

## **HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY INTELLIGENCE* DAN STRES AKADEMIK PADA ANGGOTA ORGANISASI MAHASISWA PECINTA ALAM (MAPALA) DI UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG**

**Ardhi Budi Prasetyawan, Jati Ariati**

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro

*Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

prasetyawan.ardhi@gmail.com

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Adversity Intelligence* dan stres akademik pada mahasiswa yang menjadi anggota organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala) di Universitas Diponegoro Semarang. Jumlah sampel penelitian adalah 110 orang yang dipilih menggunakan teknik *cluster random sampling*. Subjek penelitian berusia antara 18-24 tahun yang terdiri dari 53% laki-laki dan 47% perempuan. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Stres Akademik (42 aitem,  $\alpha = .92$ ), dan Skala *Adversity Intelligence* (20 aitem,  $\alpha = .87$ ). Analisis data yang digunakan yaitu teknik korelasi parametrik *product moment* yang dibantu dengan program SPSS ver.21.0. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara *Adversity Intelligence* dan stres akademik pada anggota organisasi Pecinta Alam (Mapala) di Universitas Diponegoro Semarang dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = -.556$  ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa dengan *Adversity Intelligence* yang tinggi mahasiswa dapat mengatasi situasi sulitnya sehingga stres akademik cenderung rendah. *Adversity Intelligence* memberikan sumbangan efektif sebesar 30,9 % pada stres akademik.

**Kata kunci:** *adversity intelligence*; stres akademik; mahasiswa; organisasi; mapala

### **Abstract**

The purpose of this study was to understand the relationship between *Adversity Intelligence* and academic stress on college students who became a member of the organization of The Nature Lovers (Mapala) in University of Diponegoro Semarang. The number of sample study is 110 people who were selected using *cluster of random sampling* technique. The ages of the subject research are between 18-24 years old, which consists of 53 % of men and 47 % of women. The measuring instrument were using is Stress Academic Scale (42 item,  $\alpha = .92$ ), and *Adversity Intelligence* Scale (20 item,  $\alpha = .87$ ). Analysis data technique were used is product moment parametrik correlation, assisted by the SPSS ver.21.0. The results showed there were a negative relationship between *Adversity Intelligence* and stress academic on a member of the organization of The Nature Lovers (Mapala) at the University of Diponegoro Semarang with coefficient of correlation  $r_{xy} = -.556$  ( $p < 0,05$ ). Based on these results can be concluded that with high *Adversity Intelligence* students can address the difficult situation and stress academic tend to be low. *Adversity Intelligence* is contribute effectively 30,9 % to stress academic.

**Keyword:** *adversity intelligence*; academic stress; college students; organization; nature lovers

## **PENDAHULUAN**

Mahasiswa merupakan generasi masa depan penerus bangsa yang diyakini mampu untuk bersaing dan mengharumkan nama bangsa. Disisi lain juga dianggap mampu menyatukan serta menyampaikan buah pemikiran dan hati nurani untuk memajukan bangsa. Oleh karena itu seorang mahasiswa harus dapat berjuang melalui berbagai tantangan untuk mencapai gelar sarjana agar dapat segera turut andil membangun negara. Perjuangan tersebut dimulai dari semester awal hingga semester akhir. Dimulai dari mengikuti kegiatan perkuliahan, menyusun makalah dan tugas-tugas laporan, melakukan pratikum di laboratorium maupun lapangan,

magang, KKL (Kuliah Kerja Lapangan), KKN (Kuliah Kerja Nyata) hingga pada akhirnya memiliki kewajiban untuk menyusun tugas akhir berupa skripsi sebagai syarat kelulusan bagi mahasiswa tingkat strata 1 (S1) mengikuti Standar Nasional Pendidikan (SNP) yang berlaku ([www.undip.ac.id](http://www.undip.ac.id)).

