentuk dari *work-study conflict* yang dialami oleh mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dapat diatasi apabila mahasiswa memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi *work-study conflict*.

Menurut Lingard (2007) Penelitian Humphrey menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengatur kerja dan kuliahnya dapat menyebabkan mahasiswa menjadi stres. *Work-study conflict* merupakan konflik antara keterlibatan peran sebagai pekerja dan peran sebagai mahasiswa untuk berpartisipasi di kampus untuk belajar (Mills, Lingard, & Wakefield, 2007). Bekerja bukanlah kegiatan yang dilakukan untuk menghamburhamburkan waktu, melainkan sebagai proses pendewasaan dan pengembangan diri. Bekerja dapat membantu mahasiswa untuk memperoleh keterampilan, pengetahuan tentang berbagai macam pekerjaan, bertanggung jawab, serta melatih kemandirian. Usaha mahasiswa seperti bekerja paruh waktu dilakukan untuk mempersiapkan diri untuk masuk ke dunia kerja selepas menamatkan kuliah. Akan tetapi, kuliah sambil bekerja akan menjadi ancaman bagi mahasiswa jika aktivitas kuliah dan kerja tidak berjalan secara seimbang, karena pada akhirnya akan ada salah satu aktivitas yang dikorbankan, mempersiapkan diri untuk masuk ke dunia kerja selepas menamatkan kuliah. Akan tetapi, kuliah sambil bekerja akan menjadi ancaman bagi mahasiswa jika aktivitas kuliah dan kerja tidak berjalan secara seimbang, karena pada akhirnya akan ada salah satu aktivitas yang dikorbankan.

Tuttle, dkk. (2005) mengatakan, bahwa kuliah sambil bekerja dapat mempengaruhi ketersediaan waktu untuk berinteraksi antara mahasiswa dan dosen dan pihak akademisi. Keterbatasan waktu untuk berinteraksi dengan sesama mahasiswa, dosen, serta pihak akademisi ini dapat menghambat integrasi sosial dan akademik dalam kehidupan akademik mahasiswa. Penelitian-penelitian terdahulu juga telah menunjukkan bahwa banyaknya waktu yang tersedia untuk fokus pada akademik dapat meningkatkan prestasi mahasiswa. Sedangkan bagi mahasiswa yang meluangkan waktunya untuk bekerja cenderung mengorbankan kinerja dan penyerapan ilmu di kampus (Golden & Baffoe-Bonnie, 2011). Hal yang perlu digaris bawahi adalah, jika kuliah sambil bekerja tidak disikapi secara bijaksana, justru akan menjadi bumerang bagi mahasiswa itu sendiri. Alih-alih melatih kemandirian, aktivitas akademik mahasiswa malah terganggu dan berantakan apabila mahasiswa

tidak mampu mengatur waktu untuk belajar, karena waktunya tersita untuk pekerjaan. Konsentrasi kuliah juga ikut terganggu apabila mahasiswa tidak dapat menjalankan peran ganda sebagai mahasiswa dan sebagai pekerja dengan baik.

Menurut Frone dkk. (Markel & Frone, 1998) *work-study conflict* disebabkan oleh tiga hal, yaitu: (a) jam kerja, (b) ketidakpuasan kerja, dan (c) beban kerja. Jam kerja merupakan representasi dari adanya konflik waktu (*time-based conflict*) dalam konflik peran ganda. Jam kerja yang masih harus dibagi lagi dengan waktu untuk kuliah dan mengerjakan tugas merupakan hal yang harus dihadapi oleh mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Penyebab *work-study conflict* yang kedua adalah ketidakpuasan kerja. Ketidakpuasan kerja merepresentasikan adanya tegangan (*strainbased conflict*) dalam konflik peran ganda. Markel dan Frone (1998) mengatakan bahwa ketidakpuasan emosional yang berhubungan dengan pekerjaan dapat merusak kemampuan mahasiswa untuk memenuhi kewajiban peran lainnya. Beban kerja juga merupakan salah satu penyebab adanya *work-study conflict*. Mortimer dkk. (Markel & Frone, 1998) mengatakan bahwa, seringkali beban kerja menyebabkan mahasiswa yang masih kuliah mengalami tingkat kelelahan secara fisik dan psikologis yang tinggi, sehingga merusak kemampuan atau motivasi mahasiswa untuk memenuhi kewajiban lainnya, seperti kuliah dan mengerjakan tugas.

