

Adversity Quotient dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Anita Gregah Dewantari¹, Christiana Hari Soetjningsih²

^{1,2} Department of Psychology, Satya Wacana Christian University, Indonesia

Email: ¹ anitagregahd@gmail.com, ² soetji_25@yahoo.co.id

Artikel Info	ABSTRACT
<p>Riwayat Artikel: Penyerahan 29/08/2022 Revisi 16/09/2022 Diterima 22/09/2022</p> <hr/> <p>Keyword: Adversity Quotient; Anxiety facing the world of work; Students</p>	<p><i>This research aims to determine the relationship between the adversity quotient and the anxiety of final year students in dealing with the world of work at various universities in Indonesia. This research was conducted using a correlational quantitative method by involving final year students from various universities in Indonesia. The samples in this research were taken by means of non probability techniques, specifically with the type of accidental sampling. The data analysis method used is the Pearson product moment correlation method. The results showed that there was a significant negative relationship between Adversity Quotient and anxiety in dealing with the world of work with r value = -0.731 and significance = 0.000 ($p < 0.05$). Thus, it may be inferred that the higher adversity quotient level will be more likely to reduce the level of anxiety in dealing with the world of work. On the other hand, the lower level of adversity quotient will be more likely able to increase the level of anxiety in dealing with the world of work. Adversity quotient was managed to provide an effective contribution of 50.8% to anxiety in dealing with the world of work. Therefore, this research is expected to be a provision of knowledge to increase or form an adversity quotient in reducing anxiety in facing with the world of work.</i></p>

ABSTRAK	Kata Kunci
<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Adversity Quotient dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 170 mahasiswa dari berbagai Perguruan tinggi di Indonesia dengan menggunakan teknik sampling accidental. Metode analisis data yang digunakan yaitu dengan metode korelasi Product Moment dari Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara Adversity Quotient dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan nilai $r = -0,731$ dan signifikansi = $0,000$ ($p < 0,05$). Artinya semakin tinggi Adversity Quotient maka semakin rendah munculnya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dan sebaliknya jika Adversity Quotient rendah maka kecemasan dalam menghadapi dunia kerja semakin tinggi. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan menjadi bekal pengetahuan untuk meningkatkan atau membentuk adversity quotient dalam mengurangi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.</p>	<p>Adversity Quotient; Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja; Mahasiswa</p>

Copyright (c) Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi

Korespondensi:

Anita Gregah Dewantarii

Universitas Kristen Satya Wacana

Email: anitagregahd@gmail.com



LATAR BELAKANG

Seiring berkembangnya zaman dari waktu ke waktu dan pada era globalisasi saat ini, tantangan dalam menghadapi dunia pekerjaan semakin sulit dan banyak persaingan. Di Indonesia sendiri mencari pekerjaan bukanlah sesuatu yang mudah. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2021), per bulan Februari pada tahun 2021 diperoleh sebanyak 8,75 juta orang termasuk lulusan perguruan tinggi yang tidak memiliki pekerjaan. Menurut Kellerman dan Sagmeister (dalam Agusta, 2014), semakin bertambahnya tahun dalam dunia kerja, angka pengangguran akan semakin meningkat khususnya pada lulusan sarjana.

Dunia kerja sendiri merupakan hal yang asing dan baru bagi sebagian mahasiswa, sehingga dalam memiliki kompetensi dan juga kemampuan yang baik dapat diperoleh dengan mengikuti kegiatan-kegiatan yang disediakan di dalam universitas maupun diluar universitas seperti, mengikuti organisasi, kepanitiaan, magang, maupun bekerja *part-time* ataupun *full-time* (Nastiti dkk., 2021). Kegiatan-kegiatan tersebut dapat menjadi salah satu cara mahasiswa untuk memperoleh *hard skill* dan *soft skill* dan pengalaman yang dibutuhkan dalam dunia kerja (Pertiwi dkk., 2015). Dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi dunia kerja, mahasiswa memiliki cukup banyak hambatan dan tantangan yang muncul dari berbagai faktor yaitu internal maupun eksternal. Di mana kedua hal ini memiliki dampak yang cukup besar pada setiap individu. Dampak yang muncul tersebut membuat para mahasiswa merasa terhambat dan kesulitan. Hal ini juga diungkapkan oleh Ashford dkk (dalam Putra dan Suhariadi, 2021), di mana dalam menghadapi dunia kerja sendiri terdapat adanya kecemasan dan stres terkait dengan hambatan, kesulitan, tantangan dan perasaan negatif pada diri mahasiswa khususnya pada mahasiswa tingkat akhir. Dengan diketahuinya angka pengangguran yang kian meningkat pada lulusan perguruan tinggi maka akan dapat menimbulkan kegelisahan atau kecemasan

terkait dalam mendapatkan pekerjaan (Rachmady dan Aprilia, 2018).

