

**HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DAN PROKRASTINASI
DENGAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM
PENYELESAIAN SKRIPSI DI FAKULTAS TARBIYAH
DAN ILMU KEGURUAN DI IAIN JEMBER
TAHUN AKADEMIK 2019/2020**

SKRIPSI



Oleh:

UUT MARIA ULFA
NIM. T20151395

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JANUARI 2020**

**HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DAN PROKRASTINASI
DENGAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM
PENYELESAIAN SKRIPSI DI FAKULTAS TARBIYAH
DAN ILMU KEGURUAN DI IAIN JEMBER
TAHUN AKADEMIK 2019/2020**

SKRIPSI

diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Program Studi Pendidikan Agama Islam



Oleh:

UUT MARIA ULFA
NIM. T20151395

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JANUARI 2020**

**HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DAN PROKRASTINASI
DENGAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM
PENYELESAIAN SKRIPSI DI FAKULTAS TARBİYAH
DAN ILMU KEGURUAN DI IAIN JEMBER
TAHUN AKADEMIK 2019/2020**


SKRIPSI

diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Program Studi Pendidikan Agama Islam

Oleh:

UUT MARIA ULFA
NIM : T20151395

IAIN JEMBER
Disetujui Pembimbing


Mochammad Zaka Ardiansyah, M.Pd.I.
NIP: 198708252 01503 1 006

HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DAN PROKRASTINASI
DENGAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM
PENYELESAIAN SKRIPSI DI FAKULTAS TARBİYAH
DAN ILMU KEGURUAN DI IAIN JEMBER
TAHUN AKADEMIK 2019/2020

SKRIPSI

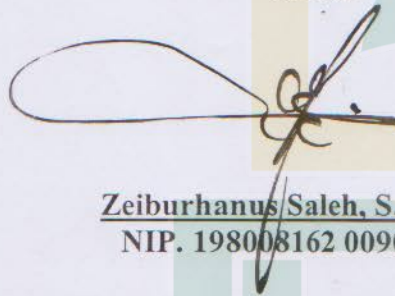
telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Program Studi Pendidikan Agama Islam

Hari : Kamis
Tanggal : 09 Januari 2020

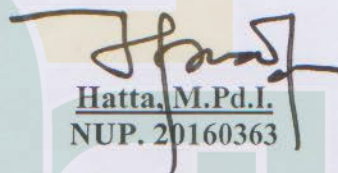
Tim Penguji

Ketua

Sekretaris





Zeiburhanus Saleh, S.S., M.Pd.
NIP. 198008162 00901 1 012



Hatta, M.Pd.I.
NUP. 20160363

Anggota:

1. Dr. Nino Indrianto, M.Pd. ()
2. Mochammad Zaka Ardiansyah, M.Pd.I. ()

IAIN JEMBER

Menyetujui
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

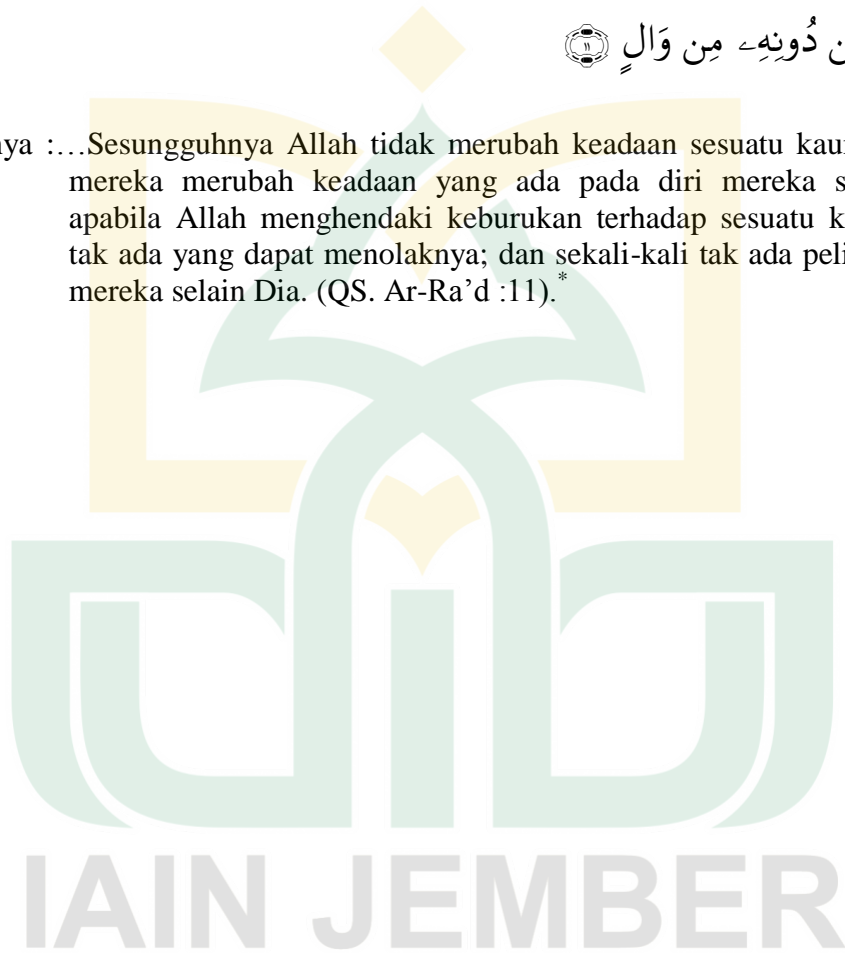



Dr. Hj. Dikri'ah, M.Pd.I.
NIP. 196405111 99903 2 001

MOTTO

لَهُر مُعَقَّبَتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ ۖ تَحْفَظُونَهُ ۚ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ ۚ مِنْ وَّالٍ ﴿١١﴾

Artinya : ...Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia. (QS. Ar-Ra'd :11).*



* *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Jakarta: Penerbit Jabal, 2010), 250.

PERSEMBAHAN

Seiring ucapan syukur kepada Allah SWT dengan rasa tulus segenap hati, skripsi ini saya persembahkan kepada:

Bapak (Moh. Amali Hs.) dan Ibu tercinta (Siti Khoiriyah), yang senantiasa memberikan cinta dan kasih sayangnnya kepadaku, yang paling berjasa dalam hidupku, serta yang tak pernah luput menyebut namaku disetiap doanya.

Segenap Dosen serta segenap pihak-pihak yang telah membantu

Kakak dan keluarga besar saya yang selalu memberikan dukukangan kepada saya. Teman-teman A-10 dan juga teman seperjuangan yang selalu menyemangati dan mendukung hingga dapat menyelesaikan studiku.

Tak terlupakan semua sahabatku dan almamater IAIN Jember tercinta yang telah banyak memberikan bantuan dan dukungan untuk penyelesaian skripsi ini.



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, Puji syukur kepada Allah SWT atas pertolongan dan ijin dari-Nya skripsi yang berjudul: “Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Prokrastinasi dengan Tingkat Kecemasan mahasiswa dalam Penyelesaian Skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember Tahun Akademik 2019/2020.” dapat terselesaikan dengan baik. Selawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, selaku pengemban amanat berupa wahyu Ilahi yaitu agama Islam yang menjadi petunjuk bagi seluruh umat manusia di dunia.

Selanjutnya dengan selesainya skripsi ini, sudah menjadi keharusan untuk terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Babun Suharto, S.E., M.M. selaku Rektor IAIN Jember yang telah memberikan fasilitas selama menuntut Ilmu di IAIN Jember.
2. Ibu Dr. Hj. Mukni'ah, M.Pd.I. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK) yang selalu memberi izin untuk menyusun skripsi ini.
3. Bapak Drs. H. D. Fajar Ahwa, M.Pd.I selaku Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI), yang telah memberikan persetujuan kepada penulis untuk melaksanakan proses skripsi.
4. Bapak Zaka Ardiansyah, M.Pd.I. selaku Dosen pembimbing skripsi yang telah banyak membimbing dengan sabar dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Dosen, pegawai, mahasiswa dan seluruh civitas akademik di lingkungan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Jember.

6. Seluruh pihak yang terkait dalam keberhasilan proses penyelesaian skripsi ini.

Semoga segala bantuannya mendapatkan pahala dari Allah SWT. Penulis telah mengupayakan segenap tenaga dan pikiran agar penyusunan menjasi baik, namun peneliti menyadari sepenuhnya bahwa masih ada kekurangan dan membutuhkan penyempurnaan bahasa maupun teori yang tertuang di dalamnya. Oleh karena itu, diharapkan kritik dan saran semua pihak demi kesempurnaan pada langkah yang selanjutnya. Semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi para pembaca pada umumnya. Amin.

Jember, 09 Januari 2020
Penulis

UUT MARIA ULFA
NIM. T20151395

IAIN JEMBER

ABSTRAK

Uut Maria Ulfa, 2019 : *Hubungan antara Adversity Quotient dan Prokrastinasi dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Angkatan 2015 dalam Penyelesaian Skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan di IAIN JEMBER Tahun Akademik 2019/2020,*

FTIK,PAI, Dosen Pembimbing: *_Mochammad_Zaka* Ardiansyah, M.Pd.I.

Kata Kunci : Adversity Quotient dan Prokrastinasi, Kecemasan

Salah satu penentu bagi mahasiswa agar dinyatakan berhasil dalam menempuh pendidikan di perguruan tinggi adalah dengan menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi. Namun dalam usaha mengerjakan skripsi mahasiswa sering dihadapkan dengan berbagai masalah, antara lain masalah kecemasan. Salah satu penyebab mahasiswa mengalami kecemasan dalam menyelesaikan skripsi adalah karena rendahnya daya juang yang dimiliki. Ukuran daya juang dalam istilah psikologi disebut dengan *adversity quotient*, yang mana mahasiswa sering mengalami kesulitan ketika dalam proses skripsi Sehingga menumbuhkan sikap penundaan yang sering dialami mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi..

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana tingkat *adversity quotient* mahasiswa angkatan 2015 dalam menyelesaikan skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020? 2) Bagaimana tingkat prokrastinasi mahasiswa angkatan 2015 dalam menyelesaikan skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020? 3) Bagaimana tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam proses menyelesaikan skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020? 4) Adakah hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam menyelesaikan skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020?.

Adapun tujuan penelitian ini adalah : 1) Untuk mengetahui tingkat *Adversity Quotient* mahasiswa angkatan 2015 dalam menyelesaikan skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020, 2) Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi mahasiswa angkatan 2015 dalam menyelesaikan skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020, 3) Untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam menyelesaikan skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020, 4) Untuk mengetahui Hubungan antara *Adversity Quotient* dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam menyelesaikan skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020.

Metode yang digunakan oleh peneliti adalah kuantitatif dan analisis data menggunakan regresi linier berganda. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, angket dan dokumentasi. Teknik responden menggunakan populasi *research*. Data diperoleh melalui angket dan uji hipotesis sebelum disebarkan data yang berupa angket sebelumnya dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan 20 responden/ mahasiswa dengan butir soal total 38 soal setelah uji validitas dinyatakan ada 4 soal yang tidak valid dan total soal yang valid 34 butir pertanyaan.

Hasil penelitian adalah sebagai berikut : Analisis *Regresi linier berganda* dengan menggunakan taraf kesalahan 5% secara persial dapat diketahui bahwa variabel *Adversity Quotient* (X1) terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mempunyai tingkat signifikansi 1,193 lebih besar dari $\alpha = 0,05$ variabel Prokrastinasi (X2) terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mempunyai tingkat signifikansi 0,703 lebih besar dari $\alpha = 0,05$ dan variabel *Adversity Quotient* (X1) dan Prokrastinasi (X2) terhadap Kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Y) mempunyai tingkat signifikansi 0,929 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa 1) Tidak ada Hubungan antara *Adversity Quotient* terhadap Kecemasan mahasiswa angkatan 2015 yang sedang menyelesaikan Skripsi di Fakultas Tarbiyah IAIN Jember Tahun Akademik 2019/2020. 2) Tidak ada Hubungan antara Prokrastinasi terhadap Kecemasan Mahasiswa angkatan 2015 yang sedang menyelesaikan Skripsi di Fakultas Tarbiyah IAIN Jember Tahun Akademik 2015/2020. 3) Tidak ada Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Prokrastinasi dengan Kecemasan mahasiswa angkatan 2015 yang sedang Menyelesaikan Skripsi di Tarbiyah IAIN Jember Tahun Akademik 2019/2020.

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMABAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Ruang Lingkup Penelitian	8
1. Variabel Penelitian	8
2. Indikator Variabel.....	9
F. Definisi Operasional	10
G. Asumsi Penelitian	11
H. Hipotesis	11

I. Metode Penelitian	13
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian	13
2. Populasi dan Sampel	13
3. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	16
4. Analisis Data.....	23
J. Sistematika Pembahasan.....	30
BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN	32
A. Penelitian Terdahulu.....	32
B. Kajian Teori.....	35
1. Kajian Teori <i>Adversity Quotient</i>	35
2. Kajian Teori Prokrastinasi	40
3. Kajian Teori Kecemasan	43
4. Kajian Antara <i>Adversity Quotient</i> dan Prokrastinasi dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa	45
BAB III PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS.....	48
A. Gambaran Obyek Penelitian.....	48
1. Sejarah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember	48
2. Visi dan Misi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember.....	49
3. Tujuan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember.....	50
4. Letak Greografis Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember.....	50
B. Penyajian Data.....	51

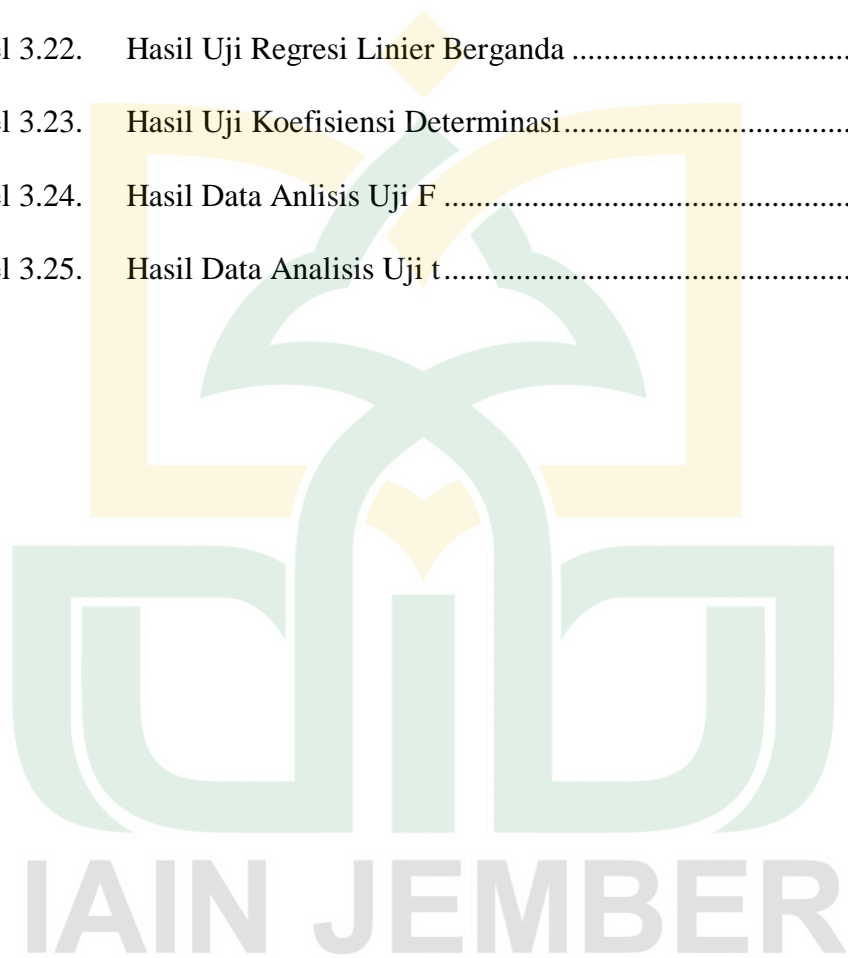
C. Analisis dan Pengujian Hipotesis	77
D. Pembahasan	90
BAB IV PENUTUP	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran-saran	95
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

No.	Uraian	Hal.
Tabel 1.1.	Jumlah Populasi Penelitian.....	14
Tabel 1.2.	Kisi-Kisi Instrumen Variabel X1, X2 dan Y	21
Tabel 1.3.	Pemberian Data Skor.....	23
Tabel 2.1.	Data Penelitian Terdahulu	34
Tabel 3.1.	Hasil Uji Validitas Adversity Quotient (X1).....	52
Tabel 3.2.	Rekapitulasi Hasil Uji Validitas <i>Adversity Quotient</i> (X1)...	53
Tabel 3.3.	Hasil Uji Validitas Prokrastinasi (X2).....	54
Tabel 3.4.	Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Prokrastinasi (X2).....	55
Tabel 3.5.	Hasil Uji Validitas Kecemasan (Y)	56
Tabel 3.6.	Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Kecemasan (Y)	57
Tabel 3.7.	Tingkat Reliabilitas Conbrach Alpha	58
Tabel 3.8.	Hasil Reliabilitas Adversity Quotient (X1)	59
Tabel 3.9.	Hasil Reliabilitas Prokrastinasi (X2)	59
Tabel 3.10.	Hasil Reliabilitas Kecemasan (Y).....	59
Tabel 3.11.	Jumlah Mahasiswa.....	60
Tabel 3.12.	Pemberian Skor (Skala Likert)	62
Tabel 3.13.	Hasil Skor Data Adversity Quotient (X1)	63
Tabel 3.14.	Hasil Skor Data Prokrastinasi (X2)	69
Tabel 3.15.	Hasil Skor Data Kecemasan (Y).....	73
Tabel 3.16.	Distribusi Frekuensi Adversity Quotient (X1)	78

Tabel 3.17.	Distribusi Frekuensi Prokrastinasi (X2)	79
Tabel 3.18.	Distribusi Frekuensi Kecemasan (Y).....	80
Tabel 3.19.	Hasil Analisis Deskriptif	80
Tabel 3.20.	Hasil Uji Data Multikolinieritas	84
Tabel 3.21.	Hasil Uji Output ANOVA	84
Tabel 3.22.	Hasil Uji Regresi Linier Berganda	85
Tabel 3.23.	Hasil Uji Koefisiensi Determinasi.....	89
Tabel 3.24.	Hasil Data Analisis Uji F	90
Tabel 3.25.	Hasil Data Analisis Uji t.....	90



DAFTAR GAMABAR

No.	Uraian	Hal.
Gambar 3.1.	Hasil Uji Data Normalitas	82
Gambar 3.2.	Hasil Uji Data Heteroskedastisitas	83



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada hakikatnya skripsi adalah karya tulis ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa tingkat akhir sebagai persyaratan akhir pendidikan akademisnya pada program strata Satu (S1).¹ Banyak kalangan mahasiswa yang mampu menyelesaikan dengan 140 SKS dalam empat tahun atau sebanyak delapan semester. Lamanya mengerjakan skripsi diatur dalam peraturan Menteri Nomor 49 Tahun 2014 pasal 17 yang menyebutkan bahwa jangka waktu belajar untuk program strata satu (S1) hendaknya diberikan selama lima (5) Tahun, jika tidak maka mahasiswa tersebut akan di *Drop Out* (DO). Senada dengan hal itu, Rektor Institut Agama Islam Negeri Jember juga memiliki Peraturan yang mengatakan bahwa masa studi Mahasiswa IAIN Jember untuk program Strata Satu (S1) paling cepat ditempuh selama 7 (tujuh) semester atau 3,5 (tiga setengah) tahun dan paling lambat ditempuh selama 14 semester atau 7 (tujuh) tahun.

Mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi pada waktu yang telah ditentukan, tentu akan mendapat tekanan yang lebih berat dari pada mahasiswa yang dapat menyelesaikannya dengan tepat waktu. Hal ini semakin dirasakan ketika mengerjakan skripsi, karena waktu yang dimiliki semakin sempit. Akibatnya sebagian dari mereka banyak yang merasakan seperti

¹Tim Penyusun IAIN Jember, *Pedoman Pendidikan S-1* (Jember: IAIN Press, 2018)

dikejar-kejar dengan waktu. Kondisi seperti ini dapat meningkatkan kecemasan terhadap mahasiswa.

Pada umumnya mahasiswa diberikan waktu satu semester untuk menyelesaikan tugas akhirnya. Namun pada kenyataannya, banyak mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari satu semester untuk menyelesaikan tugas akhir. Penundaan ini akan berdampak pada banyaknya waktu yang terbuang sia-sia yang sebenarnya dapat digunakan mahasiswa untuk menyelesaikan akademiknya dengan tepat waktu, sehingga proses untuk memperoleh gelar sarjana dapat dilakukan sesuai dengan waktu yang ideal untuk menyelesaikan studinya yaitu empat tahun atau delapan semester dan maksimal tidak lebih dari tujuh tahun atau 14 semester.

Proses pembuatan atau penyelesaian skripsi memang tidak segampang membuat tugas harian dari mata kuliah karena banyak kriteria dan prosedur yang harus dijalani. Permasalahan yang sering di alami mahasiswa dalam proses penulisan skripsi di antaranya; kesulitan mencari literatur, dana yang terbatas, tidak terbiasa menulis dalam arti menulis karya ilmiah, kurang terbiasa dengan sistem kerja terjadwal dengan peraturan waktu sedemikian ketat dan masalah dengan dosen pembimbing skripsi.²

Kendala tersebut juga ditemukan pada penelitian sebelumnya di Universitas Islam Indonesia. Dewi Mutia (2018) mengungkapkan bahwa mereka bingung dengan skripsi mereka. Mereka juga mengalami penurunan daya tahan tubuh seperti flu dan sakit kepala. Dewi Mutia juga

² Vika, *Wawancara*, 07 Juni 2019.

mengungkapkan bahwa mahasiswa takut karena merasa tidak akan mampu menyelesaikan skripsinya. Mereka juga merasakan jantung berdebar lebih cepat saat masalah dengan skripsi dan menjadi kurang konsentrasi.³ Selain dari penelitian di atas menggunakan mahasiswa angkatan 2015 sebagai bahan penelitian, hasil wawancara kepada mahasiswa angkatan 2015 mengungkapkan kendala dan kesulitan selama mengerjakan skripsi. Wawancara tersebut dilakukan pada tanggal 08-20 Juni 2019 kepada 15 orang mahasiswa dari Fakultas Tarbiyah dan dari prodi yang berbeda. Kesulitan tersebut berupa: 1) sulitnya bertemu dengan dosen pembimbing, 2) adanya perbedaan pendapat antara mahasiswa dengan dosen pembimbing, 3) mahasiswa harus mengganti judul ketika proposal telah selesai dikerjakan, 4) kesulitan dalam menemukan literatur, 5) kesulitan dalam administrasi kampus untuk melakukan penelitian serta 6) kesulitan dalam finansial. Selain hal di atas, wawancara juga mengungkapkan keadaan mereka selama mengerjakan skripsi, yaitu berupa: 1) mereka mengalami jantung berdetak lebih cepat ketika akan bertemu dengan dosen pembimbing, 2) mereka menghindari ketika akan berpapasan dengan dosen pembimbing, 3) ketika berdiskusi mengenai skripsi dengan dosen pembimbing mereka tidak bisa berkonsentrasi, 4) ketika memikirkan skripsi mereka khawatir bahwa skripsi mereka tidak akan pernah selesai, 5) perasaan takut dimarahi oleh dosen pembimbing, 6) mereka lebih fokus terhadap hal lain selain skripsi, 7) mereka cemas skripsi mereka tidak

³ Dewi Mutia, *Hubungan antara Adversity Quotient dan Prokrastinasi dalam Mengerjakan Tugas Akhir Pada Mahasiswa Program Sudi X Universitas Islam Indonesia*, Skripsi (Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Budaya Sosial, 2018).

akan pernah selesai, 8) ketakutan akan disalahkan ketika akan bimbingan dengan dosen pembimbing serta 9) mereka menghindar dalam mengerjakan skripsi dengan cara melakukan penundaan yang sering disebut dengan Prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi tersebut.

Pernyataan-pernyataan yang diungkapkan oleh mahasiswa tersebut merupakan ciri dari *anxiety* (kecemasan). Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan kekhawatiran bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan ini memiliki tiga ciri yaitu: 1) fisik berupa kegelisahan, kegugupan berkeringat, pusing, jantung berdetak kencang dan sensitif, 2) *behavioral* berupa perilaku menghindar, 3) kognitif berupa kekhawatiran akan sesuatu, perasaan terganggu, ketakutan akan masa depan dan sulit berkonsentrasi.⁴

Salah satu hal yang dapat menjadi solusi dalam mengatasi dan mengurangi perasaan cemas saat menyelesaikan skripsi pada mahasiswa yaitu perlu adanya daya juang. Daya juang yang ada dalam diri individu dapat terlihat dari sifat pengendalian diri akan situasi yang mempengaruhi berbagai bidang kehidupan. Pengendalian diri dapat memotivasi seseorang untuk berprestasi dan bersaing dalam mencapai kesuksesan.⁵

Ukuran daya juang dalam istilah psikologi adalah *adversity quotient* (AQ). *Adversity quotient* mempunyai tiga bentuk yaitu, (1) AQ adalah kerangka kerja konseptual yang baru untuk memahami dan meningkatkan

⁴ Ghufron, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), 144.

⁵ Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient* (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2000), 17.

semua segi kesuksesan, (2) suatu ukuran untuk mengetahui respons terhadap kesulitan, (3) rangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respons terhadap kesulitan dan di antara banyak kekuatan yang dimiliki oleh individu, salah satunya yaitu seberapa jauh individu mampu bertahan menghadapi kesulitan dan memiliki kemampuan untuk mengatasi kesulitan tersebut.⁶

Stoltz juga memaparkan bahwa individu yang memiliki kemampuan untuk bertahan dan terus berjuang dengan gigih ketika dihadapkan pada suatu permasalahan saat menyelesaikan skripsi, memiliki motivasi, antusiasme, penuh dorongan dan ambisi, serta semangat yang tinggi, dipandang sebagai seseorang yang memiliki *adversity quotient* tinggi, sedangkan individu yang mudah menyerah, pasrah pada takdir, pesimistik, dan memiliki kecenderungan untuk senantiasa bersikap negatif, dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang rendah.⁷

Berdasarkan uraian di atas maka penulis merasa perlu untuk meneliti lebih lanjut dengan judul "*Hubungan antara Adversity Quotient dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah Ilmu dan Keguruan di IAIN Jember tahun akademik 2019/2020*".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

⁶ Ibid., 20.

⁷ Ibid., 79

1. Bagaimana tingkat *Adversity Quotient* mahasiswa angkatan 2015 dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan di IAIN Jember tahun akademik 2019/2020?
2. Bagaimana tingkat prokrastinasi mahasiswa angkatan 2015 dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan di IAIN Jember tahun akademik 2019/2020?
3. Bagaimana tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan di IAIN Jember tahun akademik 2019/2020?
4. Adakah hubungan antara *Adversity Quotient* dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan di IAIN Jember tahun akademik 2019/2020?

C. Tujuan Penelitian

Dari penjelasan di atas, maka tujuan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat *adversity quotient* mahasiswa angkatan 2015 dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020.
2. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi mahasiswa angkatan 2015 dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan di IAIN Jember tahun akademik 2019/2020.

3. Untuk mendeskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020.
4. Untuk mengetahui hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan di IAIN Jember tahun akademik 2019/2020.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dalam rangka memberikan sumbangan positif bagi ilmu pengetahuan tambahan terutama pada program S-1 yang berkaitan dengan pengetahuan tentang *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah di IAIN Jember.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti, hasil peneliti ini dapat memberikan manfaat dalam mengembangkan kompetensi peneliti dan dapat menambah wawasan pengetahuan terkait dengan hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa dan dapat menjadi bekal untuk mengadakan penelitian berikutnya.
- b. Bagi Lembaga yang diteliti, hasil peneliti ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi instansi sebagai acuan dan bahan

pertimbangan untuk meningkatkan kualitas pendidikan terutama mengenai hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa.

- c. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi dan dapat menambah wawasan serta kesadaran masyarakat pentingnya *adversity quotient* dan terhindar dari perilaku menunda dengan tingkat kecemasan dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau obyek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau satu obyek dengan obyek yang lain.⁸ Variabel dalam penelitian kuantitatif dapat di bedakan menjadi dua, yaitu variabel bebas dan variabel terikat:

a. Variabel bebas

Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel Bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah gaya kepemimpinan kepala sekolah yang meliputi:

- 1) *Adversity Quotient* (X1)
- 2) Prokrastinasi (X2)

⁸ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), 60.

b. Variabel Terikat

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.⁹ Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

Kecemasan (Y)

2. Indikator Variabel

Adapun yang menjadi indikator variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. *Adversity Quotient* (X1)

- 1) *Control* (kendali)
- 2) *Orgin dan Ownership*
- 3) *Reach*

4) *Endurance*

b. Prokrastinasi (X2)

- 1) Penundaan
- 2) Keterlambatan
- 3) Kesenjangan waktu
- 4) Aktivitas lain

c. Kecemasan (Y)

- 1) Emosi
- 2) Kognitif
- 3) Fisik

⁹ Ibid., 61.

F. Definisi operasional

Definisi operasional adalah definisi yang digunakan sebagai pijakan pengukuran secara empiris terhadap variabel penelitian dengan rumusan yang didasarkan pada indikator variabel. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Adversity Quotient* adalah suatu konsep terhadap individu untuk dapat mampu bertahan dalam menghadapi segala macam kesulitan sampai menemukan jalan keluar, memecahkan berbagai macam permasalahan, mereduksi hambatan dan rintangan dengan mengubah cara berpikir dan sikap terhadap kesulitan tersebut. Sikap yang digunakan dalam mengubahnya dengan menggunakan *control* (kendali), *origin* dan *ownership* (tanggung jawab), *rich* (jangkauan) dan *endurance* (daya tahan).
2. Prokrastinasi dari kata lain adalah mengganti tugas yang berkepentingan tinggi dengan tugas berkepentingan rendah, sehingga tugas yang lebih penting pun tertunda. Salah satu alasan banyak orang yang menunda pekerjaan adalah “menunggu termotivasi”. Orang-orang dengan alasan ini akan mengaku bahwa kinerja mereka lebih baik dibawah tekanan, seperti mendekati tenggat waktu.
3. Kecemasan adalah suatu istilah yang menggambarkan gangguan yang dapat memiliki karakteristik yaitu berupa rasa takut, khawatir yang berkepanjangan dan rasa gugup. Rasa cemas memang biasa dihadapi semua orang. Namun rasa cemas tersebut gangguan ketika rasa cemas

menghalangi seseorang untuk menjalani kehidupan sehari-hari dan menjalani produktif.

Ulfa Rasyidin mengungkapkan kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Misalnya individu mencemaskan masa depan yang akan ia hadapi, hal tersebut masih bersifat normal apabila bisa mendorong individu tersebut untuk melakukan hal yang lebih positif dalam mengantisipasi timbulnya kecemasan yang tergolong abnormal. Kecemasan dalam bentuk aspeknya yaitu; fisik, emosional, kognitif.

G. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian biasa disebut juga sebagai anggapan dasar atau postulat, yaitu sebuah titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima oleh peneliti. Anggapan dasar harus dirumuskan secara jelas sebelum peneliti melangkah mengumpulkan data.¹⁰

Dalam penelitian ini memiliki asumsi bahwa:

1. Diasumsikan bahwa seluruh responden mengisi angket dengan benar.
2. Diasumsikan bahwa mahasiswa angkatan 2015 Fakultas Tarbiyah Ilmu dan Keguruan dapat menyelesaikan proses skripsi

H. Hipotesis

Mengacu pada latar belakang masalah, penelitian terdahulu, kajian teoritik, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian ini sebagai berikut:

Ada dua jenis hipotesis yang digunakan dalam penelitian yaitu:

¹⁰ Tim Penyusun STAIN Jember, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Jember: STAIN Press, 2014), 39.

1. Hipotesis kerja atau dengan hipotesis alternatif, disingkat (H_a). Hipotesis kerja ini menyatakan adanya hubungan antara variabel X_1 dan X_2 dan variabel Y , atau adanya perbedaan antara dua kelompok.
2. Hipotesis nol (*null hypotheses*) disingkat H_0 . Hipotesis nol sering disebut juga hipotesis statistik, karena biasanya dipakai dalam penelitian yang bersifat statistik, yaitu diuji dengan perhitungan statistik. Hipotesis nol menyatakan tidak adanya perbedaan antara dua variabel, atau ada tidaknya pengaruh variabel X_1 dan X_2 terhadap variabel Y .¹¹

Dalam penelitian ini, peneliti tidak merumuskan hipotesis untuk menjawab rumusan masalah deskriptif dan hanya merumuskan hipotesis untuk rumusan masalah korelasional. Adapun yang menjadi hipotesis kerja (H_a) dalam penelitian ini, yaitu: “Ada hubungan antara *Adversity Quotient* dan prokrastinasi dengan kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam menyelesaikan proses skripsi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah Ilmu dan Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020”.

Dalam pembuktian, hipotesis kerja (H_a) terlebih dahulu diubah menjadi H_0 agar peneliti tidak mempunyai prasangka. Jadi, peneliti diharapkan jujur, tidak terpengaruh pernyataan H_a . Kemudian dikembangkan lagi ke H_a pada rumusan akhir penetapan hipotesis.¹²

Adapun yang menjadi hipotesis nol (H_0) dalam penelitian ini, yaitu: “Tidak ada hubungan antara *Adversity Quotient* dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2015 dalam proses penyelesaian

¹¹ Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, 112.

¹² *Ibid.*, 113.

skripsi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah Ilmu dan Keguruan IAIN Jember tahun akademik 2019/2020”.

I. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang menggunakan angka-angka atau data statistik. Dan dideskripsikan secara deduksi yang berangkat dari teori-teori umum, lalu dengan observasi untuk menguji validitas keberlakuan teori tersebut ditarik kesimpulan. Kemudian dijabarkan secara deskriptif, karena hasilnya akan kami arahkan untuk mendeskripsikan data yang diperoleh dan untuk menjawab rumusan masalah.

Adapun jenis penelitiannya berdasarkan tempat adalah penelitian lapangan (*field research*) yaitu penelitian yang dilakukan langsung di lapangan dan digunakan untuk pengumpulan data dari objek penelitian, baik berupa kuantitatif maupun data kualitatif yang diperlukan, dan jenis penelitian berdasarkan tekniknya adalah penelitian survei (*survey research*) Karena tidak melakukan perubahan (tidak ada perlakuan khusus) terhadap variabel yang diteliti.¹³

2. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang

¹³ Iqbal Hasan, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik* (Jakarta: Bumi Angkasara, 2006), 5.

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.¹⁴

Sejalan dengan hal tersebut, yang merupakan populasi adalah mahasiswa Fakultas Tarbiyah Ilmu dan Keguruan IAIN Jember yang sedang menyelesaikan proses skripsi angkatan 2015 tahun akademik 2019/2020 yang berjumlah 664 mahasiswa.

Tabel 1.1
Jumlah Populasi Penelitian

Prodi	Jumlah Populasi
PAI	272
MPI	58
MTK	26
TADRIS IPA	23
TADRIS PBA	85
TADRIS BIOLOGI	33
TADRIS IPS	22
PGMI	64
PIAUD	18
TADRIS PBI	63

b. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.¹⁵ Untuk menentukan besar kecilnya sampel dalam suatu populasi tidak ada ketentuan mutlak. Menurut Arikunto apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua. Sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya,

¹⁴ Sugiono, *Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*, 80

¹⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bnadung: Alfabeta, 2014), 80

jika penelitiannya berjumlah besar dapat diambil antara 10% - 15% atau 20% - 25% atau lebih dari populasi.¹⁶

Dalam penelitian ini menggunakan teknik *Probability Sampling* dengan menggunakan *Cluster Random Sampling*. Karena pengambilan sampelnya melalui dua tahap. *Pertama* menentukan sampel daerah dan tahap *kedua* menentukan orang-orang yang ada di daerah tersebut. Semua populasi diberi kesempatan untuk dipilih menjadi anggota sampel.¹⁷ Jika diambil 20%, maka jumlah sampel adalah $20\% \times 664 = 132,8$ dibulatkan menjadi 133 mahasiswa.

Untuk mengetahui seberapa banyak jumlah sampel yang diambil dari setiap Prodi, maka peneliti menggunakan rumus sebagai berikut:

$$n_1 = \frac{N_1}{N} \times n$$

Keterangan:

n_1 = Jumlah Sampel dari Prodi

N_1 = Jumlah Populasi dari Prodi

N = Jumlah Populasi keseluruhan

n = Jumlah Sampel keseluruhan¹⁸

Prodi	Jumlah Populasi	Jumlah sampel
PAI	272	$\frac{272}{664} \times 133 = 54$
MPI	26	$\frac{58}{664} \times 133 = 12$

¹⁶ Arikunto, *Prosedur Penelitian*. 177

¹⁷ Kasiram, *Metode Penelitian Kuantitatif* 260.

¹⁸ *Ibid.*, 66

IPA	17	$\frac{23}{664} \times 133 = 5$
MTK	57	$\frac{26}{664} \times 133 = 5$
PBA	91	$\frac{85}{664} \times 133 = 17$
BIOLOGI	34	$\frac{33}{664} \times 133 = 7$
IPS	22	$\frac{22}{664} \times 133 = 4$
PGMI	64	$\frac{64}{664} \times 133 = 14$
PIAUD	18	$\frac{18}{664} \times 133 = 3$
PBI	63	$\frac{63}{664} \times 133 = 12$
Jumlah	664	133

3. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

a. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data bertujuan agar peneliti masuk ke dalam penelitian yang sebenarnya. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan adalah Angket (kuesioner)

1) Angket (kuesioner)

Angket adalah suatu daftar yang berisikan angka pertanyaan mengenai sesuatu masalah atau bidang yang akan diteliti.¹⁹

Antara angket (kuesioner) dengan wawancara ada persamaan dan perbedaan. Persamaannya, yakni sama-sama instrumen pengumpulan data yang berbentuk serangkaian pertanyaan atau pertanyaan. Sedangkan perbedaannya, yaitu

¹⁹ Cholid Narkubo dan Abu Achmadi, *Metode Penelitian* (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 76.

terletak pada kedalaman informasi atau jawaban yang diperoleh dan wujudnya. Jawaban/ informasi yang diperoleh dari angket berupa tulisan, sedangkan melalui wawancara berupa lisan. Dan informasi yang didapat dari angket tidak sedalam informasi yang didapat dari wawancara.²⁰

Adapun angket yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu angket terbuka dalam bentuk *Check list*, yaitu responden tinggal membubuhkan *check* (√) pada kolom jawaban yang sesuai dengan faktanya.

