

Table Of Content

Journal Cover 2
Author[s] Statement 3
Editorial Team 4
Article information 5
 Check this article update (crossmark) 5
 Check this article impact 5
 Cite this article 5
Title page 6
 Article Title 6
 Author information 6
 Abstract 6
Article content 7

Academia Open



By Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode>

EDITORIAL TEAM

Editor in Chief

Mochammad Tanzil Multazam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Managing Editor

Bobur Sobirov, Samarkand Institute of Economics and Service, Uzbekistan

Editors

Fika Megawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Mahardika Darmawan Kusuma Wardana, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Wiwit Wahyu Wijayanti, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Farkhod Abdurakhmonov, Silk Road International Tourism University, Uzbekistan

Dr. Hindarto, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Evi Rinata, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

M Faisal Amir, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dr. Hana Catur Wahyuni, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

Article information

Check this article update (crossmark)



Check this article impact (*)



Save this article to Mendeley



(*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

Relationship Between Adversity Quotient And Academic Stress In Muhammadiyah 9 Boarding School Smp Students

Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Stres Akademik Pada Peserta Didik Smp Muhammadiyah 9 Boarding School

Amelia Solikhah, ameliasolikhah@gmail.com, (0)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Widyastuti, widyastuti@umsida.ac.id, (1)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

⁽¹⁾ Corresponding author

Abstract

Academic stress is an individual response that arises because of their inability to complete or complete academic demands. This study aims to determine the relationship between adversity quotient and academic stress in students of SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. This research is a correlational quantitative study. The population in this study were all students of SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin, with a sample of 114 subjects. Data collection techniques in this study used the adversity quotient scale ($\alpha = 0.949$) and the academic stress scale ($\alpha = 0.945$). The data analysis technique used Pearson's product-moment correlation with the help of SPSS 18.0. The results of the research data analysis showed that the correlation coefficient (r_{xy}) was -0.247 with a significance of $0.004 < 0.05$, meaning that there was a significant negative relationship between adversity quotient and academic stress in students of SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. In this study, the influence of the adversity quotient variable with academic stress was 6.1%.

Published date: 2021-08-23 00:00:00

Suatu negara menjadikan pendidikan sebagai salah satu kunci agar dapat mempersiapkan masa depan dan sanggup bersaing dengan bangsa lain. Di Indonesia sistem pendidikan telah diatur dalam Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003. Melalui pendidikan, peserta didik diharapkan dapat memiliki pengetahuan serta keterampilan yang akan berguna di kehidupan mendatang. Sehingga pendidikan menjadi upaya untuk dapat mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas [1].

Di Indonesia telah dilaksanakan berbagai macam jenis pendidikan. Salah satu alternatif yang di tawarkan pendidikan untuk menghasilkan sumber daya manusia berkualitas yaitu sekolah berasrama (*boarding school*). Sekolah berasrama (*boarding school*) merupakan sekolah yang seluruh atau beberapa peserta didiknya tinggal berada di lingkungan sekolah selama kegiatan pembelajaran berlangsung, dengan memadukan sistem pendidikannya berupa pesantren dan sekolah [2], [3].

Sekolah berasrama mewajibkan peserta didiknya untuk tinggal diasrama yang sudah disediakan oleh sekolah, serta mendapat jadwal kegiatan dan peraturan yang telah ditetapkan oleh sekolah dan asrama. Sekolah berasrama memadukan kurikulum pendidikan nasional dengan kurikulum keagamaan. Sehingga peserta didik tidak hanya mendapatkan mata pelajaran secara umum tapi juga mendapat pelajaran tambahan lebih banyak mengenai keagamaan dan keislaman. Waktu belajarnya pun lebih lama, karena selain mendapat materi pelajaran di sekolah peserta didik juga mendapat materi pelajaran di asrama.