Ketika menghadapi persaingan dan juga tantangan dalam dunia kerja, sebagian individu membayangkan sesuatu hal yang menakutkan dan munculnya rasa tertekan dan khawatir ataupun perasaan takut (Sari dan Astuti, 2014). Kedua hal tersebut sering muncul secara bersamaan pada individu ketika mereka berada pada suatu situasi atau kondisi yang akan dihadapi dalam bentuk nyata maupun tidak nyata yang tidak mengancam atau juga mengancam yang dapat membahayakan keselamatan dan kesejahteraan individu, dalam psikologi hal tersebut dikenal dengan istilah kecemasan (Safaria dan Ashari, 2021). Hal ini juga dikemukakan Chaplin (dalam Wahyuni, 2013) di mana kecemasan terjadi pada saat individu memiliki gambaran akan masa depannya yang masih berupa angan-angan atau ketidakpastian yang menyebabkan timbulnya perasaan-perasaan campuran seperti ketakutan dan keprihatinan yang tanpa diketahui sebab munculnya perasaan tersebut.

Menurut Bandura (dalam Nevid, Rathus, dan Greene, 2013) ketika individu berpikir bahwa ia tidak memiliki kemampuan dalam menghadapi suatu masalah atau kesulitan yang akan dihadapinya, maka perasaan cemas, pikiran negatif akan selalu menghampiri dan akan semakin besar jika akan menghadapi suatu masalah atau tantangan, khususnya dalam menghadapi tantangan dunia kerja pada mahasiswa lulusan perguruan tinggi nantinya, sehingga dalam mengatasi tantangan atau kesulitan yang menjadi sumber kecemasan itu mahasiswa harus memiliki kemampuan untuk bisa mengatasi dan mengelola kesulitannya sehingga individu tidak mengalami kecemasan. Menurut Cesarini dkk., (2020) Kecemasan sendiri dapat di kelola atau dikontrol ketika individu memiliki kemampuan untuk bisa mengatasi dan mengelola suatu hambatan atau kesulitan yang dikenal dengan *Adversity Quotient*. *Adversity Quotient* berperan penting dan sangat dibutuhkan individu khususnya mahasiswa saat menghadapi berbagai

hambatan atau kesulitan seperti kecemasan (Wibowo dan Suroso, 2016).

Individu yang memiliki *Adversity Quotient* atau daya juang yang tinggi memiliki kemampuan yang baik dalam merespon dan mengatasi kesulitan yang dihadapinya, memiliki motivasi yang tinggi, dan tidak mudah putus asa atas ketidakmampuannya ataupun kesulitan yang dihadapinya (Aprilia dan Khairiyah, 2018). *Adversity Quotient* yang tinggi pada individu, menunjukkan bahwa individu memiliki motivasi dan semangat yang tinggi serta kemampuan untuk terus berjuang dan bertahan serta mencari cara untuk menghadapi kesulitan atau permasalahannya, sehingga membuat individu baik dalam melakukan *problem solving* dan fokus dalam mencari solusi (Stoltz, 2000). Konsep *Adversity Quotient*, di mana ketika individu dihadapkan pada suatu kesulitan ia bisa menerima kesulitan itu sebagai tantangan, yang mana dalam tantangan tersebut diharapkan memiliki sebuah peluang untuk bisa terus diperjuangkan dan mencari cara untuk mengatasinya. Agusta (2014) berpendapat bahwa *Adversity Quotient* merupakan suatu kemampuan pada seorang individu ketika menghadapi dan bertahan pada suatu kesulitan yang dinilai sebagai suatu proses dalam mengembangkan diri dan mencapai suatu tujuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hanifa (2017) bahwa terdapat kesulitan dalam menghadapi dunia kerja setelah lulus sekolah, dimana kurangnya kesiapan yang matang untuk memenuhi kebutuhan dan kompetensi yang dibutuhkan pada saat bekerja. Terdapat juga hasil penelitian yang sama dengan penelitian yang dilakukan Rachmady dan Aprilia (2018), dalam hasil penelitiannya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja cukup memiliki dampak yang tinggi, di mana individu lebih merasa khawatir dan cenderung putus asa karena melihat sulitnya mencari kerja, di mana hal ini berpengaruh terhadap *Adversity Quotient* yang terdapat pada diri individu mempengaruhi kecemasan ketika menghadapi dunia kerja. Dalam