Gunarsa (Gunarsa & Gunarsa, 2004) menjelaskan bahwa mahasiswa memiliki berbagai tantangan lain dalam menghadapi dunia perkuliahan. Berbagai macam perubahan dialami oleh individu, antara lain mulai terjadinya perbedaan bentuk kegiatan pembelajaran antara sekolah menengah atas (SMA) atau sekolah menengah kejuruan (SMK) dengan perguruan tinggi, perbedaan dalam hubungan sosial interpersonal, pemilihan jurusan atau bidang studi, dan permasalahan ekonomi. Dyson dan Renk (2006) menjelaskan masalah lain yang dapat terjadi seperti menghadapi tekanan akibat proses akulturasi budaya baru di tempat pendidikan. Mahasiswa harus dapat menghadapi arus perubahan kebudayaan, gaya hidup, lingkungan serta dituntut untuk mampu mengatasi problematika dengan baik agar tidak menghambat proses pendidikan yang sedang dijalani.

Menjadi seorang mahasiswa sepatutnya dapat melakukan berbagai penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang baru. Ketidakmampuan dalam melakukan penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang ada dapat menimbulkan tekanan-tekanan bagi mahasiswa yang bersangkutan. Hal tersebut apabila terus diabaikan tanpa penyelesaian yang baik akan mempengaruhi kesehatan mentalnya (Siswanto, 2007). Pada beberapa mahasiswa yang tidak mampu menanganinya, perubahan akan menyebabkan stres dan ketegangan. Jika tidak segera ditangani pada tahap awal, mahasiswa dapat mengalami masalah mental (Neuman, dalam Sulaiman, 2009).

Menurut Sarafino (Rahmawati, 2012) stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis atau sistem sosial individu tersebut. Maksudnya adalah bahwa ketidaksesuaian yang dihadapi oleh mahasiswa berada pada tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki. Stres yang terjadi di lingkungan pendidikan biasanya disebut dengan stres akademik. Olejnik dan Holschuh (2007) menggambarkan stres akademik merupakan respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa atau mahasiswa. Hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 10 orang subjek didapatkan bahwa rata-rata mahasiswa mengeluhkan tentang banyaknya tugas yang harus dikerjakan, jadwal kuliah yang padat serta harus beradaptasi kembali dengan sistem kurikulum yang baru.

Stres akademik muncul saat harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru ataupun teman sebaya dan stres ini meningkat setiap tahunnya seiring dengan tuntutan terhadap individu yang berbakat dan berprestasi yang tak pernah berhenti. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh University of California (UCLA), Los Angeles terhadap lebih dari 300.000 mahasiswa tingkat satu di lebih dari 500 universitas, ditemukan bahwa dibandingkan dengan masa lalu, saat ini terdapat lebih banyak mahasiswa tingkat satu yang mengalami stres dan depresi (Sax, dalam Santrock, 2007).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh National College Health Assessment di tahun 2014, sebanyak 33 persen mahasiswa yang menjalani survei, mengalami depresi selama kurang lebih setahun belakangan. Akibat depresi ini, mereka kesulitan fokus belajar dan mengerjakan tugas karena terlalu mengkhawatirkan hal-hal kecil yang terjadi di hidup mereka.

Penelitian Richardson (Galli & Vealey, 2008) pada atlet olahraga ekstrim, menemukan pengaruh kesulitan (*adversity*) dan tantangan memungkinkan individu memulai sebuah proses yang dapat menyebabkan reintegrasi kepribadian yang tangguh atau penambahan dan penguatan resiliensi. Dengan demikian, atlet yang memiliki sumber daya pribadi dan sosiokultural yang

diperlukan mungkin tidak hanya berhasil menanggapi kesulitan olahraga, namun mendapatkan sumber daya yang memungkinkan mereka berhasil merespons kesulitan di masa depan.

Hasil penelitian dari Young dan Knight (2014) memberikan bukti konfirmasi bahwa atlet olahraga berisiko menggunakan keterampilan psikologis yaitu, mengatasi kesulitan (*adversity*), konsentrasi, kepercayaan diri dan motivasi, penetapan tujuan dan persiapan mental, kesanggupan di bawah tekanan, dan kebebasan dari kekhawatiran saat berolahraga. Dengan demikian, keterampilan psikologis ini dapat dianggap sebagai bentuk perilaku kehati-hatian, yang mempersiapkan atlet olahraga berisiko untuk menghadapi kesulitan di masa depan dan memberi mereka sumber daya untuk membantu mereka menjalankan aktivitas olahraga mereka secara efektif.