Sebelum instrumen pertanyaan di dalam angket di gunakan untuk pengukuran dalam rangka pengumpulan data, instrumen dan seluruh butir pertanyaan di uji coba terlebih valid dan reliabelnya.

a) Valid

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.

b) Reliabel

Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Penelitian ini menggunakan angket *pertanyaan tertutup*. Metode angket

²⁰ Nasehudin, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung:Pustaka Setia, 2012), 113.

digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui. Kuesioner dalam penelitian ini mencakup kuesioner variabel bebas dan Variabel terikat.

2) Observasi

Observasi merupakan kegiatan pemuatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra.²¹

Jadi dalam kegiatan observasi ini seorang peneliti tidak hanya tertuju pada apa yang dilihatnya saja, tapi diharapkan juga menggunakan seluruh indranya agar diperoleh data yang akurat. Cara yang paling efektif adalah melengkapinya dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrumen. Format yang berisi item-item tertentu tentang kejadian atau tingkah laku yang digambarkan akan terjadi.

Adapun data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah:

- a) Letak Geografis IAIN Jember
 - b) Keadaan lingkungan mahasiswa IAIN Jember
- ## 3) *Interview* (wawancara)

Interview disebut juga dengan wawancara adalah instrumen pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi

²¹ Arikunto, *Prosedur Penelitian*, 199

langsung dari sumbernya.²² Secara garis besar ada dua macam pedoman wawancara yaitu:

- a) Pedoman wawancara tidak terstruktur , yaitu pedoman wawancara yang hanya memuat garis besar yang akan ditanyakan. Tentu saja kreativitas pewawancara sangat diperlukan dalam hal ini, bahkan nanti pewawancaralah sebagai pengemudi dari jawaban responden.
- b) Pedoman wawancara terstruktur, yaitu pedoman wawancara yang disusun secara terperinci sehingga menyerupai *check list*. Pewawancara tinggal membubuhkan tanda v (*chek*) pada nomor yang sesuai.

Sedangkan informan yang peneliti *interview* untuk memperoleh informasi adalah:

- (1) Dosen IAIN Jember
- (2) Mahasiswa IAIN Jember

Adapun data yang diperoleh dari *interview* antara lain mengenai:

- (1) Mahasiswa angkatan 2015 yang mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi.
- (2) Mahasiswa angkatan 2015 yang mengalami penundaan saat mengerjakan skripsi.

²² Indah Wahyuni, *Statistik Pendidikan* (Jember: STAIN Jember Press, 2013), 16.

(3) Mahasiswa angkatan 2015 yang mengalami kecemasan saat mengerjakan skripsi.

4) Dokumentasi

Dokumentasi berasal dari kata dokumen yang artinya barang-barang tertulis. Dokumentasi adalah mengumpulkan data melalui peninggalan tertulis seperti buku, majalah, dokumen dan lain sebagainya.²³ Penelitian dalam menggunakan metode

dokumentasi ini diperoleh data tentang:

- a) Sejarah berdirinya IAIN Jember
- b) Visi dan Misi IAIN Jember
- c) Tujuan IAIN Jember
- d) Letak Geografis IAIN Jember

b. Instrumen pengumpulan data

Data penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan daftar isian angket. Angket ini digunakan untuk memperoleh informasi secara tertulis dari responden berkaitan dengan Hubungan antara *Adversity Quotient* dan prokrastinasi dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam proses menyelesaikan skripsi pada Fakultas Tarbiyah Ilmu dan Keguruan IAIN Jember.

Penelitian dalam skripsi ini, peneliti menggunakan Skala *Likert*. Dengan skala *Likert*, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan

²³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 201

sebagai dasar dalam menyusun item-item instrumen yang berupa pertanyaan.²⁴ Kata-kata yang digunakan dalam skala *Likert* dalam penelitian ini adalah: sangat setuju, setuju, netral, kurang setuju dan tidak setuju.

Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban tersebut harus diberi skor. Pemberian skor dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 1.2
Kisi-kisi Instrumen Variabel X₁, X₂ Dan Y

Variabel	Indikator	Butir soal	Banyak Pertanyaan
<i>Adversity Quotient</i>	1. <i>Control</i> (kendali)		
	a. Kemampuan mengendalikan dan mempengaruhi orang lain atas peristiwa atau situasi ataupun orang lain.	13, 32, 35	3
	b. Bersikap Optimis	8, 16, 25,	3
	2. <i>Orgin dan Ownership</i>		
	a. Menyadari sumber masalah dan rasa tanggung jawab secara wajar.	1, 15, 17	3
	b. Mengadakan evaluasi diri	6, 21	2
	3. <i>Reach</i>		
	Membatasi jangkauan masalah dalam berbagai segi kehidupan.	7, 26	2
4. <i>Edurance</i>			
	a. Mempertahankan hal positif sebagai suatu yang berlangsung lama	2, 3, 10	3
b. Menganggap kesulitan sebagai sesuatu yang sementara.	11, 31	2	
Prokrastinasi	1. Penundaan untuk memulai/ menyelesaikan tugas yang dihadapi.	4, 15, 19, 22	4
	2. Keterlambatan/kelambatan dalam menyelesaikan tugas.	5	1

²⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014), 274.

	3. Adanya kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual.	1, 6, 11,	3
	4. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	7, 12,	2
Kecemasan	1. Emosi		
	a. Timbulnya kekhawatiran yang mengganggu	9	1
	b. Akan mengalami hal buruk ketika menyelesaikan proses skripsi	1, 2	2
	2. Kognitif		
	a. Menghindari pembicaraan skripsi	3	2
	b. Mengalihkan perhatian seputar penyelesaian skripsi	4,11	2
	3. Fisik		
	a. Badan mudah berkeringat	5	1
	b. Otot menjadi tegang	6, 8	2

Menurut Sugiyono untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor, misalnya:²⁵

- a) Sangat setuju/selalu/sangat sesuai, diberi skor 4
- b) Setuju/sering/sesuai, diberi skor 3
- c) Tidak setuju/tidak pernah/tidak sesuai, diberi skor 2
- d) Sangat tidak setuju/sangat tidak sesuai, diberi skor 1

Kata-kata skala *likert* yang digunakan dalam penelitian ini dalam bentuk jawaban: (SS) Sangat Sesuai, (S) Sesuai, (RR) Ragu-ragu, (TS) Tidak Sesuai, dan (STS) Sangat Tidak Sesuai. Peneliti menggunakan penskoran menurut Sugiyono, akan tetapi peneliti menghilangkan poin ragu-ragu karena dikhawatirkan responden lebih cenderung memilih poin ragu-ragu sehingga akan mengakibatkan data tidak valid.

²⁵ Ibid., 94.

Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban tersebut harus diberi skor, dan pemberian skor untuk item positif dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 1.3
Pemberian Data Skor (Skala Likert)

No	Jawaban	Skor	
		Negatif	Positif
1	Sangat Setuju	1	4
2	Setuju	2	3
3	Kurang Setuju	3	2
4	Tidak Setuju	4	1

4. Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi Linier Berganda.²⁶ yaitu:

$$Y = a + b_1x_1 + b_2x_2$$

Kegiatan menganalisis data dalam penelitian ini meliputi beberapa tahap antara lain:

a. Proses *editing*

Tahap awal analisis data adalah melakukan edit terhadap data yang telah dikumpulkan dari hasil survei di lapangan. Pada prinsipnya proses *editing* data bertujuan agar data yang diamati akan dianalisis secara akurat dan lengkap.

²⁶ Sugiyono, *Statistika untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2010), 275-278).

b. Proses *coding*

Proses pengubahan data kualitatif menjadi angka dengan mengklasifikasikan jawaban yang ada menurut kategori-kategori yang penting (pemberian kode).

c. Proses *scoring*

Proses penentuan skor atas jawaban responden yang dilakukan dengan membuat klasifikasi dan kategori yang cocok tergantung pada anggapan atau opini responden.

d. Tabulasi

Menyajikan data-data yang diperoleh dalam tabel, sehingga diharapkan pembaca dapat melihat hasil penelitian dengan jelas. Setelah proses tabulasi selesai kemudian data-data dalam tabel tersebut akan diolah dengan bantuan *software* statistik yaitu SPSS. Setelah proses tabulasi selesai kemudian data-data dalam tabel tersebut akan diolah dengan bantuan *software* statistik yaitu SPSS.

Agar data yang dikumpulkan dapat bermanfaat maka harus diolah dan dianalisis terlebih dahulu sehingga dapat dijadikan dasar pengambilan keputusan. Adapun metode analisis data yang digunakan ialah:

1) Analisa data kuantitatif

Analisis data kuantitatif adalah suatu analisa yang berdasarkan pada data yang dapat dihitung (angka). Untuk mempermudah dalam menganalisis data maka peneliti

menggunakan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*).

2) Alat analisis data

a) Uji validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan instrumen.²⁷ Data evaluasi yang baik adalah data yang sesuai dengan kenyataan atau asli yang biasa disebut valid. Instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur dengan yang diharapkan Pengujian validitas butir dalam penelitian ini menggunakan rumus *product moment* dari Pearson.²⁸

$$r_{xy} = \frac{(N\sum X) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[(N\sum X^2) - (\sum X)^2][(N\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien dan Variabel X dan variabel Y

N = Jumlah responden

X = Skor item

Y = Skor total

Selanjutnya dihitung dengan Uji-t dengan rumus:

$$t_{hitung} = \frac{r\sqrt{n-2}}{r\sqrt{1-r^2}}$$

keterangan:

r = koefisien korelasi hasil r_{xy}

²⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rhineka Cipta, 2010), 211.

²⁸ Indah Wahyuni, *Statistik Pendidikan* (Jember: STAIN Jember Press, 2013), 78-79.

n = jumlah responden

Dilanjutkan untuk mencari t_{tabel} dengan rumus

$$t_{tabel} = 1 - \frac{1}{2} a (dk)$$

keterangan :

$$a = 0.05$$

$$dk = n(\text{jumlah}) - 2$$

Alasan menggunakan rumus ini adalah untuk mengetahui valid atau tidaknya butir soal, maka harus membuat keputusan dengan membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel} . Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ berarti valid sebaliknya, jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ berarti tidak valid.

b) Uji Reliabilitas

Menurut Priyatno “Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur, apakah pengukur yang digunakan dapat diandalkan dan tetap konsisten jika pengukuran tersebut diulang”. Uji reliabilitas digunakan untuk menilai apakah data hasil angket/kuesioner dapat dipercaya/reliabel atau tidak. Dalam penelitian ini uji reliabilitas dilakukan dengan metode Cronbach’s Alpha.²⁹

²⁹ Dwi Priyanto, *Paham Analisa Statistik Data dengan SPSS*, (Yogyakarta: Mediakom, 2010), 97.

Suatu variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai Cronbach Alpha > 0,60 dengan mempergunakan tingkat signifikansi lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Rumus yang digunakan untuk menghitung koefisien Alpha adalah sebagai berikut:

$$\alpha = \frac{kr}{1 + (k - 1)r}$$

Dimana :

α = koefisien reliabilitas

r = *mean* korelasi item

k = jumlah variabel

1 = bilangan konstan

c) Uji asumsi klasik

Di mana pengujian ini digunakan untuk memperoleh hasil/nilai yang tidak bias atau estimator linear tidak bias yang terbaik (*Best Linear Unbiased Estimator/BLUE*). Asumsi klasik tersebut yaitu :

(1) Uji normalitas data

Cara yang paling sering digunakan untuk menentukan apakah suatu model berdistribusi normal atau tidak dengan melihat histogram residual apakah memiliki bentuk seperti “lonceng” atau tidak. Cara ini menjadi fatal karena pengambilan keputusan data berdistribusi normal atau tidak hanya berpatok pada pengamatan gambar saja.

Ada cara lain untuk menentukan data distribusi normal atau dengan menggunakan rasio skewness dan rasio kurtosis.

Rasio skewness dan rasio kurtosis dapat dijadikan petunjuk apakah data distribusi normal atau tidak. Rasio skewness adalah nilai skewness dibagi standar error skewness. Rasio kurtosis adalah nilai kurtosis dibagi standar error kurtosis. Sebagai pedoman apabila rasio kurtosis dan skewness beda di antara -2 dan $+2$ maka distribusi data adalah normal.³⁰

(2) Uji Homogenitas

Priyatno mengemukakan bahwa.³¹

Heteroskedastisitas adalah keadaan di mana terjadi ketidaksamaan varian dari residual untuk semua pengamatan pada model regresi. Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya ketidaksamaan varian dari residual pada model regresi. Prasyarat yang harus dipenuhi dalam model regresi adalah tidak adanya gejala heteroskedastisitas.

Untuk mendeteksi adanya heteroskedastisitas dilakukan dengan melihat ada tidaknya pola tertentu pada grafik scatterplot, di mana sumbu X adalah Y yang telah

³⁰ Santoso, *Buku Latihan SPSS Statistik Multivariat* (Jakarta: Ele Media Komputindo, 2005), 350.

³¹ Dwi Priyanto, *Paham Analisa Statistik Data dengan SPSS*, 8.

diprediksi dan sumbu X adalah residual (Y prediksi – Y sesungguhnya yang telah di-studentized).

Dasar pengambilan keputusan:

(a) Jika ada pola tertentu, seperti titik-titik (poin-poin) yang ada membentuk suatu pola tertentu yang teratur (bergelombang, melebar kemudian menyempit), maka telah terjadi heteroskedastisitas.

(b) Jika tidak ada pola yang jelas, serta titik-titik menyebar di atas dan di bawah angka 0 pada sumbu Y, maka tidak terjadi heteroskedastisitas.

(3) Analisis Uji t

Uji Statistik t pada dasarnya digunakan untuk membandingkan rata-rata dua populasi dengan data yang berskala interval.³²

Langkah – langkah pengujian adalah sebagai berikut:

(a) Menentukan Formulasi Hipotesis

$H_0 : b_1 : b_2 = 0$. Artinya, variabel independen bukan merupakan penjelas yang signifikan terhadap variabel dependen.

$H_a : b_1 : b_2 \neq 0$. Artinya, variabel independen merupakan penjelas yang signifikan terhadap variabel dependen.

³²Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*, (Yogyakarta: Graha Ilmu: 2006), 154.

(b) Menentukan taraf nyata/ *level of significance* 5% = ($\alpha = 0,05$)

(c) Menentukan t_{hitung} dengan rumus

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

(d) Menentukan t_{tabel} (diambil dari hasil tabel distribusi t pada $\alpha=5\%$)

(e) Membuat Kesimpulan

(f) Bila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, menyatakan bahwa variabel independen secara individual mempengaruhi variabel dependen.

(g) Bila $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak, menyatakan bahwa variabel independen secara individual tidak mempengaruhi variabel dependen.

J. Sistematika Pembahasan

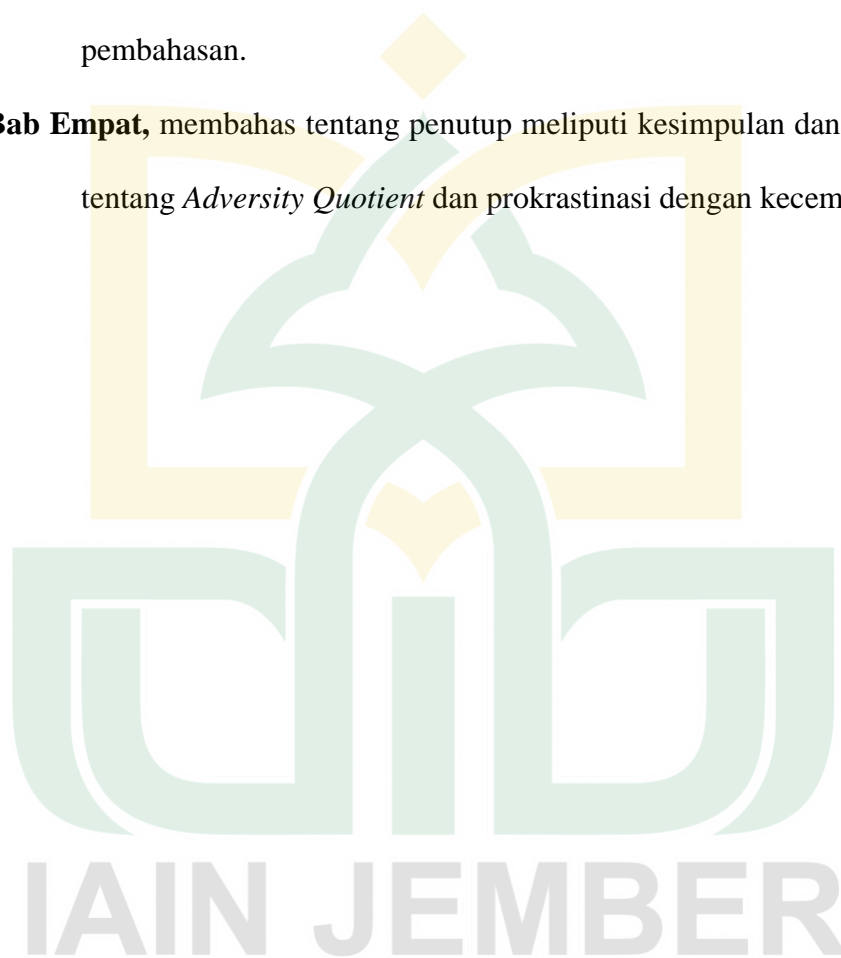
Untuk mempermudah dalam pemahaman isi skripsi perlu adanya gambaran singkat yang telah dirumuskan di dalam sistematika pembahasan terbagi menjadi empat bab, adapun sistematikanya sebagai berikut:

Bab Satu, membahas tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, yang dilanjutkan dengan ruang lingkup penelitian, definisi operasional, asumsi penelitian (jika ada), hipotesis, metode penelitian dan diakhiri dengan sistematika pembahasan.

Bab Dua, membahas tentang kajian kepustakaan yang meliputi penelitian terdahulu dan kajian teori *Adversity Quotient* dan prokrastinas dengan tingkat kecemasan mahasiswa.

Bab Tiga, membahas tentang penyajian data dan analisis meliputi gambaran objek penelitian data, analisis dan pengujian hipotesis, dan pembahasan.

Bab Empat, membahas tentang penutup meliputi kesimpulan dan saran-saran tentang *Adversity Quotient* dan prokrastinasi dengan kecemasan.



BAB II

KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Penelitian Terdahulu

1. Dewi Mutia, 2018, skripsi Universitas Islam Indonesia “Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Prokrastinasi dalam Mengerjakan Tugas Akhir pada mahasiswa Program Studi X”³³

Hasil penelitiannya menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi dalam mengerjakan, tugas akhir.

Dalam skripsi ini terdapat keterkaitan dengan penelitian yang akan dikaji oleh penulis, yang mana dalam skripsi ini meneliti tentang Hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dalam menyelesaikan proses skripsi, sama-sama menggunakan metode kuantitatif, perbedaannya antara yang penulis kaji dengan skripsi Dewi Mutia (2018) terletak pada variabel Y, pada skripsi Dewi Mutia (2018) Hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas akhir pada mahasiswa Program Studi X di Universitas Islam Indonesia, sedangkan yang penulis kaji adalah *adversity quotient* dan prokrastinasi dalam menyelesaikan proses skripsi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah Ilmu dan Keguruan Tinggi IAIN Jember.