Tuttle, dkk. (2005) mengatakan, bahwa kuliah sambil bekerja dapat mempengaruhi ketersediaan waktu untuk berinteraksi antara mahasiswa dan dosen dan pihak akademisi. Keterbatasan waktu untuk berinteraksi dengan sesama mahasiswa, dosen, serta pihak akademisi ini dapat menghambat integrasi sosial dan akademik dalam kehidupan akademik mahasiswa. Penelitian-penelitian terdahulu juga telah menunjukkan bahwa banyaknya waktu yang tersedia untuk fokus pada akademik dapat meningkatkan prestasi mahasiswa. Sedangkan bagi mahasiswa yang meluangkan waktunya untuk bekerja cenderung mengorbankan kinerja dan penyerapan ilmu di kampus (Golden & Baffoe-Bonnie, 2011). Hal yang perlu digaris bawahi adalah, jika kuliah sambil bekerja tidak disikapi secara bijaksana, justru akan menjadi bumerang bagi mahasiswa itu sendiri. Alih-alih melatih kemandirian, aktivitas akademik mahasiswa malah terganggu dan berantakan apabila mahasiswa tidak mampu mengatur waktu untuk belajar, karena waktunya tersita untuk pekerjaan. Konsentrasi kuliah juga ikut terganggu apabila mahasiswa tidak dapat menjalankan peran ganda sebagai mahasiswa dan sebagai pekerja dengan baik.

Hal ini didukung dari hasil observasi dan wawancara bahwa mahasiswa pekerja mempunyai sikap yang kurang adaptif disebabkan karena *stressor* yang sering muncul saat mahasiswa pekerja dihadapkan pada penyelesaian tugas dan tanggung jawab antara kuliah dan pekerjaan. Sikap yang seperti inilah yang menuntut individu berfikir

lebih keras dari biasanya, apabila mahasiswa pekerja sulit menyesuaikan diri maka dapat dikatakan mempunyai tingkat *stress* yang tinggi.

Problematika akademik sering kali memberikan konsekuensi psikologis yang berat bagi mahasiswa apalagi bagi mahasiswa yang sambil bekerja, membuat mahasiswa *stress* harus melalui tugas akhir, yaitu skripsi. Skripsi merupakan perwujudan dari kemampuan meneliti calon ilmuwan pada jenjang program sarjana. Penulisan skripsi memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa dalam menyelesaikan setiap persoalan secara ilmiah. Keharusan menulis skripsi dimaksudkan agar mahasiswa mampu menerapkan ilmu dan kemampuan sesuai dengan disiplin ilmu yang dimiliki pada kenyataan yang dihadapi. Selain itu, skripsi merupakan tolak ukur sejauhmana tingkat pemahaman mahasiswa terhadap ilmu yang dimilikinya (Puspitasari, 2013).

Skripsi bagi sebagian mahasiswa dianggap sebagai hal yang menakutkan dan beban yang berat. Tidak jarang banyak mahasiswa yang tidak bisa menyelesaikan skripsi pada waktu yang telah ditentukan. Banyak faktor yang mungkin menyebabkan hal ini terjadi. Salah satunya adalah mahasiswa tersebut merasa bahwa mengerjakan skripsi itu adalah hal sulit, sehingga dibutuhkan waktu yang lebih lama dari waktu yang diberikan. Selain itu juga adanya hambatan dalam penyelesaian skripsi seperti proses pengerjaan skripsi yang rumit, adanya miskomunikasi mahasiswa dengan dosen pembimbing, kurangnya dukungan, dan ketidakmampuan mengatur waktu serta adanya permasalahan secara sistemik dalam mengerjakan skripsi.