Hal tersebut memberikan perbedaan antara peserta didik yang belajar disekolah berasrama (*boarding school*) dengan belajar disekolah umum reguler [4], karena sekolah umum reguler menggunakan kurikulum pendidikan nasional dengan mata pelajaran secara umum dan waktu belajar yang relatif sedikit, serta setelah kegiatan pembelajaran selesai peserta didik kembali pulang ke rumah. Sehingga peserta didik *boarding school* memiliki kemungkinan mendapat tuntutan dan tekanan yang lebih besar dibanding dengan peserta didik sekolah umum reguler, seperti lebih banyaknya mata pelajaran, tugas dan jam belajar yang mereka dapatkan. Besarnya tuntutan akademik yang ada, akan membuat peserta didik cenderung memiliki stres akademik.

Berdasarkan penelitian sebelumnya siswa *boarding school* rentan mengalami stres akademik, salah satu faktornya yaitu penerapan kurikulum yang berbeda dengan sekolah pada umumnya membuat beban akademik yang dirasakan siswa menjadi lebih tinggi, sehingga dapat menyebabkan stres. Hasil penelitiannya membuktikan bahwa terdapat 24% siswa *boarding school* tergolong dalam kategori stres akademik tinggi [5]. Peneliti lainnya juga berpendapat bahwa stres yang dialami peserta didik dapat bersumber dari beberapa tuntutan yang ada disekolah, seperti tuntutan fisik, tuntutan tugas, tuntutan peran, dan tuntutan interpersonal [6].

Salah satu lembaga pendidikan yang menerapkan sistem *boarding school* adalah SMP Muhammadiyah 9 *Boarding School*. Berdasarkan hasil wawancara, aktivitas peserta didik sebagian besar dilakukan di sekolah dan asrama, tentu saja hal ini membuat mereka mempunyai lebih banyak tuntutan yang menjadikan mereka merasa stres dan tertekan. Sehingga memunculkan beberapa indikasi perilaku stres akademik pada peserta didik seperti sulit berkonsentrasi, muda melupakan sesuatu, takut gagal, serta reaksi tubuhnya mengalami sakit kepala dan muda lelah. Indikasi perilaku yang ditunjukkan tersebut sesuai dengan aspek stres akademik menurut pendapat Olejnik dan Holschuh (2007) [7]. Selain itu, hasil survey awal menunjukkan tingkat stres akademik peserta didik 16% dalam kategori tinggi, 53% kategori sedang, 21% kategori rendah, dan 10% berada dikategori sangat rendah. Sehingga hal tersebut perlu diperhatikan karena stres dapat berpengaruh pada prestasi belajar dan perilaku peserta didik kedepannya.

Masalah stres akademik perlu mendapat perhatian khusus karena dapat berdampak pada masalah fisik, psikologis, dan perilaku peserta didik ke depannya. Salah satu dampaknya yaitu menyebabkan prestasi belajar menurun, mengganggu fungsi kognitif, mempengaruhi individu dalam menyelesaikan tugas, serta timbulnya rasa tidak percaya diri dan menyalahkan lingkungan, yang berakibat pada timbulnya keinginan untuk berpindah sekolah [1], [5], [8].

Menurut Alvin penyebab timbulnya stres akademik dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor eksternal meliputi pelajaran yang lebih padat, tekanan untuk berprestasi, dorongan status sosial, dan orangtua saling berlomba. Sedangkan faktor internal seperti pola pikir, kepribadian dan keyakinan [9]. Keyakinan yang ada pada diri peserta didik salah satunya adalah *adversity quotient*. Seperti hasil penelitian sebelumnya menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik dengan kekuatan korelasi sedang dan berpengaruh sebesar 31% [10].

Adversity quotient adalah sejauh mana seseorang sanggup bertahan dalam menghadapi kesulitan dan kemampuan untuk mengatasi masalah atau kesulitan tersebut. *Adversity quotient* terdiri dari empat dimensi yaitu *Control* (kendali) kemampuan individu dalam mengendalikan diri dan mengetahui apa yang dilakukan dalam situasi sulit, (asal-usul & pengakuan) meliputi rasa tanggung jawab dan menyadari kesalahan diri sendiri, *Reach* (jangkauan) dapat membatasi masalah dan berpikir kedepan dalam mengambil keputusan, serta *Endurance* (daya tahan) kemampuan bertahan dalam kesulitan dan menganggap kesulitan tidak berlangsung lama [11].