*Adversity Intelligence* yang mumpuni akan membantu mahasiswa dalam menghadapi berbagai kondisi sulit sehingga tidak mudah terkena stres. Bagi sebagian orang, memiliki *Adversity Intelligence* yang rendah dapat menyebabkan putus asa, menyerah dan tidak berkeinginan untuk mencoba lagi, namun bagi sebagian orang lain yang memiliki *Adversity Intelligence* tinggi, kegagalan menurutnya hanyalah suatu hasil yang kurang baik dan dapat diperbaiki. Oleh karena itu *Adversity Intelligence* dianggap sebagai faktor yang dapat menentukan sikap dan kemampuan seseorang menghadapi kesulitan (Stoltz, 2000).

Terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang menemukan hubungan antara *Adversity Intelligence* dan stres akademik. Putri (2015) menemukan hubungan antara *Adversity Intelligence* dan stres akademik dengan arah berlawanan pada dokter muda di Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Namun penelitian William Wijaya (2016) pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Kristen Satya Wacana mengemukakan bahwa antara *Adversity Intelligence* dan stres akademik tidak memiliki hubungan secara signifikan.

Dari uraian di atas maka penulis tertarik meneliti lebih lanjut tentang “Hubungan antara *Adversity Intelligence* dan stres akademik pada anggota organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala) di Universitas Diponegoro”.

## **METODE**

Subjek dalam penelitian ini adalah anggota organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala) di Universitas Diponegoro Semarang. Mahasiswa yang dilibatkan dalam penelitian ini sejumlah 110 sampel yang didapatkan melalui rumus Slovin dengan taraf kesalahan 8% dan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Skala stres akademik disusun berdasarkan respon terhadap stres akademik yaitu respons pemikiran (*cognitive response*), perilaku sosial (*behavior response*), reaksi tubuh (*physical response*) dan perasaan (*affective response*) (Olejnik & Holschuh, 2007) dengan jumlah 42 item. *Adversity Intelligence* diukur dengan menggunakan skala *Adversity Intelligence* yang disusun berdasarkan dimensi kendali (*control*), kepemilikan (*origin and ownership*), jangkauan (*reach*) dan daya tahan (*endurance*) yang dikemukakan Stoltz (2007) dengan jumlah 20 item.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.**

Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov Smirnov	Sig.	Probabilitas	Bentuk
<i>Adversity Intelligence</i>	0.701	0.710	p>0.05	Normal
Stres Akademik	0.731	0.659	p>0.05	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas, kedua variable memiliki data yang berdistribusi normal. Hasil menunjukkan variabel *Adversity Intelligence* memiliki nilai *Kolmogorov Smirnov* sebesar 0,701 dengan signifikansi 0, 710 ( $p>0,05$ ). Variabel stres akademik memiliki nilai *Kolmogorov Smirnov* sebesar 0,731 dengan signifikansi 0, 659 ( $p>0,05$ ).

**Tabel 2.**

Uji Linearitas

Variabel	Nilai F	Sig.	P	Keterangan
Hubungan antara <i>Adversity Intelligence</i> dan stres akademik	48.322	0.000	P<0.001	Linear

Berdasarkan data tersebut, diketahui bahwa nilai  $F=48,322$ , dengan signifikansi sebesar  $p=0,000$  ( $p<0,001$ ). Nilai signifikansi yang kurang dari 0,001 menandakan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel *Adversity Intelligence* dan stres akademik.