³³ Dewi Mutia, *Hubungan antara Adversity Quotient an Prokrastinasi dalam Mengerjakan Tugas Akhir Pada Mahasiswa Program Studi X Di Unuversitas Islam Indonesia Tahun 2018*. (Skripsi, UI Indonesia, 2018)

2. Ulfa Rasyidin, 2018, Skripsi UIN Ar-Raniry Aceh “Hubungan *Adversity Quotient* dengan Kecemasan dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Aceh”³⁴

Hasil penelitiannya menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi.

Dalam skripsi ini terdapat keterkaitan dengan penelitian yang akan dikaji oleh penulis, yang mana dalam skripsi ini meneliti tentang hubungan antara *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa, sama-sama menggunakan metode kuantitatif, perbedaannya antara yang penulis kaji dengan skripsi Ulfa Rasyid terletak pada variabel terikatnya yang kedua, pada skripsi Ulfa Rasyid menggunakan *adversity quotient* saja yang digunakan. Sedangkan penulis yang akan kaji menggunakan dua variabel bebas yakni *adversity quotient* dan prokrastinasi.

3. Dwi Wahyu Sho'imah, 2010, skripsi Universitas Sebelas Maret Surakarta “Hubungan *Adversity Quotient* dan *Self Efficacy* dengan Toleran Terhadap Stres Mahasiswa”.

Hasil penelitiannya menunjukkan terdapat hubungan positif antara *adversity quotient* dan *self efficacy* dengan toleran terhadap stres pada mahasiswa.

³⁴ Ulfa Rasyid, *Hubungan antara Adversity Quotient dengan Kecemasan dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Aceh Tahun 2018*. (Skripsi, UIN Ar-Raniry Aceh, 2018).

Dalam skripsi ini terdapat keterkaitan dengan penelitian yang akan dikaji oleh penulis, yang mana dalam skripsi ini meneliti tentang hubungan antara *adversity quotient* dan *self efficacy* dengan toleran terhadap stres pada mahasiswa sama menggunakan metode kuantitatif, perbedaannya dengan skripsi dengan skripsi Dwi Wahyu Sho'imah dengan penulis yang akan dikaji yaitu terletak pada variabel bebas yang kedua dan variabel terikatnya. Jika skripsi Dwi Wahyu Sho'imah (2010) menggunakan *self efficacy* sebagai variabel bebas yang kedua dan toleransi sebagai variabel terikatnya. Sedangkan penulis yang akan dikaji menggunakan prokrastinasi sebagai variabel bebas yang kedua dan kecemasan sebagai variabel terikatnya.

Tabel 2.1
Data Perbedaan dan Persamaan
Penelitian Terdahulu dengan Penelitian Sekarang

Nama	Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
Dewi Mutia	2018	Hubungan antara Adversity Quotient dan Prokrastinasi dalam Mengerjakan Tugas Akhir Pada Mahasiswa Program Studi X	Sama-sama meneliti <i>adversity quotient</i> dan prokrastinasi dan menggunakan penelitian kuantitatif	Pada kajian dalam penelitian Dwi variabel Y adalah prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas akhir, sedangkan variabel Y yang penulis teliti adalah tingkat kecemasan
Ulfa Rasyidin	2018	Hubungan <i>adversity quotient</i> dengan kecemasan dalam menyelesaikan	Sama-sama meneliti <i>adversity quotient</i> dan prokrastinasi dan	Pada kajian dalam penelitian Ulfa menggunakan satu variabel bebas. Sedangkan

		skripsi pada mahasiswa UIN Ar-Raniry	menggunakan penelitian kuantitatif	penulis yang akan dikaji menggunakan dua variabel bebas yaitu <i>adversity quotient</i> dan prokrastinasi.
Dwi Wahyu Sho'imah	2010	Hubungan <i>adversity quotient</i> dan <i>Self Efficacy</i> dengan Toleransi Terhadap Stres pada Mahasiswa	Sama-sama meneliti <i>adversity quotient</i> dan menggunakan metode kuantitatif	Pada kajian dalam penelitian. Dwi menggunakan variabel bebasnya <i>adversity quotient</i> dan <i>self efficacy</i> sebagai variabel Y menggunakan toleransi. Sedangkan penulis yang akan dikaji menggunakan <i>adversity quotient</i> dan prokrastinasi sebagai variabel bebasnya dan tingkat kecemasan sebagai variabel Y.

B. Kajian Teori

1. Kajian teori tentang *Adversity Quotient*

a. Pengertian *Adversity Quotient*

Menurut Stoltz *adversity quotient* merupakan sejauh mana sebuah kemampuan individu mampu bertahan menghadapi berbagai macam kesulitan hingga menemukan jalan keluar dan bagaimana memanfaatkan potensi yang dimiliki untuk mengatasi kesulitan yang dialami. *Adversity quotient* akan dapat memberitahukan seberapa baik

seseorang dan mampu mengatasi kesulitan, dapat meramalkan siapa yang mampu bertahan dengan kesulitan siapa saja yang akan hancur, dapat meramalkan siapa saja yang akan melampaui harapan-harapan dan potensi yang dimiliki saerta siapa saja yang akan gagal, dan memprediksi siapa yang akan menyerah dan yang akan bertahan.³⁵

Adversity quotient mengembangkan teori-teori atribut dengan melihat bagaimana individu mengatribusikan suatu stimulus baik eksternal maupun internal, dengan mengetahui bagaimana satu individu memposisikan dirinya atas stimulus-stimulus, maka konsep *adversity quotient* menjelaskan bagaimana satu individu mampu menguasai diri dan mengendalikan situasi yang berhubungan dengan dirinya.³⁶ Kemampuan menguasai dan mengendalikan yang tinggi berarti individu memiliki keberdayaan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan yang dihadapi. Demikian pula sebaliknya, kemampuan menguasai dan mengendalikan yang rendah berarti individu memiliki ketidak keberdayaan menghadapi kesulitan-kesulitan.

b. Dimensi- dimensi *Adversity Quotient*

Adapun Dimensi-dimensi *Adversity Quotient* Menurut Stoltz,

Adversity quotient terdiri dari empat dimensi sebagai berikut.³⁷

³⁵ Paul G. Stoltz, 46.

³⁶ Ibid., 48

³⁷ Ibid., 140.

1) *Control* (kendali)

Kemampuan untuk mengendalikan diri terhadap situasi yang sulit atau sesuatu yang mungkin tidak dapat dilakukan. Individu yang memiliki kendali tinggi akan berusaha semaksimal mungkin untuk menghadapi kesulitan dan keluar dari masalah yang dihadapi, selalu mencari jalan keluar, dan bersikap optimis.

Kendali diawali dengan individu yang memiliki pemahaman bahwa sesuatu apapun itu dapat dilakukan. Perasaan mampu untuk mengatasi sesuatu itulah yang membuat individu bertindak. Apabila tidak memiliki pemikiran ini maka individu cenderung untuk menyerah kepada keadaan yang sulit. Sebaliknya dengan adanya kendali terhadap kesulitan maka hidup akan dapat diubah dan tujuan-tujuan yang ingin dicapai terwujud. Nilai yang tinggi pada dimensi ini menunjukkan kemungkinan besar akan kemampuan seseorang dalam menghadapi situasi-situasi yang sulit.³⁸

2) *Origin dan Ownership*

Dimensi ini mempertanyakan dua hal mengenai siapa atau apa yang menjadi asal usul atau penyebab suatu kesulitan dan sampai sejauh manakah individu mengakui akibat-akibat kesulitan tersebut. *Origin* merupakan dimensi yang mempertanyakan siapa atau apa yang menjadi penyebab kesulitan. Dimensi ini berkaitan

³⁸ Ibid., 141.

dengan rasa bersalah. Individu yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang rendah, cenderung menempatkan rasa bersalah yang tidak semestinya atas peristiwa-peristiwa yang buruk yang terjadi. Dalam banyak hal, mereka melihat dirinya sendiri sebagai satu-satunya penyebab atau origin (asal-usul) kesulitan tersebut. Selain itu, individu yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang rendah juga cenderung untuk menyalahkan diri mereka sendiri. *Ownership* merupakan dimensi yang mempertanyakan sejauh mana individu mengakui akibat yang ditimbulkan dari situasi yang sulit. Mengakui akibat yang ditimbulkan dari situasi yang sulit mencerminkan sikap tanggung jawab (*ownership*). Individu yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi mampu bertanggung jawab dan menghadapi situasi sulit tanpa menghiraukan penyebabnya, serta tidak akan menyalahkan orang lain. Rasa tanggung jawab yang dimiliki menjadikan individu yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi membuat mereka jauh lebih berdaya untuk bertindak daripada individu yang memiliki *adversity quotient* yang rendah. Individu yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi cenderung lebih unggul daripada orang yang memiliki *adversity quotient* rendah dalam kemampuan untuk belajar dari kesalahan-kesalahan³⁹.

³⁹ Ibid., 147.

3) *Reach* (Jangkauan)

Dimensi ini mempertanyakan sejauh manakah suatu kesulitan akan menjangkau bagian-bagian lain dari kehidupan individu. Semakin rendah skor pada dimensi ini, maka semakin besar kemungkinan individu menganggap peristiwa-peristiwa buruk sebagai bencana, dengan membiarkannya meluas, seraya menyedot kebahagiaan dan ketenangan pikiran saat prosesnya berlangsung. Menganggap suatu kesulitan sebagai bencana dan bisa sangat berbahaya karena akan menimbulkan kerusakan yang signifikan bila dibiarkan tak terkendali. Sebaliknya, semakin tinggi skor pada dimensi ini, semakin besar pula kemungkinan individu membatasi jangkauan masalahnya pada peristiwa sulit yang sedang dihadapi.⁴⁰

4) *Endurance* (Daya Tahan)

Dimensi ini mempertanyakan dua hal yang berkaitan dengan seberapa lama kesulitan akan berlangsung dan seberapa penyebab kesulitan akan berlangsung. Orang yang melihat kemampuan mereka sebagai penyebab kegagalan (penyebab yang stabil) cenderung kurang bertahan dibandingkan dengan orang yang mengaitkan kegagalan dengan usaha (penyebab yang sifatnya sementara) yang mereka lakukan. Individu yang memiliki skor tinggi pada dimensi ini cenderung akan memandang kesuksesan

⁴⁰ Ibid., 158.

sebagai sesuatu yang berlangsung lama, atau bahkan permanen dan akan menganggap kesulitan dan penyebab-penyebabnya sebagai sesuatu yang bersifat sementara. Sebaliknya, semakin rendah skor pada dimensi ini maka semakin besar kemungkinan individu memandang kesulitan dan penyebab-penyebabnya sebagai peristiwa yang berlangsung lama, dan menganggap peristiwa-peristiwa positif sebagai sesuatu yang bersifat sementara.⁴¹

2. Kajian Teori Tentang Prokrastinasi

a. Pengertian Prokrastinasi

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin, yaitu *procrastinare* yaitu pro yang artinya maju, ke depan, lebih menyukai, dan *crastinus*, yang berarti besok atau menjadi hari esok. Jadi dari asal katanya prokrastinasi adalah lebih suka melakukan pekerjaan besok.⁴²

Pada akhirnya, penundaan atau penghindaran tugas yang kemudian tersebut prokrastinasi tidak terlalu diartikan sama dalam persepektif budaya dan bahasa manusia. Seseorang yang mempunyai kecenderungan menunda atau tidak segera memulai pekerjaan, ketika menghadapi suatu pekerjaan dan tugas tersebut seseorang yang melakukan prokrastinasi. tidak peduli apakah penundaan tersebut memiliki penjelasan atau alasan atau tidak.⁴³

⁴¹ Ibid., 162.

⁴² Ghufro dan Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), 150.

⁴³ Ibid., 150.

Prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua yaitu, *functional procrastination*, yaitu penundaan menyelesaikan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih secara lengkap dan akurat. *Disfunctional procrastination*, yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek dan menimbulkan masalah.⁴⁴

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai penundaan yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam mengerjakan tugas.⁴⁵

b. Aspek-aspek Prokrastinasi

Suatu perilaku prokrastinasi dan penundaan dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati aspek-aspek tertentu, yang meliputi:⁴⁶

1) Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi sadar bahwa tugas maupun tugas akhir/skripsi yang harus segera diselesaikan merupakan tanggung jawab, berguna dan penting bagi dirinya. Namun pada kenyataannya individu cenderung menunda-nunda atau mengabaikan untuk mulai mengerjakannya atau menunda untuk menyelesaikan sampai selesai ketika sudah mulai

⁴⁴ Ferarri dalam R. Wulan, *Hubungan antara Gaya Pengasuhan Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik*, Skripsi (Jogjakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, 2000).

⁴⁵ Ghufron dan Risnawati, 155.

⁴⁶ Ibid., 158.

mengerjakan sebelumnya dan memilih untuk menghindar daripada menyelesaikan tugas akhirnya dengan segera.

2) Keterlambatan/kelambanan dalam menyelesaikan tugas

Mahasiswa yang melakukan prokrstinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan dalam mengerjakan tugas maupun tugas akhir/skripsi sehingga tidak dapat menyelesaikan tugasnya sesuai batas waktu yang telah ditentukan yaitu enam bulan dan maksimum 12 bulan. Mahasiswa menghabiskan waktunya yang berguna untuk mempersiapkan dirinya secara berlebihan bahkan melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian skripsi tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki sehingga mahasiswa gagal menyelesaikan tugasnya dalam waktu yang ideal. Tindakan tersebut yang terkadang mengakibatkan mahasiswa tidak berhasil menyelesaikan tugas akhirnya secara memadai.

3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Mahasiswa prokrstinator memiliki kesulitan memenuhi batas waktu untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan dirinya maupun orang lain. *Deadline* yang ditentukan baik dari dirinya sendiri maupun dari orang lain akhirnya cenderung sering mengalami keterlambatan.

4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan

Mahasiswa prokrastinator cenderung tidak langsung mengerjakan tugas akhirnya, ia menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktifitas lain di luar akademik yang dianggap lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan seperti bermain dengan temannya, menonton televisi, bermain video game, jalan-jalan, mendengarkan musik sebagai bentuk penolakan atau menghindari dari tugas yang menjadi tanggung jawabnya untuk diselesaikan sehingga menyita waktu yang dimiliki yang seharusnya digunakan untuk menyelesaikan tugasnya.

3. Kajian Teori Tentang Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak mengenal kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang.⁴⁷

Ulfa Rasyidin dalam penelitiannya mengungkapkan kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Misalnya individu mencemaskan masa depan yang akan ia hadapi, hal tersebut masih bersifat normal apabila bisa mendorong individu tersebut untuk

⁴⁷ Ibid., 141

melakukan hal yang lebih positif dalam mengantisipasi timbulnya kecemasan yang tergolong abnormal.⁴⁸

Dari pengertian di atas penulis menyimpulkan bahwa kecemasan yaitu suatu keadaan di mana individu merasa takut dan khawatir terhadap sesuatu yang akan terjadi, kecemasan tersebut timbul karena dihadapkan pada situasi tertentu. Kecemasan juga merupakan suatu perasaan terancam sebagai tanggapan terhadap sesuatu yang sebenarnya tidak mengancam dalam hal ini yaitu kecemasan dalam menyelesaikan skripsi.

b. Aspek-aspek Kecemasan

Ada tiga aspek kecemasan yaitu emosi (*emotional*), kognitif (*cognitive*), dan fisik (*psychological*).⁴⁹

- 1) Emosi (*Emotional*)
- 2) Aspek ini menerangkan bahwa individu dapat dikatakan memiliki kecemasan ketika individu tersebut dengan sadar sering merasakan ketakutan.
- 3) Kognitif (*cognitive*)

Aspek ini menerangkan bahwa individu memiliki rasa takut, yang kemudian meningkat sehingga menyebabkan individu tidak dapat berpikir dengan jernih, memecahkan masalah dan menangani tuntutan sosial.

⁴⁸ Ulfa Rasyidin, "Hubungan *Adversity Quotient* Dengan Kecemasan Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Ar-Raniry", *Skripsi* (Banda Aceh: Fakultas Psikologi, 2018)

⁴⁹ Ghufro dan Risnawati, 144.

4) Fisik (*physiological*)

Aspek ini menerangkan bahwa individu merespons tubuh terhadap rasa takut untuk menggerakkan diri pada tindakan, baik atau tidak tindakan tersebut. Pengarahan ini adalah sebagian besar kerja dari sistem saraf otonom, yang mengendalikan banyak otot tubuh dan kelenjar. Ketika pikiran tersita oleh rasa takut, sistem otonom beralih tubuh dalam keadaan gairah intens. Reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran yang berkaitan dengan sistem saraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat, tekanan darah meningkat.

4. Kajian Teori Tentang Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Prokrastinasi dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa

Kewajiban mahasiswa sebagai generasi akademika adalah dituntut untuk belajar, menuntut ilmu, menyelesaikan tugas serta menyelesaikan masa studinya sesuai dengan waktu yang ideal. Masalah yang selalu dialami mahasiswa tingkat akhir adalah kewajibannya dalam penyusunan tugas akhir sebagai salah satu syarat kelulusan. Tugas akhir adalah salah satu tugas yang harus dikerjakan seorang mahasiswa dalam mengikuti pendidikan di perguruan tinggi. Tugas akhir ini merupakan prasyarat yang harus dipenuhi oleh mahasiswa sebagai bentuk evaluasi akhir mahasiswa untuk memecahkan suatu masalah secara ilmiah dan untuk menentukan

apakah mahasiswa tersebut layak untuk mendapatkan gelar sarjana S-1 atau tidak.⁵⁰

Fenomena yang tampak adalah beberapa mahasiswa merasa kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan dan sering mengalami keterlambatan, maka hal ini dikatakan sebagai prokrastinator (orang yang melakukan prokrastinasi).⁵¹ Perilaku prokrastinasi memiliki kecenderungan menunda-nunda, menolak tugas, dan mengalihkan pada aktivitas lain yang lebih menarik. Penundaan ini akan berdampak pada banyaknya waktu yang terbuang sia-sia yang sebenarnya dapat digunakan mahasiswa untuk menyelesaikan skripsinya dengan tepat waktu, sehingga proses untuk memperoleh gelar sarjana dapat dilakukan sesuai dengan waktu yang ideal untuk menyelesaikan studinya yaitu empat tahun.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir pastinya pernah mengalami berbagai kesulitan. Kesulitan inilah yang membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi salah satunya adalah rasa malas. Perilaku ini muncul disebabkan oleh beberapa hal seperti kesulitan mencari judul, mencari referensi, dosen pembimbing yang banyak tuntutan dan sulit untuk ditemui. Ditinjau dari aspek *control* dari *adversity quotient*, rasa malas ini muncul karena ketidakmampuan diri dalam mengendalikan

⁵⁰ Tim Penyusun IAIN Jember, *Pedoman Pendidikan S-1* (Jember: IAIN Jember Press, 2018), 61.

⁵¹ Ghufro dan Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, ed. Rose (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), 149-151.

perasaan dan kesulitan dan hambatan yang muncul ketika sedang mengerjakan tugas akhir.⁵²

Kemudian, mahasiswa yang mengerjakan mengalami kesulitan dan melakukan prokartinasi akan menyebabkan timbul kecemasan dan merasa kegelisahan.



⁵² Vika, *Wawancara*, 14 Juli 2019.