Menurut Olejnik dan Holschuh stres akademik merupakan respon yang dimunculkan individu, akibat terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan. Stres akademik terdiri dari empat aspek yaitu pemikiran, perilaku, perasaan dan reaksi tubuh. Pada aspek pemikiran gejala yang ditimbulkan seperti sulit berkonsentrasi,

melupakan sesuatu, takut gagal dan cemas akan masa depan. Dari aspek perilaku stres dapat menimbulkan perilaku menarik diri, menangis tanpa alasan, serta tidur dan makan tidak teratur. Berdasarkan segi perasaan individu akan mengalami perasaan mudah marah, murung, cemas, dan merasa takut. Sedangkan pada reaksi tubuh akan menimbulkan reaksi seperti detak jantung meningkat, mudah lelah, rentan sakit, dan sakit kepala [7].

Peristiwa stres memiliki tingkat yang berbeda-beda bergantung dari cara individu merespon kesulitan-kesulitan yang dihadapinya. Adanya kemampuan *Adversity quotient* yang memadai, membantu peserta didik untuk tidak mudah merasa stres dalam menghadapi berbagai macam situasi sulit atau tuntutan akademik yang diterimanya tersebut. Sehingga *adversity quotient* berpengaruh terhadap tingkat stres seseorang [12].

Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *adversity quotient* dengan stres akademik pada peserta didik SMP Muhammadiyah 9 *Boarding School*. Hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan stres akademik pada peserta didik SMP Muhammadiyah 9 *Boarding School*. Artinya, semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin rendah stres akademik. Begitu sebaliknya, semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi stres akademik.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional, bertujuan untuk mengetahui hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya [13]. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh peserta didik SMP Muhammadiyah 9 *Boarding School* Tanggulangin sejumlah 167. Sampel penelitian berjumlah 114 subyek yang dipilih menggunakan tabel Issac & Michael dengan taraf signifikansi 5%. Teknik sampling yang digunakan adalah *proportionate stratified random sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi berupa skala *adversity quotient* ($\alpha = 0,949$) dan skala stres akademik ($\alpha = 0,945$) dengan model skala *likert* yang di modifikasi dari peneliti sebelumnya. Analisis data dengan teknik korelasi *product moment pearson*, melalui program SPSS 18.0 for windows.

- PENDAHULUAN
- METODE PENELITIAN
- HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji normalitas pada tabel 1 dilihat dari *output uji kolmogrov-smirnov*, menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk variabel *adversity quotient* dan variabel stres akademik sebesar 0,977 ($> 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa hasil uji normalitas untuk variabel *adversity quotient* dan variabel stres akademik berdistribusi normal.

Tabel 1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Unstandardized Residual	
N		114	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	15.38547394	
	Most Extreme Differences	Absolute	
		Positive	
Negative			
Kolmogorov-Smirnov Z		.477	
Asymp. Sig. (2-tailed)		.977	
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			

Hasil uji linieritas dengan melihat nilai signifikansi pada kolom *linierity* di tabel 2, menunjukkan bahwa nilai F sebesar 6,491 dengan signifikansi 0,013. Karena nilai signifikansi $< 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa variabel *adversity quotient* dengan variabel stres akademik memiliki hubungan yang linier.

Tabel 2. Uji Linieritas

ANOVA Table				
			F	Sig.
SA * AQ	Between Groups	(Combined)	.854	.710
		Linearity	6.491	.013
		Deviation from Linearity	.726	.870
	Within Groups			
	Total			

Pada tabel 3 diketahui hasil uji korelasi (r_{xy}) sebesar -0,247 dengan signifikansi $0,004 < 0.05$. Hal ini berarti bahwa hipotesis penelitian diterima, yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan stres akademik. Artinya semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin rendah stres akademik yang dimiliki peserta didik, sebaliknya semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi stres akademik yang dimiliki peserta didik.