Menurut Smet (2018), faktor yang mempengaruhi stres antara lain: a. Variabel dalam kondisi individu: umur, tahapan kehidupan, jenis kelamin, tempramen, faktor-faktor genetik, intelegensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi, kondisi fisik. b. Karakteristik kepribadian: *introvert-ekstrovert*, stabilitas emosi secara umum, kepribadian 'ketabahan' (*hardiness*), *locus of control*, kekebalan, perasaan mampu. c. Variabel sosial kognitif : dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, kontrol pribadi yang dirasakan. d. Hubungan dengan lingkungan sosial, dukungan sosial yang diterima, integrasi dalam jaringan sosial. e. Strategi *coping* : usaha untuk melakukan adaptasi diri.

Dari salah satu faktor yang mempengaruhi stres yaitu perasaan mampu. Perasaan mampu adalah kepercayaan seseorang atas kemampuannya menanggulangi situasi penuh *stress* merupakan faktor utama dalam menentukan kerasnya *stress*. Jika seseorang tidak tahu apa yang harus dilakukan ketika menghadapi situasi penuh *stress*, maka seseorang dapat kehilangan semangat. Semua tuntutan yang ada pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi membuat mahasiswa cenderung mengalami *stress*. Sebagai seorang mahasiswa bekerja harus mempunyai kemampuan untuk mengatasi hambatan, mengubah hambatan menjadi peluang, menjadi salah satu faktor

yang berhubungan dengan penyelesaian skripsi mahasiswa. Kemampuan mengatasi hambatan atau kesulitan ini dinamakan *adversity quotient*.

Tingkatan *stress* setiap individu memang berbeda-beda, dan hal itu dipengaruhi oleh berbagai banyak hal, seperti kondisi lingkungan, banyaknya tekanan serta kemampuan atau kecerdasan seseorang dalam menghadapi masalah. Individu dalam menghadapi masalah mempunyai cara yang berbeda-beda dalam menyelesaikannya, disinilah peran *adversity quotient* sangat dibutuhkan untuk menghadapi berbagai masalah yang menimbulkan atau memicu tingkat kecenderungan *stress* mahasiswa pekerja. Mahasiswa pekerja yang memiliki *adversity quotient* yang baik ditunjukkan dengan cara individu tersebut merespon setiap kesulitan yang ada, mengetahui dan menganalisis kesulitan yang sedang dihadapinya serta kemampuan dalam mengatasi setiap kesulitan sehingga individu mampu mengatasi *stress* yang dihadapinya. Individu mampu mengatur, mengelolah, maupun membedakan antara tugas pekerjaan dengan tugas kuliah yang menjadi tanggung jawabnya sehingga mahasiswa mampu menyeimbangkan, tidak merasakan berbagai tekanan yang menjadi hambatan ataupun kesulitan dalam meraih keduanya.

Menurut Stoltz, (dalam puspitasari, 2013) *adversity quotient* berakar pada bagaimana seseorang merasakan dan menghubungkan dengan tantangan-tantangan dalam hidup. Situasi sulit dan tantangan dalam hidup dapat diatasi dengan *adversity quotient* yang baik. Karena jika seseorang memiliki *adversity quotient* yang tinggi akan menjadikan seseorang memiliki kegigihan dalam hidup dan tidak mudah menyerah. Seseorang yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi ia akan memiliki daya juang atas ketidakmapuan dirinya menghadapi masalah dan tidak akan mudah terjebak dalam kondisi keputusasaan. Sebaliknya, jika seseorang memiliki *adversity quotient* yang rendah maka seseorang akan mudah rapuh dan menyerah pada keadaan.

Berkaitan dengan sekarang terjadinya pandemi dan penerapan perkuliahan daring secara masal ini adalah akibat semakin merebaknya virus corona (Covid-19). Corona virus Disease 2019 atau Covid-19 adalah sebuah penyakit yang terbaru yang berimbas pada gangguan pernapasan dan radang paru. Penyebab dari penyakit ini akibat infeksi Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Gejala awal yang terlihat sebab virus corona bermacam, seperti gejala flu biasa (demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, nyeri otot, nyeri kepala) sampai yang komplikasi berat (pneumonia atau sepsis) (Fauzia, 2020). Adanya pandemi covid-19 ini, maka seluruh kegiatan dilakukan secara daring dari rumah, kegiatan ibadah pun juga dilakukan secara mandiri di rumah. Begitu pula untuk sistem perkuliahan itu sendiri yang dilakukan secara online. Perkuliahan online adalah salah satu proses pembelajaran yang interaktif antara dosen dan mahasiswa melalui media sosial. Dalam perkuliahan online, dosen dan mahasiswa tidak bertatap muka secara langsung.