BAB III

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA

A. Gambaran Obyek Penelitian

Obyek yang menjadi objek penelitian dalam menyusun skripsi ini adalah IAIN Jember. Kemudian untuk mendapatkan gambaran lengkap tentang latar belakang objek penelitian ini dapat dikemukakan secara sistematis sebagai berikut:

1. Sejarah Institut Agama Islam Negeri Jember

Institut Agama Islam Negeri Jember atau IAIN Jember adalah Perguruan Tinggi Agama Islam Negeri di Jember provinsi Jawa Timur. IAIN Jember didirikan berdasarkan pada Surat Keputusan Presiden Nomor 11 Tanggal 21 Maret 1997 bertepatan dengan Tanggal 12 Dzulqaidah 1417 H. Sebagai pengembangan dari IAIN Sunan Ampel Cabang Jember. Yangmana perwujudan dari gagasan dan hasrat umat Islam untuk mencetak kader pemimpin dan intelektual muslim bagi kepentingan perjuangan bangsa. Bermula dari hasil keputusan konferensi Ulama Syuriah NU Cabang Jember 30 September 1964. Panitia pendiri adalah KH Achmad Siddiq dan Jajarannya. Pada awal 1965 berdirilah Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Djember (IAID). Ketika itu konsultasi terus dilakukan antara KH Achmad Siddiq dan Jajarannya juntuk menjajaki penegerian Fakultas Tarbiyah IAID. Dalam perjalanan sejarahnya, STAIN Jember kemudian menjadi sebuah perguruan tinggi agama Islam milik

pemerintah. Antara lain, pada 21 Februari 1966 (Senin, 30 Syawal 1385) Fakultas Tarbiyah IAID secara resmi dinegerikan menjadi Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Ampel Cabang Jember.⁵³

2. Visi Misi Institut Agama Islam (IAIN) Jember

Adapun Visi dan Misi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember dalah sebagai berikut:

a. Visi

Sebagai upaya memberikan arah dan kepastian cita-cita yang hendak diwujudkan oleh IAIN Jember sebagai bukti nyata keikutsertaannya membangun peradaban dengan menghidupkan tradisi Islam dalam bingkai Islam Nusantara, maka ditetapkan visi dan Misi IAIN Jember, adapun Visi dimaksud adalah “ Menjadi Pusat Kajian dan Pengembangan Islam Nusantara”.

b. Misi

Dalam rangka menjabarkan visi agar dapat diejawantakan dalam bentuk tugas yang harus dilakukan dan diwujudkan ke depan, maka IAIN Jember mengemban sebagai berikut:

- 1) Menyelenggarakan pendidikan studi ilmu-ilmu Keislaman, sosial dan humaniora yang kompetitif.
- 2) Menyelenggarakan penelitian untuk menemukan dan mengembangkan khazanah keilmuan Islam Nusantara.

⁵³ <http://id.m.wikipedia.org/wiki/IAIN-Jember> , 17:47 (Jumat, 24 Januari 2020)

- 3) Menyelenggarakan pemberdayaan masyarakat untuk menciptakan kualitas hidup manusia yang adil dan sejahtera.
- 4) Mengembangkan kelembagaan dan menjalin kerjasama dengan berbagai lembaga lokal, nasional dan internasional.⁵⁴

3. Tujuan Institut Agama Islam (IAIN) Jember

Adapun tujuan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember yang hendak diraih visi dan misi tersebut adalah:

- a. Terlaksananya pendidikan ilmu-ilmu keislaman, sosial dan humaniora berbasis riset yang unggul dan kompetitif.
- b. Menghasilkan penelitian yang mengembangkan dan mengintegrsikan aspek keilmuan, dan keislaman berbasis pesantren.
- c. Terbangunnya pola pemberdayaan masyarakat kyang bertumpu pada nilai-nilai keislaman berbasis pesantren untuk meningkatkan taraf dan kualitas kehidupan masyarakat dan;
- d. Memiliki tata kelola yang baik (*good govermance*) dan system manajemen dan kelembagaan yang profesional untuk menghasilkan pelayanan prima kepada sitivis akademika dan masyarakat.⁵⁵

4. Letak Geografis Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember

Institut Agama Islam Negeri Jember ini tempatnya terletak di Mataram No. 01 Mangli, Telp. (0331) 487550 Fa. (0331) 427005, kode pos 681316. Adapun batas-batasnya adalah sebagai berikut:

⁵⁴ Ibid., 87-107.

⁵⁵ Ibid., 118

- a. Batas sebelah utara : Perumahan Milenia
- b. Batas sebelah selatan : Persawahan dan sungai Bedadung
- c. Batas sebelah barat : Perumahan penduduk
- d. Batas sebelah timur : Perumahan Penduduk dan Persawahan⁵⁶

B. Penyajian Data

Dalam penelitian ini untuk memperoleh data peneliti menggunakan metode *skala likert* yang diberikan pada 664 Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Jember. Sedangkan teknik penentuan responden peneliti menggunakan teknik populasi *research*.

Selanjutnya, untuk memperoleh data tentang hubungan antara Adversity Quotient dan prokrastinasi dengan kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi maka instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuisioner dengan skala *likert* yang diisi atau dijawab oleh 664 mahasiswa IAIN Jember. Oleh karena itu terlebih dahulu akan dikemukakan ketentuan sebagai berikut:

1. Uji Validitas dan Realibitas

a. Uji Validitas

Menggunakan jumlah responden sebanyak 20 responden dari angkatan 2015 di fakultas Tarbiyah. Maka nilai r tabel dengan taraf nyata (α) 5%, untuk *degree of freedom* (df)= n-k, jadi df=20-2= 18,

⁵⁶ Observasi, Jember 22 September 2019.

maka $r_{\text{tabel}} = 0,378$. butir pertanyaan dikatakan valid jika nilai $r_{\text{hitung}} >$

r_{tabel}

Tabel 3.1
Data Mahasiswa/Responden Hasil Uji Validitas Adversity Quotient (X1)
dengan Skala Likert

No.	Nama Mahasiswa	Skor untuk item nomor :																		Total
		1	2	4	3	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
1	M. Ulya Syafii	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	59
2	Naimatul Istiqomah	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	59
3	RiskiyatuL Lailiyah	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	54
4	Pinkan Roro W	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
5	Hilda Amalia	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
6	Yofira Septina Diah	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	57
7	Irana Mulyani	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	47
8	Devi Marla H	3	3	2	3	3	3	1	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	47
9	Robi'ah Al Adawi	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	44
10	Vika Fatmawati	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	49
11	Luluk Nur Atiqoh	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	3	47
12	Fitriyani	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	2	2	1	2	3	2	3	44
13	Sa'diyah	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	54
14	Yusuf Taufik	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	58
15	Humairotuz Zahro	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	62
16	Nindia Fiadelima	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	56
17	Luluk Afifah	3	3	3		3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	57
18	Ahmad Nurul Arifin	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	58
19	Vica Nilaur Rohmah	3	4	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	57
20	Iin Diana	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	58

Keterangan:

- 1) Kolom 1 = Nomor Responden
- 2) Kolom 2 = Nama Responden
- 3) Kolom 3-20 = Butir Soal
- 4) Kolom 21 = Jumlah

Untuk mengetahui rekap hasil uji validitas tentang *Adversity*

Quotient maka disajikan dalam tabel sabagai berikut:

Tabel 3.2
Rekapitulasi Hasil Uji Validitas *Adversity Quotient* (X1)⁵⁷

No Item	r hitung	r tabel	Keterangan
1	2	3	4
1	-0,0715	0,378	Tidak Valid
2	0,103603	0,378	Tidak Valid
3	0,58084	0,378	Valid
4	0,39242	0,378	Valid
5	0,4313	0,378	Valid
6	0,70016	0,378	Valid
7	0,75356	0,378	Valid
8	0,53454	0,378	Valid
9	0,42684	0,378	Valid
10	0,67676	0,378	Valid
11	0,41083	0,378	Valid
12	0,65705	0,378	Valid
13	0,66089	0,378	Valid
14	0,81346	0,378	Valid
15	0,82012	0,378	Valid
16	0,48125	0,378	Valid
17	0,38633	0,378	Valid
18	0,4313	0,378	Valid

⁵⁷ Hasil perhitungan excel 2013l.

Keterangan :

- 1) Kolom 1 = Nomor Item
- 2) Kolom 2 = Koefisien Korelasi(r_{hitung})
- 3) Kolom 3 = r_{tabel}
- 4) Kolom 4 = Kriteria

Dari keterangan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa, angket untuk X1 terdapat 18 item semua dinyatakan valid 16 dan tidak valid 2. Untuk mengetahui hasil uji validitas prokrastinasi akan disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3.3
Data mahasiswa/Responden Hasil Uji Validitas Prokrastinasi (X2) dengan Skala Likert

No.	Nama Mahasiswa	Skor untuk item nomor :										Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	M. Ulya Syafii	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	32
2	Naimatul Istiqomah	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
3	RiskiyatuL Lailiyah	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	31
4	Pinkan Roro W	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	29
5	Hilda Amalia	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
6	Yofira Septina Diah	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	31
7	Irana Mulyani	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	28
8	Devi Marla H	3	2	2	3	3	3	1	3	2	2	26
9	Robi'ah Al Adawi	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	23
10	Vika Fatmawati	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	27
11	Luluk Nur Atiqoh	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	29
12	Fitriyani	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	27
13	Sa'diyah	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
14	Yusuf Taufik K	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	29
15	Humairotuz Zahro	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	34
16	Nindia Fiadelima	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	29
17	Luluk Afifah	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	32

18	Ahmad Nurul Arifin	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	33
19	Vica Nilaur Rohmah	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	32
20	Iin Diana	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	32

Keterangan:

1) Kolom 1 = Nomor Responden

2) Kolom 2 = Nama Responden

3) Kolom 3-12 = Butir Soal

4) Kolom 13 = Jumlah

Untuk mengetahui rekap hasil uji validitas tentang Prokrastinasi maka disajikan dalam tabel sabagai berikut:

Tabel 3.4
Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Prokrastinasi (X2)⁵⁸

No Item	r hitung	r tabel	Keterangan
1	2	3	4
1	0,48913	0,378	Valid
2	0,39016	0,378	Valid
3	0,62838	0,378	Valid
4	0,48913	0,378	Valid
5	0,38669	0,378	Valid
6	0,80232	0,378	Valid
7	0,75205	0,378	Valid
8	0,6001	0,378	Valid
9	0,07751	0,378	Valid
10	0,7697	0,378	Valid

Keterangan :

1) Kolom 1 = Nomor Item

2) Kolom 2 = Koefisien Korelasi (r hitung)

⁵⁸ Hasil perhitungan excel.

3) Kolom 3 = r_{tabel}

4) Kolom 4 = Kriteria

Dari keterangan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa, angket untuk X2 terdapat 10 item semua dinyatakan valid. Untuk mengetahui hasil uji validitas Kecemasan akan disajikan pada tabel berikut :

Tabel 3.5
Data mahasiswa/Responden Hasil Uji Validitas Kecemasan (Y)
dengan Skala Likert

No	Nama Mahasiswa	Skor untuk item nomor :										Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
I	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	M. Ulya Syafii	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	23
2	Naimatul Istiqomah	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	23
3	RiskiyatuL Lailiyah	3	2	3	2	1	3	2	2	2	2	21
4	Pinkan Roro W	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	22
5	Hilda Amalia	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	19
6	Yofira Septina Diah	3	1	2	2	2	3	2	2	1	2	21
7	Irana Mulyani	3	1	1	2	2	3	2	2	1	2	19
8	Devi Marla H	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	21
9	Robi'ah Al Adawi	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	20
10	Vika Fatmawati	3	2	2	1	1	3	2	2	2	1	20
11	Luluk Nur Atiqoh	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	23
12	Fitriyani	3	1	2	2	1	3	1	1	2	2	19
13	Sa'diyah	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	21
14	Yusuf Taufik K	3	1	2	1	1	3	1	1	2	1	18
15	Humairotuz Zahro	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	20
16	Nindia Fiadelima	3	1	4	2	1	3	2	2	2	2	21
17	Luluk Afifah	3	1	2	1	1	3	2	2	2	2	19
18	Ahmad Nurul Arifin	3	1	2	2	1	3	2	2	1	2	18
19	Vica Nilaur Rohmah	3	1	2	1	1	3	1	2	1	1	18
20	Iin Diana	3	1	2	2	1	3	2	2	1	2	20

Keterangan:

- 1) Kolom 1 = Nomor Responden
- 2) Kolom 2 = Nama Responden
- 3) Kolom 3-12 = Butir Soal
- 4) Kolom 13 = Jumlah

Untuk mengetahui rekap hasil uji validitas tentang Kecemasan maka disajikan dalam tabel sabagai berikut:

Tabel 3.6
Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Kecemasan (Y)⁵⁹

No Item	r _{hitung}	r _{tabel}	Keterangan
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
1	0,24617	0,378	Tidak Valid
2	0,65341	0,378	Valid
3	0,43924	0,378	Valid
4	0,48918	0,378	Valid
5	0,63119	0,378	Valid
6	0,04344	0,378	Tidak Valid
7	0,52147	0,378	Valid
8	0,37872	0,378	Valid
9	0,46831	0,378	Valid
10	0,43309	0,378	Valid

Keterangan :

- 1) Kolom 1 = Nomor Item
- 2) Kolom 2 = Koefisien Korelasi (r_{hitung})
- 3) Kolom 3 = r_{tabel}
- 4) Kolom 4 = Kriteria

⁵⁹ Hasil perhitungan excel.

Dari keterangan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa, angket Y dari banyaknya 10 item terdapat 2 item tidak valid. Jadi dari jumlah item $X1 = 18$ dan $X2 = 10$ dan $Y = 10$ dan yang tidak valid 4, maka jumlah item yang valid dari $X1$ dan $X2$ adalah 34 item.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui apakah jawaban yang diberikan responden dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Reliabilitas berarti konsistensi dimana suatu instrumen menghasilkan hasil skor yang sama.⁶⁰

Pengukuran reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan metode Cronbach Alpha akan menghasilkan nilai Alpha dalam skala 0-1, yang dapat dikelompokkan dalam lima kelas. Nilai masing-masing kelas dan tingkat reliabilitasnya seperti terlihat pada tabel berikut:

Tabel 3.7
Tingkat Reliabilitas Cronbach Alpha

Alpha	Tingkat Reliabilitas
0,00 - 0,20	Kurang Reliabel
0,21 - 0,40	Agak Reliabel
0,41 - 0,60	Cukup Reliabel
0,61 - 0,80	Reliabel
0,81 - 1,00	Sangat Reliabel

Sumber data.⁶¹

⁶⁰ M. Djunaidi Ghony, *Petunjuk Praktis Penelitian Pendidikan* (Malang: UIN-Malang Press, 2009), 234.

⁶¹ Ibid.,28.

Tabel 3.8
Reliabilitas X1 (*Adversity Quotient*)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,69	19

Berdasarkan keterangan tabel diatas dari perhitungan SPSS yang diperoleh nilai *cronbach alpha* variabel X1 yaitu 0,69 dengan tingkat reliabilitas cukup reliable.

Tabel 3.9
Reliabilitas X2 (*Prokrastinasi*)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,80	11

Berdasarkan keterangan tabel diatas dari perhitungan SPSS yang diperoleh nilai *cronbach alpha* variabel X2 dengan nilai 0,80 mempunyai tingkat reliabilitas reliable.

Tabel 3.10
Reliabilitas Y (*Kecemasan*)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,74	11

Berdasarkan keterangan tabel diatas dari perhitungan SPSS yang diperoleh nilai Cronbach Alpha variabel Y dengan nilai 0,74 mempunyai tingkat reliabilitas agak reliable.

2. Data Hasil Penelitian

Adapun data mahasiswa/ responden yang mengisi angket dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.11
Jumlah Mahasiswa/ Responden

No	Jenis Kelamin	Jumlah
1	L	27
2	P	106

(Sumber: Akademik FTIK)

Setelah mengetahui data yang valid dan reliabel, kemudian untuk mengetahui hubungan antara Adversity Quotient dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi, maka diperlukan perincian tentang pertanyaan angket sebagai berikut:

a. Pertanyaan tentang Adversity Quotient ada 18 item

- 1) Pertanyaan tentang “Kemampuan mengendalikan dan mempengaruhi orang lain atas peristiwa atau situasi ataupun orang lain” ada 3 item
- 2) Pertanyaan tentang “Bersikap Optimis” ada 3 item
- 3) Pertanyaan tentang “Menyadari sumber masalah dan rasa tanggung jawab secara wajar” ada 3 item
- 4) Pertanyaan tentang “ Mengadakan evaluasi diri” ada 2 item
- 5) Pertanyaan tentang “ Membatasi jangkauan masalah dalam berbagai segi kehidupan” ada 2 item.

- 6) Pertanyaan tentang “Mempertahankan hal positif sebagai suatu yang belangsung lama” ada 3 item.
- 7) Pertanyaan tentang “Menganggap kesulitan sebagai sesuatu yang sementara” ada 2 item.

b. Pertanyaan tentang prokrastinasi ada 10 item

- 1) Pertanyaan tentang “Penundaan untuk memulai/ menyelesaikan tugas yang dihadapi” ada 4 item.
- 2) Pertanyaan tentang “Keterlambatan/kelambatan dalam menyelesaikan tugas” ada 1 item.
- 3) Pertanyaan tentang “Adanya kesenjangan antara rencana dan kinerja actual” ada 3 item.
- 4) Pertanyaan tentang “Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan” ada 2 item,

c. Pertanyaan tentang Kecemasan ada 10 item

- 1) Pertanyaan tentang “Timbulnya kekhawatiran yang mengganggu” ada 1 item.
- 2) Pertanyaan tentang “Akan mengalami hal buruk ketika menyelesaikan proses skripsi” ada 2 item.
- 3) Pertanyaan tentang “Menghindari pembicaraan skripsi” ada 1 item.
- 4) Pertanyaan tentang “Mengalihkan perhatian seputar penyelesaian skripsi” ada 2 item.
- 5) Pertanyaan tentang “Badan Mudah Berkeringat” ada 2 item.