**Tabel 3.**

Uji Hipotesis

Model	B	Std. Error	B	T	Sig.
Constant	147.830	8.336		17.735	0.000
<i>Adversity Intelligence</i>	-0.930	0.134	-0,556	-6.951	0.000

Berdasarkan uji hipotesis dengan teknik analisis *product moment* dari Karl Pearson yang telah dilakukan didapat hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara *Adversity Intelligence* dan stres akademik pada anggota organisasi Mahasiswa Pecinta Alam di Universitas Diponegoro Semarang. Uji hipotesis yang dilakukan menghasilkan angka koefisien korelasi  $r_{xy} = -.556$  ( $p<.001$ ). Nilai koefisien korelasi menunjukkan hubungan yang negatif antara variabel *Adversity Intelligence* dan stres akademik yang berarti semakin tinggi tingkat *Adversity Intelligence*, maka stres akademiknya akan rendah. Begitu pula sebaliknya, ketika *Adversity Intelligence* pada individu rendah maka stres akademiknya cenderung tinggi.

**Tabel 4.**

Uji Hipotesis

R	R Square	Std. Error of the Estimate
0,556	0,309	9.22053

Tabel tersebut menunjukkan nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,309 artinya *Adversity Intelligence* memberi sumbangan efektif sebesar 30,9 % terhadap stres akademik. Sedangkan sisanya 69,1 % ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Hubungan antara *Adversity Intelligence* dengan stres akademik sesuai dengan apa yang dijelaskan oleh Stoltz (2007), bahwa situasi sulit dan hambatan dalam hidup dapat diatasi dengan *Adversity Intelligence* yang baik, dikarenakan *Adversity Intelligence* yang baik akan menjadikan individu memiliki tekad pantang menyerah dan menjadikannya sebagai pribadi yang ulet. Individu yang memiliki *Adversity Intelligence* yang tinggi akan membuatnya kebal akan ketidakberdayaan dan tidak mudah terjebak dalam kondisi keputusasaan. Lasmono (2001) juga mendukung pernyataan ini, bahwa seseorang akan semakin tegar menghadapi kesulitan dan mampu mengatasi kesulitan dengan tepat sehingga dapat bertahan dengan berbagai kondisi sulit yang dialami dengan *Adversity Intelligence* yang tinggi.

Widyaningrum (2007) mengungkapkan bahwa daya juang atau *Adversity Intelligence* memiliki peran besar dalam usaha seseorang untuk menghadapi kesulitan-kesulitan yang dialami. Seseorang yang memiliki *Adversity Intelligence* yang kuat dinilai mampu menghadapi kesulitan-kesulitan yang dialaminya. Oleh karena itu didapat kesimpulan bahwa seseorang yang memiliki *Adversity Intelligence* yang baik tidak akan mudah merasa tertekan (stres) karena individu tersebut dinilai dapat mengatasi stres secara lebih efektif dan pengalaman keberhasilannya secara terus menerus dalam mengatasi stres akan semakin membentuk toleransinya terhadap stres.

Penelitian ini juga memberitahukan bahwa sebagian besar anggota organisasi Mapala di Universitas Diponegoro memiliki *Adversity Intelligence* dalam kategori tinggi, hal ini ditunjukkan dengan mahasiswa yang memiliki *Adversity Intelligence* tergolong tinggi berjumlah sebanyak 71 orang (66%). Beberapa subjek memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengatasi kesulitan. Mereka memiliki kemampuan namun kurang diberdayakan terutama dalam perubahan yang besar yang menuntut mereka beradaptasi sehingga berhenti berusaha ketika kesulitan tersebut mulai dirasa mengancam. Kategori sangat tinggi berjumlah 37 orang (32%). Kategori ini merupakan kelompok subjek yang menjadikan kesulitan yang ada sebagai peluang untuk terus maju mengembangkan potensi yang dimiliki. Serta dalam kategori rendah dan sangat rendah masing-masing sebanyak 1 orang (1%). Kategori ini mengindikasikan subjek yang memiliki kemampuan yang belum mumpuni dalam menghadapi kesulitan dan menghindari tanggung jawab, mudah putus asa dan berhenti berusaha ketika menghadapi kesulitan, mereka juga cenderung menolak kesempatan yang disertai tantangan sebagai sebuah peluang (Stoltz, 2007).