Pelaksanaan kegiatan tugas akhir sebelum adanya pandemi covid-19 dilakukan secara tatap muka. Setelah muncul pandemi covid-19, kegiatan pelaksanaan tugas akhir dilakukan melalui media online. Kegiatan pelaksanaan tugas akhir secara daring merupakan inovasi untuk menjawab tantangan pendidikan selama pandemi covid-19. Berdasarkan survey awal penelitian kepada dosen dan mahasiswa mengalami beberapa kesulitan saat menerapkan pembelajaran online, yaitu: 1) Kesulitan dalam mendapatkan sinyal internet, memiliki keterbatasan kuota internet dan keterbatasan memiliki perangkat pendukung (misalnya komputer atau laptop), 2) Kesulitan untuk beradaptasi dengan kondisi belajar yang baru selama pandemi covid-19, 3) Materi yang dijelaskan belum mencukupi, bentuk materi yang diberikan terbatas, dan aplikasi yang digunakan dalam pembelajaran daring oleh dosen juga terbatas (Annur dan Hermansyah 2020).

Berjalan seiring waktu banyak terdapat keluhan mahasiswa mengenai perkuliahan daring, sebab setiap mata kuliah tidak menggunakan sistem pendukung yang sama, seperti edmodo, google classroom, zoom, hangouts, whatsapp, instagram, dan lainnya. Hal ini menyebabkan tidak sedikit mahasiswa merasa kesulitan dalam pengaplikasian aplikasi tersebut. Ditambah lagi melalui perkuliahan daring tugas semakin banyak dan sulit untuk berkonsultasi langsung dengan dosen pengampu. Menimbulkan produksi hormon dopamin tidak optimal, sehingga mahasiswa merasa stres dan merasakan tekanan batin.

Ditambah lagi adanya unsur dorongan dari luar yaitu lembaga pendidikan memberikan peringatan untuk SDM pengajarnya dihimbau mengurangi beberapa program tugasnya disebabkan banyak menerima keluhan dari para mahasiswa, pada akhirnya sekolah atau lembaga pendidikan menjadi tidak sejalan dengan pemikiran peserta didik/mahasiswa. Bentuk pendidikan pada umumnya adalah yang didominasi dengan pemikiran yang menggunakan otak kiri, yang mempunyai kelemahan sulit dalam memahami bagaimana orang lain memiliki sudut pandang dan persepsi yang berbeda dalam mencerna keadaan sekitar (Saifurrahman; Suyadi, 2019) .

Persepsi dapat dikatakan sebagai sebuah proses masuknya pesan atau informasi ke dalam otak manusia yang terintegrasi dengan pikiran, perasaan, dan pengalaman-pengalaman individu. *Social learning theory* memandang bahwa perilaku individu tidak semata-mata reflek otomatis atau stimulus, melainkan juga akibat reaksi yang timbul sebagai hasil interaksi antara lingkungan dengan skema kognitif individu itu sendiri. Gibson, dkk (1989) dalam buku Organisasi dan Manajemen Perilaku, Struktur; memberikan definisi persepsi sebagai proses kognitif yang dipergunakan oleh individu untuk menafsirkan dan memahami dunia sekitarnya (terhadap objek). Gibson juga menjelaskan bahwa persepsi merupakan proses pemberian arti terhadap

lingkungan oleh individu, oleh karena itu, setiap individu memberikan arti kepada stimulus secara berbeda meskipun objeknya sama.