6) Pertanyaan tentang “Otot menjadi tegang” ada 2 item.

d. Skoring Data

Skoring data adalah perhitungan skor yang diperoleh dari masing-masing responden sesuai dengan ketentuan sebagai berikut;

Tabel 3.12
Pemberian skor (skala *likert*)

No	Jawaban	Skor	
		Negatif	Positif
1	Sangat Setuju	1	4
2	Setuju	2	3
3	Kurang Setuju	3	2
4	Tidak Setuju	4	1

e. Tabulasi data

Setelah skoring data, selanjutnya data akan dimasukkan dalam tabel persiapan dan tabel kerja. Untuk lebih jelasnya disajikan data hasil angket dengan *skala likert* dalam tabel berikut ini:

IAIN JEMBER

Tabel 3.13
Daftar Hasil Skor Data Adversity Quotient (X1)

<i>No Res.pden</i>	Nomor Butir Soal																		Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
<i>1</i>	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	59
2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	59
3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	55
4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	55
6	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	58
7	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	49
8	3	3	2	3	3	3	1	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	47
9	3	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	40
10	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	4	49
11	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	2	3	4	49
12	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	2	1	2	3	2	3	45
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	56
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	58
15	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	3	3	4	61
16	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	57
17	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	57
18	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	58

19	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	57
20	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	57
21	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
22	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	56
23	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	57
24	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	55
25	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	57
26	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
27	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	53
28	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	58
29	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	55
30	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	4	55
31	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	56
32	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
33	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
34	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	57
35	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	57
36	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	57
37	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
38	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	55
39	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	54
40	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	56
41	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	58

42	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	57
43	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	59
44	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	57
45	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	58
46	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	58
47	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
48	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	55
49	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	54
50	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	54
51	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	57
52	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	55
53	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
54	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
55	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	56
56	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
57	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	56
58	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	57
59	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	58
60	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
61	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	55
62	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
63	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	57
64	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56

65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	56
66	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	56
67	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
68	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	55
69	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
70	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	58
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	55
72	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
73	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
74	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	56
75	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
76	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
77	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	57
78	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
79	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	57
80	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	60
81	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	57
82	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
83	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
84	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	55
85	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	57
86	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
87	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	56

88	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
89	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
90	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	55
91	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	57
92	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	54
93	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	58
94	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	59
95	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	56
96	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	56
97	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
98	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	56
99	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	54
100	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
101	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	56
102	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
103	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	55
104	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
105	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	58	
106	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	58
107	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	60	
108	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	60
109	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	56
110	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	56

111	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	59
112	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	56
113	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	55
114	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	57
115	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
116	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
117	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	56
118	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	57
119	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	59
120	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	55
121	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	58
122	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
123	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	56
124	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
125	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	56
126	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	57
127	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	55
128	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	58
129	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	60
130	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	56
131	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	57
132	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	58
133	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	56

23	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31
24	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	29
25	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	32
26	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	29
27	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	30
28	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31
29	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	32
30	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	29
31	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	31
32	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	29
33	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	28
34	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	30
35	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	31
36	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	31
37	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
38	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	30
39	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	29
40	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	31
41	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	32
42	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	32
43	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	33
44	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	31
45	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
46	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	32
47	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	29
48	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	30
49	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	29
50	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	29
51	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	31
52	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	30
53	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	31
54	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	31
55	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	31
56	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
57	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31
58	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31
59	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	32

60	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	29
61	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	30
62	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	33
63	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	31
64	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	32
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
66	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	31
67	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	32
68	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	30
69	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	32
70	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	32
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
72	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	32
73	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	29
74	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	30
75	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	29
76	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	30
77	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	32
78	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31
79	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	31
80	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	33
81	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	32
82	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	32
83	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
84	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
85	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	31
86	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	31
87	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31
88	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	30
89	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	32
90	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
91	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
92	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	29
93	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	32
94	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	34
95	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
96	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31

97	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	32
98	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31
99	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	29
100	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	29
101	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	30
102	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
103	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
104	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	31
105	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	32
106	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	31
107	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	33
108	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	33
109	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31
110	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
111	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	33
112	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	31
113	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
114	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
115	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	31
116	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
117	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
118	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	31
119	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	32
120	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
121	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	32
122	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	33
123	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	31
124	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
125	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31
126	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	32
127	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
128	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	32
129	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	34
130	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
131	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	32
132	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	32
133	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31

Keterangan :

- 1) Kolom 1 = Nomor Responden
- 2) Kolom 2-11 = Item Soal
- 3) Kolom 12 = Jumlah

Untuk mengetahui hasil jawaban angket tentang kecemasan maka akan disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 3.15
Daftar Hasil Skor Data Kecemasan (Y)

No Responden	Skor untuk item nomor :										Total
	1	2	4	3	5	6	7	8	9	10	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12</i>
1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	23
2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	23
3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	1	21
4	4	2	2	2	2	3	2	2	2	1	22
5	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	20
6	3	1	2	2	2	3	3	2	1	2	21
7	3	1	1	2	2	3	2	2	1	2	19
8	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	21
9	3	1	1	2	2	3	3	2	2	2	21
10	3	2	2	1	1	3	2	2	2	2	20
11	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	23
12	3	1	2	2	1	3	2	1	2	2	19
13	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	21
14	3	1	2	1	1	4	2	1	2	1	18
15	3	1	2	2	2	3	1	2	2	2	20
16	3	1	4	2	1	3	2	2	2	1	21
17	3	1	2	1	1	4	1	2	2	2	19
18	3	1	2	2	1	3	2	2	1	1	18
19	3	1	2	1	1	3	2	2	1	2	18
20	3	1	2	2	1	4	2	2	1	3	21
21	3	2	2	1	1	3	2	2	2	2	20
22	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	22

23	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	22
24	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	22
25	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	22
26	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	21
27	4	2	2	1	2	3	2	2	1	2	21
28	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	21
29	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	20
30	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	20
31	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	21
32	4	1	1	2	2	3	2	2	1	1	19
33	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	20
34	3	1	1	2	2	3	2	2	2	1	19
35	3	1	2	2	2	3	2	2	1	1	19
36	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2	20
37	4	1	2	2	2	3	1	2	1	2	20
38	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2	20
39	3	1	2	2	2	3	2	2	1	1	19
40	4	1	3	2	2	3	2	2	2	2	23
41	4	2	3	2	2	3	2	2	2	1	23
42	3	1	3	2	2	2	1	2	2	1	19
43	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	19
44	3	1	3	2	2	1	2	2	2	2	20
45	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	22
46	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	23
47	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	21
48	3	2	3	1	2	3	1	2	2	2	21
49	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	21
50	3	1	3	1	2	2	1	1	2	2	18
51	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	21
52	3	2	3	2	2	3	1	2	2	2	22
53	3	2	2	2	2	3	1	1	2	2	20
54	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	19
55	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	22
56	3	2	2	2	1	1	2	1	2	2	18
57	3	2	2	2	2	3	2	1	2	2	21
58	3	2	3	2	1	3	2	1	2	2	21
59	3	2	4	2	2	3	2	1	2	2	23

60	3	2	3	2	1	3	2	2	2	2	22
61	3	2	3	1	2	3	2	2	2	2	22
62	3	2	2	2	1	3	2	1	2	2	20
63	3	2	2	1	2	3	2	2	2	1	20
64	3	2	2	2	1	3	2	2	2	1	20
65	3	2	1	2	2	3	2	2	2	1	20
66	3	2	2	2	1	3	2	2	2	1	20
67	3	2	1	1	2	3	2	2	1	2	19
68	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	21
69	4	2	1	1	2	3	2	2	1	2	20
70	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	23
71	3	2	1	1	2	3	2	2	2	3	21
72	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	21
73	3	2	1	2	2	3	1	2	1	2	19
74	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	22
75	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	20
76	3	2	2	2	2	3	1	2	2	3	22
77	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	22
78	3	2	2	2	1	3	1	2	2	2	20
79	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	21
80	3	2	3	2	2	3	1	2	2	2	22
81	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	21
82	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	21
83	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	23
84	3	2	2	1	2	3	2	2	2	1	20
85	3	1	2	1	2	3	2	2	2	1	19
86	3	2	2	1	2	4	2	2	2	1	21
87	3	1	2	1	2	1	2	2	2	1	17
88	3	2	1	1	2	1	2	2	2	2	18
89	3	1	2	1	1	1	2	2	2	3	18
90	3	2	1	1	2	2	2	2	1	2	18
91	3	2	2	1	1	3	2	2	2	2	20
92	3	2	3	1	2	2	2	2	1	3	21
93	3	2	2	1	1	3	2	2	2	2	20
94	3	2	4	1	1	2	2	1	1	2	19
95	3	2	2	1	1	3	2	2	2	2	20
96	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	22

97	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	21
98	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	22
99	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	20
100	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	21
101	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	20
102	3	2	1	2	1	3	1	2	2	2	19
103	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	21
104	3	2	3	1	2	4	2	2	2	2	23
105	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	20
106	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	19
107	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	20
108	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	19
109	3	2	2	2	2	3	1	2	1	1	19
110	3	2	2	1	2	3	2	2	2	1	20
111	3	2	2	2	2	3	1	1	2	1	19
112	3	2	1	1	2	3	2	2	2	1	19
113	3	2	3	2	2	3	1	1	2	2	21
114	3	2	2	2	2	3	2	1	2	1	20
115	3	2	3	2	2	3	1	2	2	2	22
116	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	23
117	3	2	3	2	2	3	2	1	1	2	21
118	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	23
119	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	22
120	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	21
121	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	22
122	3	2	3	2	2	3	2	1	2	2	22
123	3	2	3	2	2	3	2	1	2	2	22
124	3	2	3	1	2	3	2	1	2	2	21
125	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	21
126	3	1	2	1	2	4	2	2	2	2	21
127	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	18
128	3	1	2	1	2	1	2	2	1	2	17
129	3	1	3	2	2	1	2	2	2	2	20
130	3	2	2	2	1	4	2	2	2	3	23
131	3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	18
132	3	2	2	2	1	3	2	2	2	1	20
133	3	2	3	3	2	1	2	2	1	2	21

Keterangan :

- 1) Kolom 1 = Nomor Responden
- 2) Kolom 2-11 = Item Soal
- 3) Kolom 12 = Jumlah

C. Analisis dan Pengujian Hipotesis

1. Analisis Deskriptif

Analisis ini dimaksudkan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi jawaban responden dari daftar angket yang disebarkan mengenai variabel-variabel yang diteliti, yaitu variabel *adversity quotient*, prokrastinasi dan kecemasan

a. Variabel *Adversity Quotient* (X1)

Untuk mendeskripsikan variable X1, data dibagi menjadi 3 kelas interval, yaitu baik, cukup, kurang. Dilanjutkan dengan menentukan rentang kelas (R) = $(NT-NR) + 1$ ¹⁰, yaitu $R = (61-40)+1= 21$. Adapun untuk menentukan panjang kelas interval (i) dengan menggunakan rumus $\frac{R}{K} = \frac{21}{3} = 7$.¹¹ Dengan 3 kelas interval dan panjang kelas interval 8 diperoleh distribusi frekuensi data sebagai berikut:

¹⁰ Mundir, *Statistik Pendidikan* (Jember: STAIN Press, 2013),42.

¹¹ Ibid.,42.

Tabel 3.16
Distribusi Frekuensi *Adversity Quotient*

No	Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1	61 – 55	57	43	Baik
2	54 – 48	43	32	Cukup
3	47 – 41	33	25	Kurang
	Total	133	100	

Dari tabel diatas dapat dideskripsikan, bahwa *Adversity Quotient* memiliki tingkat kategori baik hanya 57 responden (43%), tingkat kategori cukup sebanyak 43 responden (32%), dan tingkat kategori kurang sebanyak 33 responden (25%).

b. Variabel Prokrastinasi (X2)

Untuk mendeskripsikan variable X2, data dibagi menjadi 3 kelas interval, yaitu baik, cukup, kurang. Dilanjutkan dengan menentukan rentang kelas ($R = (NT-NR) + 1$ ¹², yaitu $R = (34-23)+1= 12$. Adapun untuk menentukan panjang kelas interval (i) dengan menggunakan rumus $\frac{R}{K} = \frac{12}{3} = 4$.¹³ Dengan 3 kelas interval dan panjang kelas interval 4 diperoleh distribusi frekuensi data sebagai berikut:

¹² Mundir, *Statistik*,42.

¹³ *Ibid.*,42.

Tabel 3.17
Distribusi Frekuensi Prokrastinasi

No	Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1	34 – 31	59	44	Baik
2	30 – 27	40	30	Cukup
3	26– 23	34	26	Kurang
	Total	133	100	

Dari tabel diatas dapat dideskripsikan, bahwa prokrastinasi memiliki tingkat kategori baik hanya 59 responden (44%), tingkat kategori cukup sebanyak 40 responden (30%), dan tingkat kategori kurang sebanyak 34 responden (26%).

c. Variabel Kecemasan (Y)

Untuk mendeskripsikan variable Y, data dibagi menjadi 3 kelas interval, yaitu tinggi, sedang, rendah. Dilanjutkan dengan menentukan rentang kelas ($R = (NT-NR) + 1$ ¹⁴, yaitu $R = (23-18)+1= 6$. Adapun untuk menentukan panjang kelas interval (i)

dengan menggunakan rumus $\frac{R}{K} = \frac{6}{3} = 2$.¹⁵ Dengan 3 kelas interval dan panjang kelas interval 3 diperoleh distribusi frekuensi data sebagai berikut:

¹⁴ Mundir, *Statistik*,42.

¹⁵ Ibid.,42.

Tabel 3.18
Distribusi Frekuensi Kecemasan

No	Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1	23 – 22	59	44	Tinggi
2	21 – 20	44	33	Sedang
3	19 – 18	30	23	Rendah
	Total	133	100	

Dari tabel diatas dapat dideskripsikan, bahwa Kecemasan memiliki tingkat kategori tinggi hanya 59 responden (44%), tingkat kategori rendah sebanyak 44 responden (33%), dan tingkat kategori rendah sebanyak 30 responden (23%).

Tabel 3.19
Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness		Kurtosis	
						Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Adversity Quotient (X1)	133	41	61	55,70	2,702	2,081	,210	8,819	,417
Prokrastinasi (X2)	133	23	34	30,67	1,521	-1,193	,210	4,510	,417
Kecemasan (Y)	133	17	23	20,53	1,449	-,144	,210	-,525	,417
Valid N (listwise)	133								

Hasil tabel analisa Descriptive Statistics dari perhitungan SPSS dapat dilihat bahwa variabel *adversity quotient* dengan jumlah N sebanyak 133 mempunyai tingkat rata-rata 56 terhadap indicator

yang diterima oleh responden, dengan tingkat minimum 41 dan maximum 61 sedangkan standart deviasinya sebesar 2,702. Variabel proktastinasi dengan jumlah N sebanyak 133 mempunyai tingkat rata-rata 30 terhadap indicator yang diterima oleh responden, dengan tingkat minimum 23 dan maximum 34 sedangkan standar deviasinya sebesar 1,521. Variabel kecemasan dengan jumlah N sebanyak 133 mempunyai tingkat rata-rata 20 terhadap indikator yang diterima oleh responden, dengan tingkat minimum 17 dan maximum 23 sedangkan standart deviasinya sebesar 1,449.

2. Uji Asumsi Klasik

Model regresi linier berganda dapat disebut sebagai model yang baik jika model tersebut memenuhi asumsi normalitas data dan bebas dari asumsi klasik statistik baik itu multikolinieritas, autokorelasi dan heteroskedastisitas. Uji asumsi klasik adalah persyaratan statistik yang harus dipenuhi pada analisis regresi linier berganda.¹⁶

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas bertujuan untuk mengetahui distribusi data dalam variabel yang akan digunakan dalam penelitian.¹⁷ Data yang baik dan layak digunakan dalam penelitian adalah data yang memiliki distribusi normal. Untuk mengetahui apakah dalam model regresi datanya berdistribusi normal atau tidak salah satu caranya yaitu dengan melihat grafik normal *probability plot*. Pada grafik normal p-p plot,

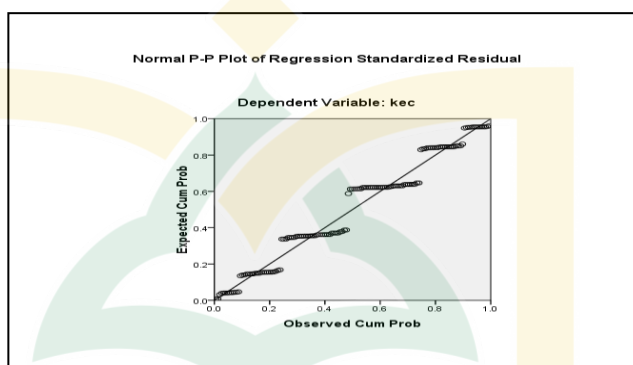
¹⁶ SPSS

¹⁷ Ibid., 52.

model model memenuhi asumsi normalitas jika titik-titik pada kurva berhimpit mengikuti garis diagonalnya.

Berikut ini hasil uji normalitas menggunakan grafik normal p-p plot menggunakan *SPSS* :

Gambar 3.1
Hasil Uji Normalitas Data (Grafik P-P Plot)



Berdasarkan grafik normal di atas terlihat titik-titik menyebar disekitar garis diagonal, serta penyebarannya mengikuti arah garis diagonal. Jadi, dapat disimpulkan bahwa model regresi layak dipakai karena memenuhi asumsi normalitas.

b. Uji Heteroskedastisitas

Heteroskedastisitas menguji terjadinya perbedaan variance residual suatu periode pengamatan ke periode pengamatan yang lain.¹⁸

Regresi dikatakan tidak terjadi heteroskedastisitas apabila:

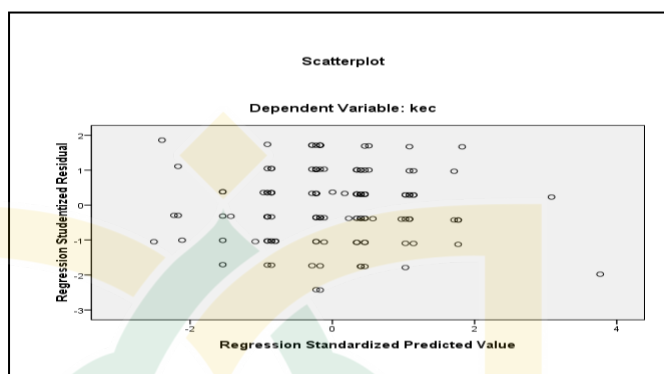
- 1) Titik-titik data menyebar diatas dan dibawah atau sekitar angka 0
- 2) Titik-titik tidak mengumpul hanya diatas atau dibawah saja
- 3) Titik tidak membentuk pola gelombang melebar kemudian menyempit dan melebar kembali

¹⁸ Ibid., 186.

4) Penyebaran titik-titik data tidak berpola

Berikut gambar Scatterplot hasil uji heteroskedastisitas :

Gambar 3.2
Hasil Uji Heteroskedastisitas



Berdasarkan gambar diatas dapat dianalisis, bahwa :

- 1) Titik-titik data menyebar diatas dan dibawah atau sekitar angka 0
- 2) Titik-titik tidak mengumpul hanya diatas atau dibawah saja
- 3) Titik tidak membentuk pola gelombang melebar kemudian menyempit dan melebar kembali
- 4) Penyebaran titik-titik data tidak berpola

Maka dapat disimpulkan tidak terjadi heterosdastisitas.

c. Uji multikonieritas

Uji multikonieritas diperlukan untuk mengetahui ada tidaknya variabel independen yang memiliki kemiripan antar variabel independen dalam satu model.¹⁹ Berikut adalah tabel hasil uji multikolinearitas.

¹⁹ Sujarweni, *SPSS*, 185

Tabel 3.20
Hasil Uji Multikolinieritas

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	(Constant)		
	Adversity Quotient (X1)	,247	4,044
	Prokstinasi (X2)	,247	4,044
a. Dependent Variable: Kecemasan (Y)			

Berdasarkan perhitungan SPSS diperoleh hasil nilai VIF (*The variance inflation factor*) 4,044 dan nilai *Tolerance Value* 0,247. Menurut wiratna jika nilai VIF lebih < 10,00 maka tidak terjadi multikonieritas. Jika nilai *Tolerance Value* lebih > 0,10 maka tidak terjadi multikonoritas.

3. Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda ialah untuk menguji pengaruh beberapa variabel independen terhadap satu variabel dependen.