Tabel 3. Uji Hipotesis

Correlations			
		SA	AQ
SA	Pearson Correlation	1	-.247
		Sig. (1-tailed)	.004
		N	114
	AQ	Pearson Correlation	-.247
		Sig. (1-tailed)	.004
		N	114

Berdasarkan tabel 4 sumbangan variabel X, yaitu *adversity quotient* terhadap variabel stres akademik sebesar 6,1%. Hasil ini diperoleh dari *R Square* sebesar $0,061 \times 100\% = 6,1\%$. Jadi dapat disimpulkan bahwa pengaruh *adversity quotient* terhadap stres akademik sebesar 6,1%, sedangkan sisanya 93,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya.

Tabel 4. Sumbangan Efektif

Model Summary					
Model	R	R Square	Adjusted Square	R	Std. Error of the Estimate
1	.247	.061	.053		15.454
a. Predictors: (Constant), AQ					

Tabel kategorisasi skor subyek di bawah menunjukkan bahwa dari jumlah 114 subyek, diperoleh 9 subyek memiliki kemampuan *adversity quotient* sangat rendah, 20 subyek memiliki kemampuan *adversity quotient* rendah, 47 subyek memiliki tingkat kemampuan *adversity quotient* sedang, 31 subyek memiliki kemampuan *adversity quotient* tinggi, dan 7 subyek memiliki kemampuan *adversity quotient* sangat tinggi. Selain itu dari jumlah 114 subyek, terdapat 7 subyek mengalami stres akademik sangat rendah, 32 subyek mengalami stres akademik rendah, 45 subyek mengalami stres akademik pada kategori sedang, 21 subyek mengalami stres akademik yang tinggi, dan 9 subyek mengalami stres akademik sangat tinggi.

Tabel 4. Kategorisasi Skor Subyek

Kategori	Subyek Penelitian			
	Adversity Quotient		Stres Akademik	
	Σ Subyek	%	Σ Subyek	%
Sangat Rendah	9	8%	7	6%
Rendah	20	18%	32	28%
Sedang	47	41%	45	40%
Tinggi	31	27%	21	18%
Sangat Tinggi	7	6%	9	8%
Jumlah	114	100%	114	100%

Dari uraian kategorisasi diatas, disimpulkan bahwa peserta didik SMP Muhammadiyah 9 *Boarding School* Tanggulangin memiliki kemampuan *adversity quotient* dan tingkat stres akademik termasuk dalam kategori sedang. Hal tersebut dapat diketahui dari tabel kategorisasi, dimana persentase dan jumlah subyek mayoritas berada di kategori sedang.

- Hasil Penelitian
- Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat diketahui bahwa nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0,247$ dengan taraf signifikansi $0,004$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan stres akademik. Hipotesis tersebut berarti semakin tinggi *adversity quotient*, maka semakin rendah stres akademik. Sebaliknya, semakin rendah *adversity quotient*, maka semakin tinggi stres akademik.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan terdapat hubungan negatif signifikan antara *adversity quotient* dengan stres akademik dengan koefisien korelasi sebesar $-0,558$ dan $p = 0,000$. Dalam hal ini, subyek penelitian memiliki *adversity quotient* pada kategori tinggi sebesar $54,4\%$ dan stres akademik dalam kategori rendah $56,3\%$, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kemampuan *adversity quotient*, maka stres akademik yang dialami tersebut akan semakin rendah, begitu juga sebaliknya [14].

Penelitian lainnya tentang pengaruh tawakal dan *adversity quotient* untuk mengurangi stres akademik pada mahasiswa, juga menunjukkan hasil bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara tawakal dan *adversity quotient* untuk mengurangi stres akademik sebesar $49,6\%$. Artinya semakin tinggi *adversity quotient* yang dimiliki, maka tingkat stres akademik tersebut semakin bisa diminimalisir dan ditekan [15].