*Adversity Intelligence* dapat membuat individu mengelola situasi sulit menjadi sesuatu yang positif. Seseorang dengan *Adversity Intelligence* yang baik akan terhindar dari kegagalan dalam menghadapi stres dan secara terus menerus yang akhirnya toleransinya terhadap stres akan terbentuk. *Adversity Intelligence* juga mempengaruhi kemampuan akademik mahasiswa. Hal tersebut didukung oleh penelitian Huijuan (2009) yang menyatakan *Adversity Intelligence* adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan akademik mahasiswa.

Hasil penelitian ini juga menjelaskan tentang tingkatan stres akademik pada subjek penelitian. Mahasiswa paling banyak memiliki tingkat stres akademik rendah sebanyak 93 orang (84%), 9 orang (8%) memiliki stres akademik dalam kategori sangat rendah, sedangkan sisanya sebanyak 8 orang (8%) memiliki stres akademik pada kategori tinggi. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa stres akademik pada sebagian besar anggota organisasi Mapala di Universitas Diponegoro secara umum termasuk dalam kategori rendah.

Stres pasti pernah dialami oleh setiap individu. Stres merupakan bagian yang tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari. Stres (*eustress*) dibutuhkan seseorang sebagai motivasi untuk tetap aktif namun di sisi lain stres (*distress*) dapat memunculkan perasaan tidak nyaman apabila seseorang tidak dapat mengelolanya dengan baik dan disinilah dibutuhkan kemampuan dalam mengelola stres (*stress management*). Beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat stres seseorang, diantaranya ketahanan psikologi, *coping stress*, kecerdasan emosional, *self efficacy* dan *Adversity Quotient* (Seffrey, 2005; Laura, 2010; dan Stoltz, 2007)

Berdasarkan paparan di atas, maka didapatkan kesimpulan bahwa untuk meningkatkan ketahanan terhadap stres akademik pada mahasiswa maka perlu meningkatkan *Adversity Intelligence*. Karena semakin tinggi *Adversity Intelligence* yang dimiliki maka akan semakin tinggi pula ketahanan terhadap stres akademik, dan sebaliknya, semakin rendah *Adversity Intelligence* yang dimiliki maka semakin rendah pula ketahanan terhadap stres akademik.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa *Adversity Intelligence* memiliki hubungan negatif dengan stres akademik pada anggota organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala) di Universitas Diponegoro Semarang sesuai dengan data yang menunjukkan ( $r_{xy} = -0.556$ ;  $p < 0,05$ ) yang berarti semakin tinggi *Adversity Intelligence* yang dimiliki individu maka semakin rendah stres akademik yang dialami seseorang. Sumbangan efektif variabel *Adversity Intelligence* pada variabel stres akademik sebesar 30,9%. Sementara 69,1% sisanya dipengaruhi oleh berbagai faktor yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agolla, J.E. & Henry O. (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students: The case of University of Botswana. *Educational Research and Review*.4 (2), 063-070.
- Agung, G. & Budiani, M.S. (2013). Hubungan kecerdasan emosional dan self efficacy dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 1(2), 2.
- Agustian, A.G. (2001). *Rahasia sukses membangun kecerdasan emosi dan Spiritual-ESQ*. Jakarta: Penerbit Arga.
- Akbar, R. & Hawadi. (2002). *Identifikasi keberbakatan intelektual melalui metode non-tes; Dengan pendekatan konsep keberbakatan Renzulli*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Alvin, N. (2007). *Handling study stress: Panduan agar anda bisa belajar bersama anak-anak anda*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- American Psychological Association. (2010). *Publication manual of the American Psychological Association* (6<sup>th</sup> edition). Washington D.C.: American Psychological Association
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atkinson, R.L., Atkinson R.C. & Hilgard E.R. (2000). *Pengantar psikologi* (8<sup>th</sup> ed). (Alih Bahasa: Widjaja Kusuma). Jakarta: Erlangga.
- Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Azwar, S. (2013). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R.A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. (Alih Bahasa: Djuwita R.). Jakarta: Erlangga
- Calhoun, J.F. & Acocella, J.R. (1995). *Psychology of adjustment and human relationship* (3rd ed). New York: Mc Graw Hill, Inc
- Chaplin, J.P. (2006). *Kamus lengkap psikologi*. (Alih Bahasa: Kartono K.). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Crow, A. & Crow, L. (1998). *Psikologi belajar*. (Alih Bahasa: Kasijan Z.). Surabaya: Bina Ilmu
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshman adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology*. 62(10), 31-44.
- Galli, N. & Vealey, R.S. (2008). Bouncing back from adversity: Athletes experience of resilience. *The Sport Psychologist*. 22, 316-335.
- Gunarsa, D.S., Gunarsa Y.S.D. (2004). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Gunawati & Hartati. (2006). Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* 3(2), 03.
- Gusniarti U. (2002). Hubungan antara persepsi siswa antara tuntutan dan harapan sekolah dengan stres siswa di sekolah menengah umum. *Jurnal Psikologika*. 13 (7), 55.
- Hadijah, I. (2009). Hubungan antara emotional quotient dan adversity quotient dengan tingkat stres pada korban lumpur Lapindo. *Skripsi*. Malang : Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Hardjana, A.M. (1994). *Stres tanpa distress: Seni mengolah stres*. Yogyakarta: Kanisius.
- Huijuan, Z. (2009). The adversity quotient and academic performance among college students at St. Joseph's college, Quezon City. *Thesis*. Quezon City: The Departments Of Arts And Sciences St. Joseph's College.
- Hystad, S.W., Eid, J., Laberg, J.C., Johnsen, B.H., & Bartone, P.T. (2009). Academic stress and health: Exploring the moderating role of personality hardiness. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 53, 421-429.
- Kadapatti, M.G. & Vijayalaxmi, A.H.M. (2012). Stressors of academic stress-a study on pre-university students. *Indian Journal Science*. [Online]. 3(1), 171-175.
- Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No.155/U/1998 tentang Pendoman Umum Organisasi Kemahasiswaan di Perguruan Tinggi
- King, L.A. (2010). *Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiasif*. (Alih Bahasa: Marwendy, Brian). Jakarta: Salemba Humanika.
- Kusuma, I.H. (2004). Hubungan antara adversity quotient dan kecerdasan ruhaniah dengan kecenderungan Post power syndrome pada TNI. *Skripsi*. Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.