menghadapi dunia kerja, perubahan reformasi, dan ketatnya persaingan mencari kerja ini mahasiswa tingkat akhir membutuhkan *adversity quotient* dalam dirinya (Hardianto dan Sucihayati, 2019).

Maka dari peneliti tertarik untuk meneliti kembali variabel antara *Adversity Quotient* dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja karena banyaknya perubahan yang terjadi dalam dibutuhkannya kompetensi pekerjaan dan semakin ketatnya persaingan mencari dunia kerja dan juga untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *Adversity Quotient* dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan negatif atau positif yang signifikan antara *Adversity Quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia. Artinya, semakin tinggi *Adversity Quotient* pada individu maka semakin rendah kecemasan yang timbul pada individu, begitu juga sebaliknya semakin rendah *Adversity Quotient* individu maka semakin tinggi kecemasan yang dirasakan pada individu.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah penelitian kuantitatif dengan desain korelasional.

Teknik Analisis data

Analisis data yang dilakukan dalam pengolahan data penelitian ini adalah dengan menggunakan analisis korelasi untuk mencari hubungan dan menguji hipotesis antara dua variabel. Sebelum dilakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 2.1 *for windows*.

Subjek Penelitian

Pengambilan subyek dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling non probability*

yaitu dengan *accidental* sampling. Partisipan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa tingkat akhir dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia yang berjumlah 170 mahasiswa.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dengan skala *Likert*. Partisipan yang mengisi skala diminta untuk mengisi jawaban sesuai dengan keadaannya saat ini, pilihan jawaban terdiri dari empat yaitu “Sangat Setuju”, “Setuju”, “Tidak Setuju”, “Sangat Tidak Setuju”. Skala disusun berdasarkan aitem *favorable* dan *unfavorable*. Dalam penelitian ini, terdapat dua skala, yaitu Skala *Adversity Quotient* menggunakan skala yang disusun oleh Khairiyah (2016) berjumlah 15

aitem pernyataan, berdasarkan empat aspek yang dikemukakan oleh (Stoltz, 2000) dengan reliabilitas 0,727. Dengan contoh pernyataan “Saya siap menghadapi persaingan antar pencari kerja” dan “Saya sangat yakin tantangan dalam mencari kerja akan saya lewati”. Sedangkan untuk mengukur kecemasan menghadapi dunia kerja, digunakan skala kecemasan menghadapi dunia kerja berjumlah 31 pernyataan yang disusun oleh Dewanda (2020) berdasarkan tiga aspek yang dikemukakan oleh (Nevid, Rathus, & Greene, 2013) dengan reliabilitas sebesar 0,919. Dengan pernyataan seperti “Saya berpikir akan gagal saat menghadapi tes kerja” dan “Saya berpikir tidak siap menghadapi dunia kerja”.

HASIL PENELITIAN

Analisis Deskriptif Adversity Quotient

Tabel 1. Kategorisasi Pengukuran Skala *Adversity Quotient*

Kategori	Interval	F	%
Sangat Tinggi	$X > 36,57$	14	8,24%
Tinggi	32,24 - 36,57	33	19,41%
Sedang	27,91 - 32,24	80	47,06%
Rendah	23,58 - 27,91	32	18,82%
Sangat Rendah	$X < 23,58$	11	6,47%
Jumlah		170	100%
Mean = 30,07	SD = 4,33		

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa responden memiliki *Adversity Quotient* dengan kategori sangat tinggi (14 orang atau 8,24%), kategori tinggi (33 orang atau 19,41%), kategori sedang (80 orang atau 47,06%), kategori rendah (32 orang atau 18,82%), dan kategori sangat rendah (11 orang atau 6,47%).

Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja

Tabel 2. Kategorisasi Pengukuran Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja

Kategori	Interval	F	%
Sangat Tinggi	$> 70,08$	13	7,65%
Tinggi	57,08 - 70,08	38	22,35%
Sedang	44,08 - 57,08	60	35,29%
Rendah	31,08 - 44,08	51	30,00%
Sangat Rendah	$< 31,08$	8	4,71%
Jumlah		170	100%
Mean = 50,58	SD = 13,00		

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa responden memiliki Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan kategori sangat tinggi (13 orang atau 7,65%), kategori

tinggi (38 orang atau 22,35%), kategori sedang (60 orang atau 35,29%), kategori rendah (51 orang atau 30,00%), dan kategori sangat rendah (8 orang atau 64,71%).

**Uji Asumsi
Uji Normalitas**

Tabel 3. One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Adversity Quotient	KMDK
Kolmogorov-Smirnov Z	1,098	,818
Asymp. Sig. (2-tailed)-	,180	,514

Pada variabel *adversity quotient* diperoleh $KS-Z = 1,098$, $P = 0,180$ ($p > 0,05$), sedangkan pada variabel kecemasan dalam

menghadapi dunia kerja ditemukan $KS-Z = 0,818$, $P = 0,514$ ($p > 0,05$). Maka berdasarkan hasil uji normalitas diatas berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Tabel 4. Linearity Test

Variabel	F beda	P	Keterangan
Adversity Quotient (x) Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y)	0,768	0,741	linear

Berdasarkan hasil uji linearitas menunjukkan adanya hubungan yang linear antara *adversity quotient* dan kecemasan

menghadapi dunia kerja dengan deviation from linearity nilai F beda berada pada 0,768 dan $P = 0,741$ ($p > 0,05$).

Uji Korelasi

Tabel 5. Uji Korelasi

Variabel	Pearson Correlation	P	Keterangan
Adversity Quotient (x) Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y)	-0,713	.000	Terdapat korelasi

Berdasarkan hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Adversity Quotient* dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan pearson correlation = -0,713 dan signifikansi 0,000 ($p > 0,05$). Dapat diartikan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi *Adversity Quotient* maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja. Sebaliknya semakin rendah tingkat *Adversity Quotient* maka kecemasan menghadapi dunia kerja semakin tinggi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Adversity Quotient* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi *Adversity Quotient* maka kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir semakin rendah, sebaliknya ketika *Adversity Quotient* yang dimiliki individu semakin rendah maka kecemasan menghadapi dunia pekerjaan semakin tinggi.

Selanjutnya hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir

dari berbagai perguruan tinggi yang merupakan partisipan dalam penelitian ini sebagian besar memiliki tingkat *Adversity Quotient* pada kategori sedang, sedangkan pada kecemasan menghadapi dunia kerja sebagian besar berada pada kategori sedang. Hasil data tersebut menunjukkan bahwa tingkat *Adversity Quotient* pada mahasiswa tingkat akhir dalam penelitian ini berada pada kategori sedang, yang berarti bahwa mahasiswa tingkat akhir memiliki kendali dan respon yang baik ketika dihadapkan dengan suatu kesulitan atau masalah dan dapat mencerna penyebab-penyebab yang muncul dan mengerti bagaimana untuk bisa menyelesaikan atau memperbaiki keadaannya. Selanjutnya berdasarkan hasil deskriptif kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir juga berada dalam kategori sedang yang mana mereka sudah mengerti bahwa dunia pekerjaan bukanlah suatu hal yang mudah untuk dihadapi dengan banyaknya persaingan yang semakin ketat sehingga membuat munculnya perasaan takut dan khawatir dalam menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan penelitian Rachmady & Aprilia (2018) seseorang yang memiliki tingkat *Adversity Quotient* yang tinggi akan menunjukkan kecenderungan pribadi yang optimis, tekad yang tinggi, selalu ada keinginan untuk berusaha, tidak mudah menyerah, ulet dan tekun yang membuat dirinya untuk bisa melewati dan menyelesaikan suatu keadaan yang dirasa sulit dan mampu menghadapi hambatannya dengan baik sehingga kecemasan yang ada didalam diri mahasiswa tingkat akhir pun cenderung rendah. Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian Dewanda (2020) yaitu terdapat hubungan yang negatif antara *Adversity Quotient* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja karena tingkat *Adversity Quotient* dalam diri mahasiswa mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang membuat mereka mampu untuk bisa mengatasi kecemasannya dan bisa berjuang dalam menghadapi dunia kerja. Stoltz (2000)