Cara individu melihat situasi seringkali lebih penting dari pada situasi itu sendiri. Persepsi adalah pandangan secara umum atau global mengenai suatu obyek dilihat dari beberapa aspek yang dapat dipahami oleh seseorang. Persepsi adalah anggapan berdasarkan pengalaman atau pengetahuan yang kadang berbeda antara satu orang dengan orang lain atau kadang berbeda dengan kondisi yang sebenarnya, apalagi dengan terbaginya waktu mahasiswa untuk bekerja yang membuat mahasiswa *stress* dalam menyelesaikan skripsi, bahkan kecenderungan *stress* dapat ditimbulkan dari pemikiran negatif atau persepsi negatif dari dalam diri. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara *adversity quotient* dan persepsi terhadap situasi pandemi dengan kecenderungan *stress* pada mahasiswa Psikologi UNTAG Surabaya yang bekerja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *adversity quotient* dan persepsi terhadap situasi pandemi dengan kecenderungan *stress* dalam menyelesaikan tugas akhir (skripsi) pada mahasiswa yang bekerja.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *adversity quotient* dan persepsi terhadap situasi pandemi dengan kecenderungan *stress* dalam menyelesaikan tugas akhir (skripsi) pada mahasiswa yang bekerja.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan sumbangan pengetahuan bagi insan akademik, terutama psikologi klinis tentang hubungan antara *Adversity Quotient* dan persepsi terhadap situasi pandemi dengan kecenderungan *stress*.

Manfaat praktis

Bagi subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna dalam upaya menurunkan kadar stress bagi mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan tugas akhir dan merasakan adanya stress yang tinggi dan mengganggu.

Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan hubungan antara *adversity quotient* dan persepsi terhadap situasi pandemi dengan kecenderungan *stress*.

E. Penelitian Terdahulu

Penelitian Rahmawan, Selviana (2021) tentang Hubungan *Adversity Quotient* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa yang Menyelesaikan Skripsi, menunjukkan Hasil penelitian menunjukkan: 1) Ada hubungan antara *adversity quotient* dengan tingkat stres dengan koefisien korelasi $r = .573$ dan nilai $p = .000 < .05$, 2) ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres dengan koefisien korelasi $r = 0.623$ dan nilai $p = .000 < .05$; 3) dan ada hubungan antara *adversity quotient* dan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres dengan koefisien korelasi $R = 0.654$. Sumbangan *adversity quotient* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat stres sebesar 42,8%, sisanya merupakan sumbangsih dari faktor lain yang tidak diteliti. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Rahmawan, Selviana adalah variabel bebas yaitu *Adversity Quotient* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya sedangkan penelitian ini variabel bebasnya adalah *adversity quotient* dan persepsi terhadap situasi pandemi.

Penelitian Nadhira, Arjanggi (2018) tentang Hubungan Antara *Adversity Quotient* Dan Stres Pada Anggota Kepolisian Di Polrestabes Semarang, menunjukkan hasil Hasil uji linearitas hubungan antara *adversity quotient* dan stres mendapatkan Flinear sebesar 366,196 dan angka signifikansi sebesar 0,00 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel *adversity quotient* dan stres memiliki hubungan secara linear. Hasil analisis pada hipotesis yang diajukan didapatkan hasil bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara *adversity quotient* dan tingkat stres pada anggota kepolisian di Polrestabes Semarang yang ditunjukkan dengan hasil angka korelasi r_{xy} sebesar -0.905 dan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Hubungan antara *adversity quotient* dan tingkat stres bersifat *negative*, yang berarti semakin tinggi *adversity quotient* yang dimiliki individu maka semakin rendah tingkat stres individu tersebut. Sumbangan efektif yang diberikan oleh *adversity quotient* pada tingkat stres sebesar 81,9% dan sisanya 18,1% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Perbedaan penelitian Nadhira, Arjanggi dengan penelitian ini adalah pada variabel bebas dan variabel terikat.