- Lasmono, H.K. (2001). Tinjauan singkat adversity quotient. *Anima (Indonesian Psychological Journal)*, 17(1), 63-68.
- Mangkunegara, A.P. (2005). *Perilaku dan budaya organisasi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Mardianto, A., Koentjoro, & Purnamaningsih, E. H. (2000). Penggunaan manajemen konflik ditinjau dari status keikutsertaan dalam mengikuti kegiatan pecinta alam Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 111-119.
- Nashori, F. (2007). Pelatihan adversity intelligence untuk meningkatkan kebermaknaan hidup remaja panti asuhan. *Jurnal Psikologika* .23 (12), 46-47.
- Neuman, W.L. (2007). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches* (4<sup>th</sup> ed). Boston: Allyn & Bacon
- Nevid, J. S., Rathus, S.A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal*(5<sup>th</sup> ed). (Alih Bahasa: Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia). Jakarta: Erlangga.
- Ogden, J. (2000). *Health psychology*. (2<sup>nd</sup> ed). Philadelphia: Open University Press.
- Oktavia W. (2013). Hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Skripsi*.(Tidak Diterbitkan). Pekanbaru: Fakultas Kedokteran UR.
- Olejnuk, S.N. & Holschuh, J.P. (2007). *College rules! How to study, survive, and succeed* (2<sup>nd</sup> ed). New York: Ten Speed Press.
- Pagma, Tayraukham & Nuangchalerm. (2009). Causal factors influencing *Adversity Quotient* of twelfth grade and third-year vocational students. *Journal of Social Sciences*. 5 (4),466-470.
- Potter, P.A. & Perry, A.G. (2005). *Fundamental nursing: Concepts, process, and practice* (6<sup>th</sup> ed). St. Louis: Mosby Year Book.
- Puspitasari, R.T. (2013). Adversity quotient dengan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Online Psikologi* 01(01): 301.Diunduh dari: <http://ejournal.umm.ac.id>
- Putri, S.A., Zulharman & Firdaus. (2015). Hubungan antara adversity quotient dengan stres akademik pada dokter muda fakultas kedokteran Universitas Riau.*Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Kedokteran* 3(2). Diunduh dari: <http://id.portalgaruda.org>
- Rachmawati, R. (2009).Hubungan antara *adversity intelligence* dan persepsi terhadap kohesivitas kelompok dengan *organizational citizenship behaviour* pada karyawan PT. Padma Soode Indonesia. *Skripsi*. (Tidak diterbitkan). Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Rice, F. P. & Dolgin, K. G. (1995). *The adolescent development, relationship, and culture* (12<sup>th</sup> ed). Boston: Pearson Education,Inc.
- Santrock, J. W. (2015). *Adolescence.Perkembangan Remaja* (11<sup>th</sup> ed).(Alih Bahasa: Shinto B A; SherlyS.). Jakarta: Erlangga
- Santrock, J.W. (2007). *Psikologi pendidikan* (2<sup>nd</sup> ed). (Alih Bahasa: Tri Wibowo B.S.). Jakarta: Kencana.
- Sarafino & Edward, P. (2014). *Health psychology biopsychosocial interaction*(8<sup>th</sup> ed). United States of America: John Wiley & Sons, Inc.