Berikut adalah hasil perhitungan regresi linier berganda antara *Adversity Quotient* (X1) dan prokrastinasi (X2) terhadap kecemasan (Y) dengan bantuan SPSS:

Tabel 3.21
Hasil Output Anova

ANOVA^b

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	.315	2	.158	.074	.929 ^a
Residual	276.843	130	2.130		
Total	277.158	132			

a. Predictors: (Constant), Prokrastinasi (X2), Adversity Quotient (X1)

b. Dependent Variable: Kecemasan (Y)

Tabel 3.22
Hasil Uji Regresi

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t.	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	20.630	2.685		7.684	.000
	Adversity Quotient (X1)	.033	.095	.062	.354	.724
	Prokrastinasi (X2)	-.064	.168	-.067	-.382	.703

a. Dependent Variable: Kecemasan (Y)

$$Y = b + b_1 \cdot x_1 + b_2 \cdot x_2 + e$$

$$Y = 7,684 + 0,354x_1 + 382 x_2 + e$$

Keterangan :

Y = Kecemasan

X1 = AdversityQuotient

X2 = Prokrastinasi

4. Pengujian Hipotesis Secara Parsial/Individual (Uji t)

Berdasarkan perhitungan SPSS diperoleh hasil dari tabel 3.21 sebagai berikut:

a. Adversity Quotient (X1)

Uji secara individual ditujukan oleh tabel 3.21 Hipotesis yang dirumuskan adalah :

Ha : Ada hubungan antara *adversity quotient* dengan tingkat kecemasan mahasiswa

H_0 : Tidak ada hubungan antara *adversity quotient* dengan tingkat kecemasan mahasiswa

Uji secara individual dapat dilakukan dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut:

- 1) Apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, menyatakan bahwa variabel independen ada hubungan secara individual dengan variabel dependen.
- 2) Apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak, menyatakan bahwa variabel independen secara individual tidak ada hubungan dengan variabel dependen.

Berdasarkan perhitungan *SPSS* pada tabel 3.15 diperoleh nilai:

Nilai t_{hitung} pada *Adversity Quotient* (X_1) adalah sebesar 0,354 dengan tingkat signifikansi 0,724 karena $t_{hitung} 0,354 < t_{tabel} 2,073$ dengan tingkat signifikansi $0,354 > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Dapat disimpulkan bahwa *adversity quotient* tidak ada hubungan secara signifikansi terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa.

b. Prokrastinasi (X_2)

Uji secara individual ditunjukkan oleh tabel 3.21 Hipotesis yang dirumuskan adalah :

H_a : Ada hubungan antara prokrastinasi terhadap Tingkat kecemasan mahasiswa.

H_0 : Tidak ada hubungan antara prokrastinasi terhadap Tingkat kecemasan mahasiswa.

Uji secara individual dapat dilakukan dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut:

- 1) Apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, menyatakan bahwa variabel independen secara individual ada hubungan terhadap variabel dependen.
- 2) Apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak, menyatakan bahwa variabel independen secara individual tidak ada hubungan dengan variabel dependen.

Berdasarkan perhitungan *SPSS* pada tabel 3.21 diperoleh nilai:

Nilai t hitung pada Prokrastinasi (X_2) adalah sebesar 0,382 dengan tingkat signifikansi 0,703 karena $t_{hitung} 0,382 < t_{tabel} 2,073$ dengan tingkat signifikansi $0,703 > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi tidak ada hubungan secara signifikansi terhadap kecemasan mahasiswa.

5. Pengujian Hipotesis Secara Simultan/Keseluruhan (Uji F)

a. Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Prokrastinasi dengan Kecemasan Mahasiswa angkatan 2015 dalam Penyelesaian Skripsi

Dari hasil pengolahan data *SPSS*, berdasarkan tabel yang ditunjukkan oleh tabel 3.20 Anova, hipotesis yang dirumuskan adalah :

H_a : Ada hubungan secara simultan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan kecemasan mahasiswa

H_o : Tidak ada hubungan secara simultan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan kecemasan mahasiswa.

Uji secara keseluruhan dapat dilakukan dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut:

- 1) H_o diterima dan H_a ditolak apabila $f_{hitung} < f_{tabel}$ artinya semua variabel bebas secara bersama-sama bukan merupakan variabel penjelas yang signifikan terhadap variabel terikat.
- 2) H_o ditolak dan H_a diterima apabila $f_{hitung} > f_{tabel}$, artinya semua variabel bebas secara bersama-sama merupakan penjelas yang signifikan terhadap variabel terikat.²⁰

Berdasarkan perhitungan SPSS hasil uji F yaitu diperoleh f_{hitung} pada Tabel 3.20 sebesar 0,074 dengan tingkat signifikansi 0,929. Oleh karena probabilitas jauh lebih kecil dari pada 0,05 dan $F_{hitung} 0,074 > F_{tabel} 3,03$.

Maka dapat dinyatakan bahwa H_o ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi secara simultan atau bersama-sama dengan variabel kecemasan mahasiswa yang sedang memnegerjakan skripsi angkatan 2015 di IAIN Jember.

²⁰ Ibid., 154.

6. Rangkuman Hasil Analisis Hipotesis Penelitian

- a. Tidak ada hubungan antara *adversity quotient* dengan kecemasan mahasiswa angkatan 2015 yang sedang proses menyelesaikan Skripsi di IAIN Jember.
- b. Tidak ada hubungan antara prokrastinasi dengan kecemasan mahasiswa angkatan 2015 yang sedang proses menyelesaikan Skripsi di IAIN Jember.
- c. Ada hubungan secara signifikan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan kecemasan mahasiswa angkatan 2015 yang sedang proses menyelesaikan Skripsi di IAIN Jember.

7. Uji Koefisiensi Determinasi (R^2)

Uji Koefisiensi determinasi digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi dependen. Nilai koefisiensi determinasi adalah antara nol dan satu. Koefisiensi determinasi tersebut ditunjuk dengan nilai *Adjusted R Square* pada tabel berikut :

Tabel 3.23

Uji Koefisiensi Determinasi

Model Summary^b

Model	Adjusted Square	R	Std. Error of the Estimate
1	,034		,001

a. Predictors: (Constant), Prokrastinasi (X2), Adversity Quotient (X1)

b. Dependent Variable: Kecemasan (Y)

Berdasarkan uji koefisiensi determinasi tabel diatas, nilai *Adjusted R Square* adalah 0,034. Hal ini berarti hanya 34% variasi Kecemasan mahasiswa (Y) yang dapat dijelaskan oleh variabel – variabel independen yaitu *adversity quotient* dan prokrastinasi. Sedangkan sisanya (100% - 34% = 66%) dijelaskan oleh sebab-sebab lainnya di luar model yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

D. Pembahasan

Dari hasil pengujian hipotesis, dapat disimpulkan hasil data analisis dan pengujian hipotesis diperoleh sebagai berikut:

Tabel 3.24
Data Hasil Analisis Uji F

No.	Hipotesis	F _{hitung} dan F _{tabel}	Keterangan
1.	Simultan (X1, X2 terhadap Y)	0,074 > 3,03	Ada Hubungan

Tabel 3.25
Data Hasil Analisis Uji t

No.	Hipotesis	t _{hitung} dan t _{tabel}	Keterangan
1.	Parsial (X1 terhadap Y)	0,354 < 2,073	Tidak Ada Hubungan
2.	Parsial (X2 terhadap Y)	0,382 < 2,073	Tidak Ada Hubungan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis di atas, maka hasil penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Hubungan antara *Adversity Quotient* (X1) Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa

Berdasarkan temuan hasil penelitian menunjukkan bahwa *adversity quotient* tidak ada hubungan secara signifikan terhadap Tingkat

kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi dengan total signifikansi $1,193 > 0,05$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Kesimpulan dari hasil penelitian dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dan hasil pengolahan data menggunakan program windows SPSS ini menyatakan bahwa tidak ada hubungan *adaversity quotient* terhadap kecemasan mahasiswa.

Senada dengan gambaran *adversity quotient* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, hasil wawancara dengan salah satu Dosen Pembimbing Skripsi mahasiswa angkatan 2015. Bapak Muhid M.Pd.I, mengatakan bahwa

*“ Adversity Quotient atau lebih tepat disebut kegagalan. Yang mana kegagalan tersebut dihadapi oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan adanya kendala yang sering terjadi. Misalnya, karna mengalami kesulitan untuk mengerjakan skripsi, megatakan gagal dalam berproses. Kesulitan memahami apa maksud dan apa yang diharapkan dosen pembimbing kedepannya tentang pengerjaan skripsi mahasiswa, lalu mengatakan dia merasa gagal. Dan masih banyak alasan lainnya. Apalagi saat mengerjakan skripsi, dosen mengaharapkan mahasiswa mempunyai semangat tinggi, adapun kegagalan yang dihadapi bukan berarti mengharuskan berhenti dan menyerah. bertemanlah dengan hal-hal yang dapat memotivasi atau memberi semangat pada dirinya sendiri agar dapat menyelesaikan dengan tepat waktu”.*²¹

2. Hubungan antara Prokrastinasi (X2) Terhadap Kecemasan Mahasiswa

Berdasarkan temuan hasil penelitian menunjukkan bahwa Prokrastinasi mahasiswa ada hubungan yang secara signifikan terhadap

²¹ Muhid, *Wawancara*, 11 Oktober 2019.

Kecemasan mahasiswa dengan total signifikansi $0,703 < 0,05$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak.

Kesimpulan dari hasil penelitian dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dan hasil pengolahan data menggunakan program windows SPSS ini menyatakan bahwa ada hubungan antara prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Hal tersebut diperkuat dengan hasil observasi bahwa rata-rata mahasiswa IAIN Jember angkata 2015 yang sedang mengerjakan skripsi dan tidak terselesaikan dengan tepat waktu dikarenakan adanya penundaan. Penundaan tersebut terjadi adanya penyebab, seperti: lebih mementingkan organisasi kampus, sering dapat revisian beberapakali dari dosen pembimbing yang menyebabkan malas, terakadang dosen pembimbing yang susah dicari dan masih banyak penebab lainnya.²²

Hal itu senada dengan hasil wawancara Alfi Nailul Izza perwakilan dari Mahasiswa Tarbiyah Prodi PAI angkatan 2015 yang sedang mengerjakan skripsi.

*“ Saya terkadang kurang termotivasi diri saya untuk menyelesaikan skripsi karena salah satunya ya malas, waktu melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing saya merasa takut, cara bicara saya cepat dan terlihat gugup, apalagi saya merasa cemas saat mengingat skripsi yang tak kunjung selesai. Takut tidak terselesaikan dengan tepat waktu ”.*²³

²² Observasi, Jember 30 September 2019.

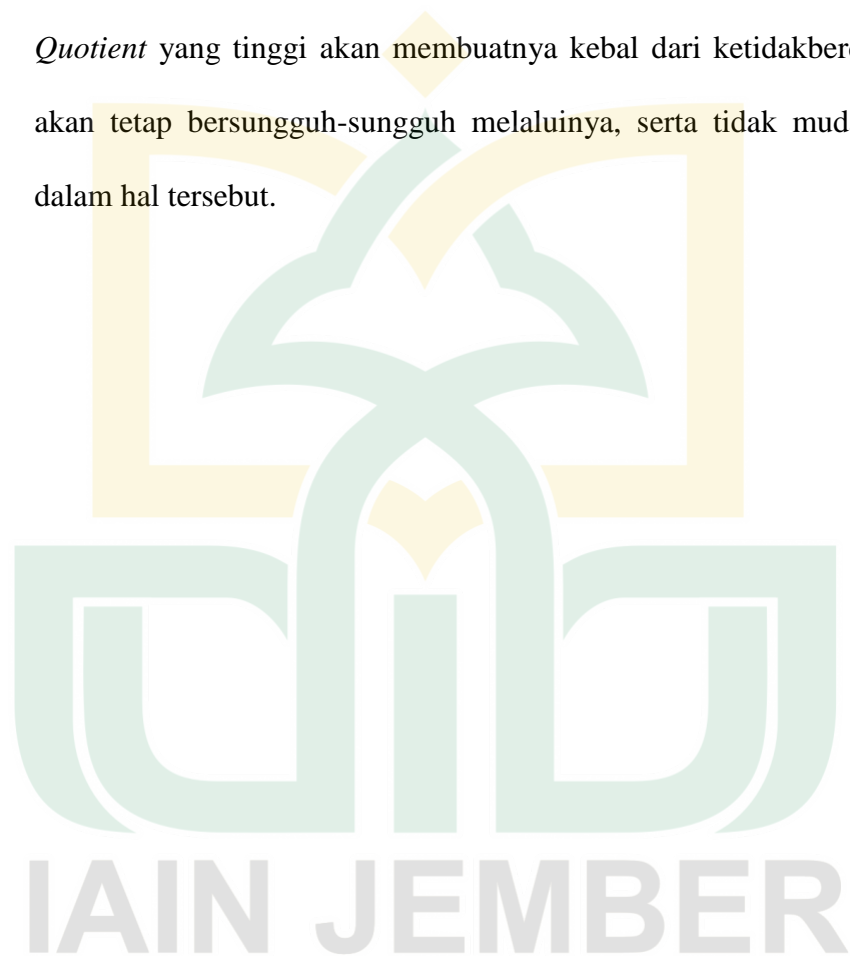
²³ Alfi, Wawancara, Jember, 04 Oktober 2019.

3. Hubungan antara *Adversity Quotient* (X1) dan Prokrastinasi (X2) dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa angkatan 2015 dalam Penyelesaian Skripsi

Dari hasil analisis penelitian diatas dan penemuan yang penulis teliti dalam skripsi ini, bahwa secara perhitungan *adversity quotient* dan prokrastinasi ada hubungan terhadap Kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hal ini terbukti dari hasil perhitungan SPSS yang digunakan oleh peneliti dengan tingkat signifikansi 0,929 lebih kecil dari 0,05 dan $F_{hitung} 0,074 > F_{tabel} 3,03$.

Dalam penyelesaian mengerjakan skripsi mahasiswa perlu adanya daya juang. Karena semakin tinggi daya juang yang mahasiswa miliki semakin rendah tingkat prokrastinasinya, begitupun sebaliknya. Mahasiswa yang memiliki keuletan, kegigihan, dan ketahanan yang kuat tidak akan melakukan prokrastinasi sehingga menyebabkan adanya kecemasan yang menjadi penghalang untuk menyelesaikan mengerjakan skripsinya dengan tepat waktu. Karena segala aktivitas yang dijalankan berorientasi pada tujuan sehingga ia tidak akan melakukan hal yang tidak berguna. Hal tersebut diperkuat dengan teori yang dikemukakan oleh stoltz (2000) *Adversity Quotient* yang mumpuni pada individu akan memiliki kendali yang lebih besar terhadap peristiwa dalam hidupnya, dapat mengatasi situasi yang sulit dan hambatan tersebut dalam hidup, sebab *adversity quotient* mampu menjadikan individu sebagai pribadi yang bertekad tinggi, ulet, dan pantang menyerah. Perilaku menunda-nunda

yang dilakukan bukan karena rendahnya kemampuan individu, tetapi individu yang melakukan penundaan merasa bahwa bila ia mengalami kegagalan dan hasilnya tidak memuaskan hal tersebut disebabkan oleh ketidaksungguhannya dalam mengerjakan tugas yang dihadapi. Ketika dihadapkan pada kondisi keputusasaan, individu yang memiliki *Adversity Quotient* yang tinggi akan membuatnya kebal dari ketidakberdayaan dan akan tetap bersungguh-sungguh melaluinya, serta tidak mudah terjebak dalam hal tersebut.



BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan oleh penulis sebagaimana yang telah disajikan di bagian bab tiga, maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Tidak ada hubungan secara signifikansi antara *Adversity Quotient* terhadap tingkat Kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi dengan total signifikansi $1,193 > 0,05$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak.
2. Tidak ada hubungan secara signifikansi antara prokrastinasi terhadap tingkat Kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi dengan total $0,703 < 0,05$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak.
3. Hasil analisis tidak ada Hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Tarbiyah angkatan 2015 yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Jember tahun akademik 2019/2020.

B. Saran

Setelah mengetahui ada hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan keceemasan mahasiswa semester akhir dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

(FTIK) di IAIN Jember angkatan 2015 tahun akademik 2019/2020, maka saran-saran dari penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi Lembaga

Diharapkan dapat meningkatkan kualitas seperti fasilitas, sarana dan prasarana serta literatur-literatur dipergustakaan agar mahasiswa tidak begitu kesulitan untuk melengkapi literatur yang dibutuhkan untuk mengerjakan bahan skripsi.

2. Bagi Dosen Pembimbing

Diharapkan dapat memberikan masukan dan arahan-arahan kepada mahasiswa untuk tetap konsisten dalam mengerjakan skripsinya. Selain itu juga dosen sebagai pengganti orangtua diharapkan berinisiatif menghubungi mahasiswa yang sudah lama tidak mengadakan bimbingan dengan dosen pembimbing.

3. Bagi Orang Tua

Diharapkan orangtua mengetahui lebih dalam perkembangan anak dan selalu memberikan arahan yang positif dalam menyikapi berbagai hal. Peran orangtua yang berkualitas dalam mengembangkan kecerdasan dan perkembangan anak secara bertahap, akan mendorong potensi anak tumbuh menjadi pribadi yang memiliki kemampuan kecerdasan yang tertinggi dan pengendalian dalam kesulitan, serta orangtua lebih mendorong atau motivasi putra-putrinya yang sedang mengerjakan skripsi, agar mampu menyelesaikan skripsi dengan baik dan

mampu menghadapi tantangan atau hambatan-hambatan dalam mengerjakan skripsi.

4. Bagi mahasiswa yang mengerjakan skripsi

Diharapkan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi untuk mengelola kesulitannya, agar dapat mengerjakan skripsi dengan baik dan cepat mampu mengatasi hambatan-hambatan dalam menyelesaikan skripsi.

5. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai hubungan *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan kecemasan mahasiswa semester akhir dalam proses menyelesaikan skripsi, dengan variabel yang lain dan juga lebih baik dari hasil penelitian ini sehingga nantinya bisa bermanfaat bagi banyak pihak. Menganalisa lebih baik, bagaimana kecerdasan *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan kecemasan yang dikaitkan dengan variabel lainnya.