Hasil kategorisasi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan *adversity quotient* peserta didik SMP Muhammadiyah 9 *Boarding School* Tanggulangin termasuk dalam kategori sedang sekitar 41% . Hal ini berarti banyak peserta didik SMP Muhammadiyah 9 *Boarding School* yang memiliki kemampuan *adversity quotient* sedang, sehingga stres akademik yang dialami peserta didik juga berada dalam kategori sedang sebesar 40% .

Berdasarkan teori *adversity quotient* yang dikembangkan oleh Paul G Stoltz, peserta didik yang memiliki tingkat *adversity quotient* sedang disebut dengan istilah *Campers*. Artinya, tipe ini mempunyai kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi sebuah kesulitan/tantangan. Mereka mempunyai kemampuan yang terbatas terutama pada perubahan besar yang menuntut mereka untuk beradaptasi, sehingga mereka memilih untuk berhenti berusaha ketika kesulitan/tantangan tersebut dianggap mengancam. Mereka juga merasa puas dan merasa cukup atas apa yang telah dicapai, sehingga kurang maksimal dalam mengembangkan potensi diri yang dimiliki [16]. Sedangkan, peserta didik yang mengalami stres akademik berada dalam kategori sedang, memiliki stres yang cukup mengganggu, namun stres tersebut masih bisa dikelola dengan baik [10].

Adversity quotient dapat dikatakan sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya stres akademik. Dalam penelitian ini, sumbangan efektif *adversity quotient* terhadap stres akademik yaitu sebesar $6,1\%$, artinya *adversity quotient* hanya berpengaruh sebesar $6,1\%$ terhadap stres akademik. Hal ini didukung oleh penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa besar pengaruh *adversity quotient* terhadap tingkat stres akademik sebesar 31% [10]. Sisanya yaitu $93,9\%$ dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak menjadi fokus penelitian ini.

Penelitian ini dapat membuktikan bahwa adanya hubungan negatif antara *Adversity quotient* dengan stress akademik pada peserta didik SMP Muhammadiyah 9 *Boarding School*. Tetapi penelitian ini juga tidak lepas dari kekurangan seperti, kajian yang menggunakan variabel *adversity quotient* yang mempengaruhi stres akademik. Variabel *adversity quotient* dalam penelitian ini hanya memiliki sedikit pengaruh terhadap stres akademik. Variabel lain yang dapat mempengaruhi stres akademik salah satunya adalah efikasi diri dan dukungan sosial. Selain itu, penggunaan metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi melalui *google form*,

sehingga peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung yang menyebabkan subyek mungkin tidak bersungguh-sungguh dalam memberikan jawaban.

Berdasarkan hasil penelitian dan juga pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan stres akademik pada peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Hal tersebut dapat diketahui dari nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0,247$ dengan taraf signifikansi kurang dari 0,05 yaitu 0,004, yang menunjukkan hipotesis penelitian diterima. Apabila *adversity quotient* semakin tinggi, maka stres akademik yang dialami akan semakin rendah. Begitu sebaliknya, apabila *adversity quotient* semakin rendah, maka stres akademik yang dialami semakin tinggi. Adapun sumbangan efektif variabel *adversity quotient* terhadap variabel stres akademik yaitu sebesar 6,1%. Hal ini berarti bahwa, *adversity quotient* dapat berpengaruh terhadap stres akademik.

- **SIMPULAN**
- **SARAN**

Hasil penelitian menunjukkan tingkat kemampuan *adversity quotient* peserta didik berada pada kategori sedang (menengah keatas). Kemampuan tersebut sudah cukup baik sehingga peserta didik diharapkan dapat

mempetahkannya, dengan cara mengembangkan potensi diri (daya juang) secara maksimal seperti mengikuti kompetisi atau perlombaan, mencoba hal baru yang menantang, serta tetap bertanggung jawab di setiap kondisi.