Penelitian Sastria (2017) tentang Hubungan Self Efficacy Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Dalam Menghadapi Ujian Akhir Semester, menunjukkan hasil menunjukkan bahwa rerata umur mahasiswa yaitu 1,634 dengan umur minimal 16 tahun dan umur maksimal 30 tahun. Bahwa dari total sampel 101

mahasiswa mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu 74 mahasiswa atau 73,3%. Mahasiswa yang memiliki self efficacy tinggi sejumlah 57 mahasiswa dari 101 jumlah sampel. Mahasiswa stres berat dan stres sangat berat sejumlah 7 mahasiswa, dan mahasiswa stres ringan dan sedang sejumlah 61 mahasiswa. Uji pearson chi square yang dilakukan pada self efficacy dengan tingkat stres didapatkan nilai $p=0,033$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara self efficacy dengan tingkat stres. Perbedaan penelitian satria dengan penelitian ini terletak pada variabel bebas, dimana variabel bebas penelitian satria adalah self efficacy sedangkan penelitian ini menggunakan variabel bebas adversity quotient dan persepsi terhadap situasi pandemi.

Penelitian Rina (2014) Pengaruh Musik Mozart dalam Mengurangi Stres pada Mahasiswa yang Sedang Skripsi, Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata untuk kelompok eksperimen memiliki nilai pretest 107.25, post-test 89.87 dan Follow-up 88.37, artinya nilai rerata kelompok eksperimen dari pretest ke post-test menurun, post-test ke follow up juga mengalami penurunan, sedangkan nilai rerata kelompok kontrol pada pre-test 109.25, post-test 110.62 dan follow-up 110, artinya nilai rerata kelompok kontrol dari pre-test ke posttest mengalami peningkatan, sedangkan posttest ke follow up mengalami penurunan, tetapi tidak jauh berbeda dengan pre-test disimpulkan bahwa adanya pengaruh musik klasik Mozart terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan hasil data kualitatif, dapat dilihat bahwa semua subjek dapat merasakan perubahan yang terjadi setelah mengikuti pelatihan mendengarkan musik klasik Mozart seperti diantaranya adanya perasaan nyaman, santai, relaks, tidak merasa cemas dan takut ketika ingin berkonsultasi dengan dosen, selain itu perubahan yang terjadi juga terlihat dari skor rerata stres yang mengalami penurunan dari pre test-post test, post test-follow up. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian rina adalah pada variabel terikat dan variabel bebas.

Penelitian Christyanti, Mustami'ah, Sulistiani (2010) Hubungan antara Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya, Hasil analisis dari skala penyesuaian diriterhadap tuntutan akademik yang pada awalnya terdiri dari 42 aitem, setelah dianalisisdiperoleh 28 aitem yang sah dan 14 aitem yang gugur. Dari 28 aitem yang sah koefisien korelasinya bergerak dari 0,233 hingga 0,515 dengan p bergerak dari 0,000 sampai dengan 0,011. Hasil uji . keandalan skala tersebut menunjukkan bahwa koefisien keandalan (rtt) = 0,850 pada taraf signifikansi (p) = 0.000, hal ini berarti skala andal. Hasil uji-Z = 11,442. Hal ini. berarti bahwa antara rerata Hipotesis dengan rerata Empiris pada variabel X terdapat perbedaan yang signifikan. Rerata Empiris (80,221) secara statistik lebih tinggi jika dibandingkan dengan Rerata hipotesis (70,00). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa

intensitas variabel penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik pada kelompok ini berada pada kategori tinggi atau positif. Perbedaan penelitian Christyanti, Mustami'ah, Sulistiani dengan penelitian ini adalah pada variabel bebas yaitu Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik sedangkan penelitian ini variabel bebasnya adalah *adversity quotient* dan persepsi terhadap situasi pandemi.

Dari beberapa pemaparan penelitian diatas, dapat dijelaskan bahwa memang telah ada penelitian yang membahas tentang variabel *Adversity Quotient* dan kecenderungan stress. Namun yang membedakan penelitian kali ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian kali ini ingin mengetahui hubungan antara *Adversity Quotient* dan persepsi terhadap situasi pandemi dengan kecenderungan stress dalam menyelesaikan tugas akhir (Skripsi) pada mahasiswa Psikologi Untag Surabaya oleh sebab itu peneliti dapat menjamin keaslian penelitian ini.