IAIN JEMBER

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ferarri dalam R. Wulan. 2000. *Hubungan Antara Gaya Pengasuhan Orangtua dengan Prokrastinasi Akademiuk*. Skripsi . Jogjakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Ghony Djunaidi M.. 2009. *Petunjuk Praktis Penelitian Pendidikan*. Malang: UIN-Malang Press.
- Ghufron dan Risnawati. 2017. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hasan Iqbal. 2006. *Analisis Data Penenlitan Dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Akasara.
- Indah Wahyuni. 2013. *Statistik Pendidikan*. Jember: STAIN Jember Press.
- Muhibbin. DKK. 2014. *Menggapai Impian Transformasi STAIN Menuju IAIN Jember*. Jember. STAIN Jember Press.
- Mundir 2013. *Statistik Pendidikan*. Jember: STAIN Press.
- Mutia Dewi. 2018. *Hubungan Antara Adversity Quotient Dan Prokrastinasi Dalam Mengerjakan Tugas Akhir Pada Mahasiswa Program Sudi X Universita Islam Indonesia*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Dan Budaya Sosial.
- Narkubo Cholid dan Achmadi Abu. 2009. *Metode Penelitian*. Jakarta:Bumi Aksara.
- Nasehudin. 2012. *Metode Penenlitan Kuantitatif*. Bandung:Pustaka Setia.
- Priyanto Dwi. 2010. *Paham Analisa Statistik Data dengan SPSS*. Yogyakarta: Mediakom.
- Rasyidin Ulfa. 2018. "Hubungan Adversity Quotient Dengan Kecemasan Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Ar-Raniry". *Skripsi*. Banda Aceh: Fakultas Psikologi.
- Sugiono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tim Penyusun IAIN Jember, *Pedoman Pendidikan S-1* (Jember: IAIN Press, 2018)

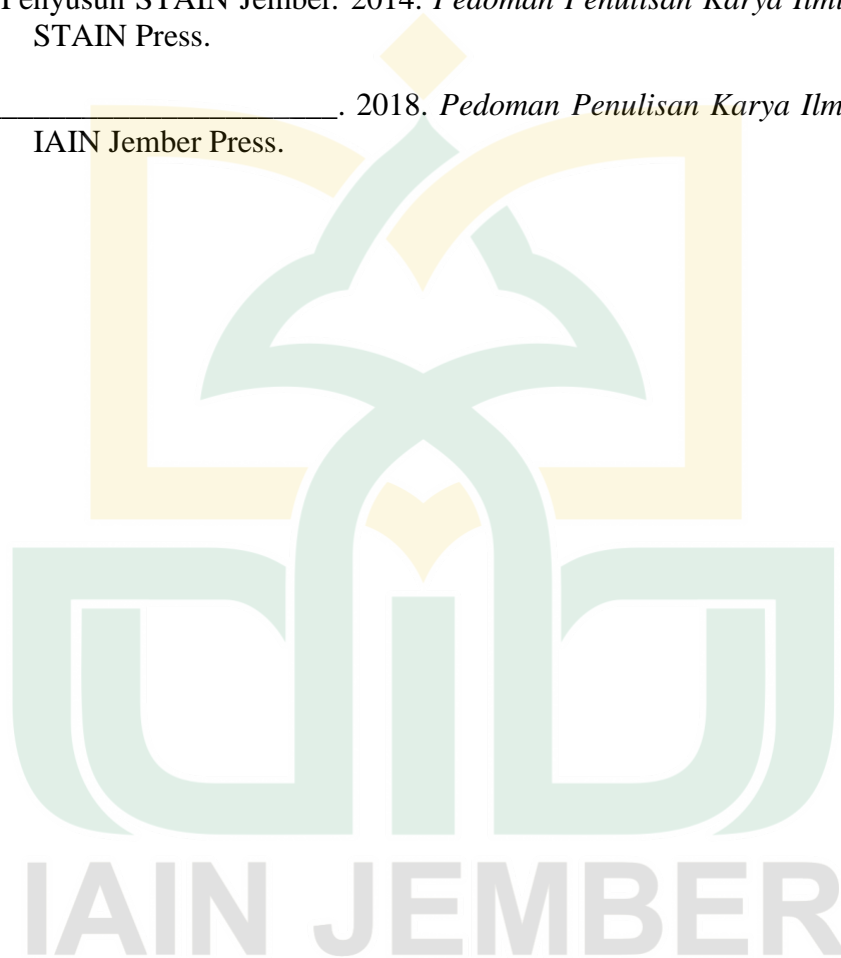
_____. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Stoltz G Paul. *Adversity Quotient*. 2000. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.

Sarwono Jonathan. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Tim Penyusun STAIN Jember. 2014. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Jember: STAIN Press.

_____. 2018. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Jember: IAIN Jember Press.



PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Uut Maria Ulfa**
NIM : T20151395
Prodi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Institusi : IAIN Jember

Dengan ini menyatakan bahwa isi skripsi ini dengan judul "*Hubungan antara Adversity Quotient dan prokrastinasi dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi di Fakultas Tarbiyah Ilmu dan Keguruan di IAIN Jember tahun akademik 2019/2020*" adalah hasil penelitian/ karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Jember, 27 Januari 2020
Saya yang menyatakan



UUT MARIA ULFA
NIM. T20151395

IAIN JEMBER

MATRIK PENELITIAN

Judul	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sumber Data	Metode Penelitian	Rumusan Masalah
Hubungan antara <i>Adversity Quotient</i> dan Prokrastinasi dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Angkatan 2015 dalam menyelesaikan proses skripsi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah Iain Jember Tahun akademik 2018/2019	1) <i>Adversity Quotient</i>	Dimensi-Dimensi <i>Adversity Quotient</i>	1. Control (kendali) 2. Origin dan Ownership 3. Reach 4. Endurance	1. Responden seluruh Mahasiswa IAIN Jember (perwakilan Fakultas Tarbiyah) 2. Informan a. Dosen b. Mahasiswa 3. Kepustakaan 4. Dokumentasi	1. Pendekatan penelitian: Pendekatan Kuantitatif 2. Metode Pengumpulan Data; a. Angket b. Observasi c. Interview d. Dokumentasi 3. Metode analisis Data; Analisis Regresi Linier Berganda	1. Bagaimana gambaran Tingkat <i>Adversity Quotient</i> mahasiswa dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Tarbiyah IAIN Jember Angkatan 2015 Tahun Akademik 2019/2020? 2. Bagaimana gambaran Tingkat Prokrastinasi mahasiswa dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Tarbiyah IAIN Jember Angkatan 2015 Tahun Akademik 2019/2020? 3. Bagaimana gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Tarbiyah IAIN Jember Angkatan 2015 Tahun Akademik 2019/2020? 4. Adakah hubungan antara <i>Adversity Quotient</i> dan Prokrastinasi dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Tarbiyah IAIN Jember angkatan 2015 Tahun Akademik 2018/2019?
	2) Prokrastinasi	Aspek-aspek prokrastinasi	1. Penundaan 2. Keterlambatan 3. Kesenjangan waktu 4. Aktivitas lain			
	3) Kecemasan	Aspek-Aspek kecemasan	1. Emosi 2. Kognitif 3. Fisik			

Nama :

Angkatan/ Prodi :

Bacalah Intruksi terlebih dahulu sebelum mengerjakan

Dibawah ini terdapat pernyataan, pilihan jawaban dengan memberikan tanda (√) pada salah satu jawaban di sebelah kanan.

Tidak ada jawaban **BENAR** dan **SALAH**. Di mohon anda menjawab sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan jawaban anda tidak akan mempengaruhi hasil jawaban anda.

Adapun alternatif pilihan jawaban adalah:

SS : Jika pernyataan **Sangat Sesuai** dengan keadaan yang anda rasakan

S : Jika pernyataan **Sesuai** dengan keadaan yang anda rasakan

TS : Jika pernyataan **Tidak Sesuai** dengan keadaan yang anda rasakan

STS : Jika pernyataan **Sangat Tidak Sesuai** dengan keadaan yang anda rasakan

Contoh :

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa senang bila bersama dengan teman saya		√		

Skala Adversity Quotient

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu membedakan mana yang kesalahan saya dan bukan kesalahan saya saat menghadapi suatu masalah		√		
2.	Saya berani bertanggung jawab atas hal yang menjadi tanggung jawab saya				
3.	Saya tahu bagaimana mempertahankan kesuksesan				
4.	Saya mudah dipengaruhi orang lain				
5.	Saya akan menghindari tanggung jawab apabila timbul masalah				
6	Saya berani mengambil resiko atas hal yang benar-benar saya inginkan				
7.	Saya mampu mengatasi setiap kegagalan yang saya alami				
8.	Saya yakin setelah kesulitan akan ada kemudahan				
9.	Saya mencari alasan untuk terhindar dari hukuman				
10.	Apapun yang terjadi saya berani mengakui kesalahan yang telah saya lakukan				
11.	Pertengkaran dengan teman dekat tidak mengurangi semangat belajar saya				
12.	Saya ragu dengan masa depan saya				
13.	Saya kurang mampu mengambil pelajaran dari kegagalan yang				

	pernah saya alam				
14.	Kritikan pedas dari teman dekat membuat saya hancur				
15.	Pengalaman hidup menambah kedewasaan pola pikir saya				
16.	Saya yakin masa depan saya pasti menyenangkan				
17.	Walaupun masalah datang terus menerus, saya mampu menyelesaikannya dengan cepat dan baik				
18.	Tanpa disadari saya mudah terjebak untuk melakukan kesalahan yang sama				
19.	Saya merasa sulit mengakui kesalahan yang telah saya lakukan				
20.	Saya kurang mampu mempertahankan kesuksesan saya				
21.	Saya mampu mengambil pelajaran dari kegagalan yang saya alami				
22.	Saya termasuk orang yang suka membesar-besarkan masalah kecil sehingga kurang dapat menyelesaikannya dengan cepat				
23.	Saya mampu membuat orang lain menerima ide-ide saya				
24.	Saya merasa bingung jika tidak ada orang atau teman yang membantu saya dalam mengerjakan tugas				
25.	Saya tetap optimis ketika mendapat kritikan pedas				
26.	Seberat apapun masalah yang saya hadapi, saya tidak pernah berpikir untuk bunuh diri				
27.	Saya merasa enggan memikul tanggung jawab kelompok apabila muncul masalah yang bukan disebabkan oleh saya				
28.	Saya mudah merasa bersalah bila muncul masalah dalam kelompok				
29.	Saya merasa tidak berdaya ketika orang yang saya percaya mengkhianati saya				
31.	Saya termasuk orang yang tidak suka memendam masalah terlalu lama				
32.	Saya mampu membuat orang lain menyetujui pendapat saya				
33.	Saya percaya bahwa akan ada selalu ada orang yang ingin menyakiti saya				
34.	Saya merasa tidak berdaya ketika mengalami kegagalan				
35.	Saya yakin dapat mengerjakan sesuatu yang belum pernah saya lakukan sebelumnya				
36.	Apabila muncul masalah dalam kelompok, saya menganggap itu adalah tanggung jawab bersama				
37.	Kegagalan yang saya alami bukan hambatan yang dapat menurunkan semangat belajar saya				

Skala Prokartinasi

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya tidak mampu memenuhi target menyelesaikan skripsi dalam satu semester				
2.	Saya segera mengerjakan skripsi setelah bimbingan dengan dosen pembimbing				
3.	Menyelesaikan skripsi tepat waktu sudah menjadi hal biasa bagi				

	saya				
4.	Walaupun revisi sudah menumpuk banyak, saya tetap menunda mengerjakannya sampai batas akhir pengumpulan				
5.	Sulit bagi saya untuk memenuhi batas waktu pengerjaan skripsi yang diberikan dosen pembimbing				
6.	Saya menyelesaikan tugas melampaui tenggat waktu yang telah saya buat sendiri				
7.	Saya sering keasyikan ngobrol dengan teman pada saat saya mengerjakan skripsi				
8.	Saya dapat menyelesaikan tugas sebelum jangka waktu yang diberikan habis				
9.	Saya terbiasa membuat program rencana kerja dari hari ke hari secara teratur, agar tidak mendapat kesulitan di kemudian hari				
10.	Saya tipe orang yang tidak bisa bersantai melihat tugas yang belum diselesaikan				
11.	Saya suka mengerjakan tugas setengah-setengah walaupun itu mendekati tenggat waktu pengumpulan				
12.	Saya melakukan hal-hal yang tidak bermanfaat sementara deadline pengumpulan revisi skripsi yang diberikan dosen pembimbing semakin dekat				
13.	Saya mampu memenuhi target yang saya buat dalam mengerjakan revisi				
14.	Saya menolak ajakan teman-teman saya untuk bermain dan lebih memilih mengerjakan skripsi sendirian di rumah				
15.	Saya menunda untuk membaca literatur bahan skripsi				
16.	Meskipun saya mengetahui bahwa saya harus segera untuk ujian besok, saya lebih memilih untuk jalan-jalan bersama teman				
17.	Saya merasa tidak tenang apabila ada tugas yang belum saya selesaikan				
18.	Saya segera mengerjakan laporan, setelah menerima bimbingan dari dosen				
19.	Saya mendahulukan berkumpul bersama teman-teman saya daripada mengerjakan laporan				
20.	Saya memilih tidur daripada membaca buku literatur skripsi				
21.	Saya mengerjakan skripsi sesuai dengan jadwal bimbingan yang diberikan dosen				
22.	Jika waktu terakhir pengumpulan revisi sudah dekat, saya baru akan mengerjkannya				
23.	Saya tidak menepati jadwal yang telah saya buat sendiri				
24.	Saya lebih mendahulukan mengerjakan laporan daripada berkumpul bersama teman-teman				
25.	Saya mengerjakan skripsi tepat pada waktunya				
26.	Saya selalu merencanakan matang-matang semua kegiatan saya				
27.	Bagi saya mudah menentukan mana yang harus diprioritaskan skripsi atau bermain bersama teman-teman				

Skala Kecemasan

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	saya berpikir sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi				
2	saya berpikir sulit beradaptasi dengan lingkungan kampus				
3	Saya mengalihkan pembicaraan jika ada mahasiswa lain membahas masalah skripsi				
4	Saya memilih tidur dari pada menyelesaikan revisi				
5	Saya melakukan hal-hal yang tidak bermanfaat sementara deadline pengumpulan revisi skripsi yang diberikan dosen pembimbing semakin dekat				
6	Otot-otot saya menegang, ketika berbicara tentang revisi				
7	Telapak saya berkeringat ketika membaca buku-buku				
8	Otot-otot saya menegang ketika mengingat kritikan pedas dari dosen pembimbing				
9	Saya berpikir saya tidak siap dalam menyelesaikan skripsi ini				
10	Saya merasa tidak berguna ketika dimarahi oleh kedua orang tua saya				
11	Badan saya berkeringat dingin ketika saya melihat dan mendengar mahasiswa lain membahas skripsi				
12	Saya lebih mendahulukan mengerjakan laporan daripada berkumpul bersama teman-teman				
13	Saya merasakan perasaan panas dingin ketika teman-teman saya menanyakan tentang penyelesaian skripsi saya				
14	Saya merasa khawatir ketika laporan penelitian saya belum selesai				

TERIMA KASIH ATAS KERJASAMANYA
MOHON PERIKSA KEMBALI JAWABAN ANDA
JANGAN SAMPAI ADA PERNYATAAN YANG TERLEWATKAN

IAIN JEMBER

PEDOMAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA

A. PEDOMAN WAWANCARA

- a. Gambaran Adversity *Quotient* mahasiswa
- b. Gambara Prokrastinasi mahasiswa
- c. Gambaran kecemasan mahasiswa

B. PEDOMAN OBSERVASI

- a. Situasi yang bersifat fisik (letak geografis lembaga)
- b. Situasi yang bersifat non fisik (seperangkat kegiatan yang dilakukan, tindakan-tindakan tertentu yang dilakukan, rangkaian aktifitas)

C. PEDOMAN DOKUMENTASI

- a. Data yang berbentuk dokumentasi bersifat tertulis (sejarah, visi dan misi, tujuan)
- b. Data yang berbentuk dokumen yang bersifat gambar (foto-foto kegiatan yang berkaitan dengan judul penelitian)

IAIN JEMBER

DOKUMENTASI



Foto depan Kampus IAIN Jember



Foto Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember



Wawancara dengan Dosen Pembimbing



Wawancara dengan Mahasiswa Angkatan 2015



Penyebaran Angket Kepada Mahasiswa Angkatan 2015



Pengisian Angket oleh Mahasiswa Angkatan 2015



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN

Jl. Mataram No.1 Mangli, Telp. (0331) 487550 Fax. (0331) 472005, Kode Pos : 68136
Website : [www.http://ftik.iain-jember.ac.id](http://ftik.iain-jember.ac.id) e-mail : tarbiyah.iainjember@gmail.com

Nomor : B-3272/In.20/3.a/PP.00.9/10/2019
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Permohonan izin Penelitian

21 Oktober 2019

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember

Assalamualaikum Wr Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas Skripsi pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, maka mohon diijinkan mahasiswa berikut :

Nama : Uut Maria Ulfa
NIM : T20151395
Semester : IX (Sembilan)
Jurusan : Pendidikan Islam
Prodi : Pendidikan Agama islam

untuk mengadakan Penelitian/Riset di lingkungan IAIN Jember mengenai hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dengan tingkat Kecemasan mahasiswa semester akhir dalam proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember angkatan 2015 Tahun Akademik 2019/2020 selama 30 (tiga puluh) hari.

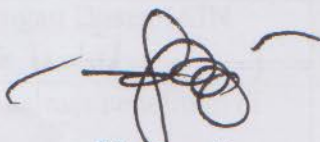
Adapun pihak-pihak yang dituju adalah sebagai berikut:

1. Dosen
2. Subag Akademik
3. Mahasiswa

Demikian atas perkenan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr Wb.




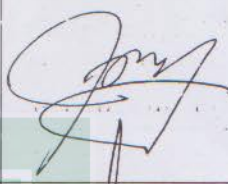

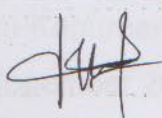
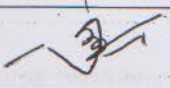
a.n. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Mashudi

JURNAL KEGIATAN PENELITIAN

DI IAIN JEMBER TAHUN AKADEMIK 2019/2020

NO	HARI/ TANGGAL	JENIS KEGIATAN	TANDA TANGAN
1	Senin, 21 oktober 2019	Menyerahkan surat penelitian	
2	Senin, 30 september 2019	Observasi	
3	Selasa, 22, oktober 2019	1. Pengambilan data mahasiswa yang mengerjakan skripsi Prodi PAI di Fakultas Tarbiyah (Bapak Rudi)	
		2. Pengambilan data mahasiswa yang mengerjakan skripsi Prodi PGMI, IPA, IPS di Fakultas Tarbiyah (Bapak Thoriq)	
		3. Pengambilan data mahasiswa yang mengerjakan skripsi Prodi PBA, PBI, PIAUD di Fakultas Tarbiyah (Bapak Faruq)	
		4. Pengambilan data mahasiswa yang mengerjakan skripsi Prodi BIOLOGI, MATIK, MPI di Fakultas Tarbiyah (Bapak Ojik)	
4	Rabu, 11 september 2019	Penyebaran angket pada responden	
5	Jumat 04 oktober 2019	Wawancara dan Observasi dengan mahasiswa yang mengerjakan skripsi (Alfi Nailul Izza)	
6	Jumat 11 oktober 2019	Wawancara dengan Dosen IAIN Jember (Bapak Muhid)	
7	Senin, 21 oktober 2019	Meminta surat selesai penelitian di IAIN Jember	

Nomor : B.770 /In.20/3.a/PP.00.9/10/2019
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Persetujuan Izin Penelitian

21 Oktober 2019

th. Uut Maria Ulfa

Assalamualaikum Wr.Wb

Menindak lanjuti surat saudara tanggal 21 Oktober 2019 perihal permohonan izin penelitian, maka yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. H. Mashudi, M.Pd
NIP : 196405111999032001
Pangkat/ Golongan : Pembina Tingkat I (IV/b)
Jabatan : Lektor Kepala/ Wakil Dekan Bidang Akademik
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Jember

Menyetujui mahasiswa yang tersebut di bawah ini:

Nama : Uut Maria Ulfa
NIM : T20151395
Jurusan : Pendidikan Islam
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Semester : IX(Sembilan)
Judul Penelitian : Hubungan Antara Adversity Quotient Dan
Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa
Semester Akhir Dalam Proses Menyelesaikan
Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan
Ilmu Keguruan TA. 2019/ 2020

Untuk melakukan penelitian di lingkungan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Jember, mulai tanggal 21 Oktober 2019 s/d 20 Nopember 2019.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Wakil Dekan Bidang Akademik



BIODATA PENULIS



Data Diri :

Nama : **Uut Maria Ulfa**
NIM : T20151395
TTL : Jember, 15 Agustus 1996
Alamat : Dusun Kebonsari, RW/RT 13/01, Desa Tamansari,
Kec. Wuluhan - Kab. Jember.
No. Telp. : 085 730 360 796
Email : uutmariaulfa123@gmail.com

Riwayat Hidup :

1. SDN Tamansari 01
2. MTs Al-Misri Curahmalang Rambipuji
3. MA Al-Misri Curahmalang Rambipuji
4. IAIN Jember