Bagi pihak sekolah diharap dapat memberdayakan kemampuan daya juang pada peserta didik, supaya dapat mengembangkan ketrampilan intelektual secara optimal. Dengan demikian, pihak sekolah dapat mengadakan sebuah perlombaan atau kompetisi, karya ilmiah, ekstrakurikuler, serta pelatihan atau outbond untuk melatih kemampuan *adversity quotient* pada peserta didik.

- Bagi Peserta Didik
- Bagi Sekolah
- Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya jika ingin meneliti tentang stres akademik, diharapkan dapat menggunakan variabel lain untuk diteliti sebagai variabel X yang dapat mempengaruhi stres akademik lebih tinggi. Hal tersebut dimaksud juga untuk mengungkap lebih dalam lagi fenomena stres akademik yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada keluarga dan teman-teman penulis yang senantiasa memberikan doa, dukungan serta kasih sayang kepada penulis. Penulis sampaikan terima kasih juga kepada dosen pembimbing yang telah membimbing, memberikan banyak ilmu, solusi serta dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi. Tak lupa penulis juga sampaikan terima kasih kepada responden yang telah bersedia meluangkan waktu dalam membantu penelitian ini.

References

1. N. R. Winajah, "Hubungan antara locus of control dengan stres akademik peserta didik," universitas pendidikan indonesia, 2013.
2. D. Aulia, "Hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada siswa boarding school di madrasah tsanawiyah nu assalam dan madrasah tranawiyah amsilatati," universitas diponegoro, 2019.
3. M. N. Qomari, "Hubungan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik siswa di smp insan cendekia mandiri boarding school sidoarjo," psikosains, vol. 10, no. 2, pp. 127-138, 2015.
4. N. Zakiyah, F. N. R. Hidayati, and I. Setyawan, "Hubungan antara penyesuaian diri dengan prokrastinasi akademik siswa sekolah berasrama smp n 3 peterong jombang," Psikol. undip, vol. 8, no. 2, pp. 156-167, 2010.
5. M. Hidayah, "Hubungan dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa sma boarding school," universitas islam indonesia, 2018.
6. N. P. Anggana, "Hubungan antara dukungan sosial dan *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik peserta didik kelas VIII smp negeri 12 bandung," universitas pendidikan indonesia, 2015.
7. F. U. Isthoftaiyah, "Pengaruh self-efficacy dan hardiness terhadap stres akademik santri kelas vii dan viii tsanawiyah pondok pesantren nurul ulum putri malang," universitas islam negeri maulana malik ibrahim malang, 2017.
8. S. D. Utami, "Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa kelas XI di man 3 yogyakarta," universitas negeri yogyakarta, 2015.
9. R. Y. Majrika, "Hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada remaja sma di sma yogyakarta," universitas islam indonesia yogyakarta, 2018.
10. S. A. Putri, Zulharman, and Firdaus, "Hubungan *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik pada dokter muda fakultas kedokteran universitas riau," online Mhs., vol. 3, no. 2, pp. 1-8, 2016.
11. P. G. Stoltz, *Adversity quotient*, Pertama. akarta: PT. Grasindo, 2000.

12. W. Wijaya, "Hubungan antara adversity quotient dengan stres akademik dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa psikologi uksw," universitas kristen satya wacana, 2016.
13. S. Azwar, Metode penelitian, Pertama. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR, 2014.
14. C. R. Ferdiana, "Hubungan adversity quotient dan stres akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi," Universitas Muhammadiyah Malang, 2019.
15. H. D. Rosyik, "Pengaruh tawakal dan adversity quotient untuk mengurangi stres akademik pada mahasiswa prodi tasawuf & psikoterapi angkatan 2014-2015 fakultas ushuluddin & humaniora uin walisongo semarang," universitas islam negeri walisongo semarang, 2019.
16. C. Sari, Firdaus, and D. Risma, "Hubungan adversity quotient dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama fakultas kedokteran universitas riau," psikologi, pp. 1-12, 2013.