- Sarason, I. G. & Sarason, B. R. (2004). *Abnormal psychology: The problem of maladaptive behavior* (11<sup>th</sup> ed). Englewood Cliffs, N. J.: Prentice Hall.
- Sho'imah, D. W. (2010). Hubungan adversity quotient dan self efficacy dengan toleransi terhadap stres pada mahasiswa. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Program studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Siebert, A. (2005). *The resiliency advantage: Master change, thrive under pressure, and bounce back from setbacks*. California: Berrett-Koehler Publishers, Inc.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan mental: Konsep cakupan dan perkembangannya*. Yogyakarta: C.V Andi Offset
- Siswoyo, D. (2007). *Ilmu pendidikan*. Yogyakarta: UNY Pers.
- Smet, B. (2008). *Psikologi kesehatan*. (Alih Bahasa: Anshori). Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia,
- Stoltz, P.G. (2007). *Adversity quotient, Mengubah hambatan menjadi peluang* Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukoco, A. S. (2014). Hubungan sense of humor dengan stres pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1-10.
- Sulaiman. (2009). *Kesehatan reproduksi remaja*. Diunduh dari: [www.kesehatanremaja.com](http://www.kesehatanremaja.com).
- Suryabrata, S. (2006). *Metodologi penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Suyanto, B. (2005). *Metode penelitian sosial: Berbagai alternatif pendekatan*. Jakarta: Prenada Media
- Syah, M. (2008). *Psikologi pendidikan: Suatu pendekatan baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Wahyuni, A. (2013). Hubungan antara *adversity intelligence* dengan *sensation seeking* pada mahasiswa pecinta alam Semarang. *Skripsi*. (Tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Wanadri. (2011). *Diktat manajemen ekspedisi*. Bandung: Badan Pendidikan dan Latihan Wanadri.
- Widoyoko, S.E.P. (2014). *Penilaian hasil pembelajaran di sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Widyaningrum, J., & Rachmawati, M.A. (2007). *Adversity intelligence* dan prestasi belajar siswa. *Jurnal Psikologi Proyeksi*. 2(2), 47-56
- Winarsunu, T. (2009) *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: UMM Press
- Wulandari & Lita, H. (2011). Gambaran stres di bidang akademik pada pelajar sindrom *Hurried Child* di sekolah Chandra Kusuma. *Skripsi*. Diunduh dari <http://repository.usu.ac.id>
- Yosep, I. (2010). *Keperawatan jiwa*. Jakarta: Refika Aditama.
- Young, P.R., Knight, E.L. (2014). Use of psychological skills by risk sport athletes. *Journal of Human Performance in Extreme Environments*: 11 (2), 6-7. DOI: 10.7771/2327-2937.1061