mengungkapkan bahwa *Adversity Quotient* adalah kemampuan individu untuk dapat bertahan dan menghadapi kesulitan atau hambatan dan mengubahnya menjadi suatu tantangan yang harus dihadapi. Individu yang memiliki *Adversity Quotient* yang baik cenderung memiliki pemahaman bahwa kesulitan yang dihadapi bukanlah suatu masalah tetapi suatu tantangan yang harus dihadapi yang membuat mereka lebih memilih untuk menyelesaikan dan mencari solusi untuk bisa melewati keadaan sulit atau hambatannya sehingga individu dengan *Adversity Quotient* yang baik akan lebih termotivasi untuk mempersiapkan kualitas dan kompetensi dirinya dalam menghadapi dunia kerja.

Maka dari hasil penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa mahasiswa diharapkan memiliki *adversity quotient* yang baik di dalam dirinya, karena kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sendiri muncul disebabkan kurangnya percaya diri akan kemampuan dan pengetahuan yang mereka miliki dan dapatkan di kampus, mereka merasa khawatir dan belum siap untuk menghadapi tantangan serta ruang lingkup dunia kerja, serta takut untuk bisa bersaing dengan para pencari kerja lainnya. Kecemasan yang dirasakan mahasiswa merupakan pemikiran yang muncul akan ketidakpastian dan suatu hal yang belum bisa diprediksi, sehingga di dalam diri individu terjadilah konflik yang mengakibatkan munculnya kekhawatiran, rasa takut, gelisah, dan memunculkan reaksi fisiologis seperti munculnya keringat dingin, badan bergetar hingga jantung berdegup ketika memikirkan dunia kerja.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Adversity quotient* dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia. Pada penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar partisipan penelitian memiliki *Adversity Quotient* dan

kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada kategori sedang. Di mana mahasiswa tingkat akhir kecenderungan merasakan kecemasan dan adversity quotient dalam menghadapi dunia kerja. Dengan demikian, diharapkan bisa menambah pengetahuan dalam mempersiapkan diri untuk membentuk adversity quotient yang berpengaruh baik dalam menurunkan kecemasan ketika menghadapi dunia kerja, sehingga mahasiswa sebaik mungkin untuk mempersiapkan dirinya dalam segi pengetahuan, pengalaman, ataupun kemampuannya untuk bekal dan berjuang ketika berada di dunia kerja.

Berdasarkan penelitian ini, disarankan bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut bisa mengumpulkan data lebih banyak agar mendapatkan hasil yang lebih luas dan dapat mengaitkan kecemasan menghadapi dunia kerja dengan variabel lainnya seperti konsep diri, hardiness, atau dukungan sosial.

REFERENSI

- Agusta, Y. N. (2014). Hubungan antara orientasi masa depan dan daya juang terhadap kesiapan kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman. *Psikoborneo*, 58(12), 7250–7257.
- Aprilia, E. D., & Khairiyah, Y. (2018). Optimisme menghadapi persaingan dunia kerja dan adversity quotient pada mahasiswa. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(1), 18–33.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2021, Mei 5): Tingkat pengangguran terbuka (TPT) sebesar 6,26 persen. <https://www.bps.go.id/pressrelease/2021/05/05/1815>
- Cesarini, D. A., Yusuf, M., & SA, L. S. (2020). Hubungan antara adversity quotient dan motivasi berprestasi dengan kecemasan berbahasa asing pada mahasiswa tingkat akhir program sarjana UNS. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 3(1), 77–99.
- Dewanda, F. A. (2020). Hubungan antara Adversity Quotient dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir UIN Walisongo Semarang. (Disertasi Doktoral). UIN Walisongo.
- Hanifa, Y. (2017). Emotional quotient dan Adversity Quotient dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. *Psikoborneo: jurnal ilmiah psikologi*, 5(1), 25–33.
- Hardianto, Y., & Sucihayati, R. B. (2019). Hubungan adversity quotient dengan career adaptability pada koas angkatan 2015 Fkg “X” di Rsgm. *Psibernetika*, 11(2).
- Isharyoto, C. M. (2022). Hubungan antara Adversity Quotient dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humaniora*. ISSN. 2809-3003
- Khairiyah, Y. (2016). Hubungan optimisme menghadapi persaingan dunia kerja dengan adversity quotient pada mahasiswa Universitas Syiah Kuala. (Disertasi Doktoral). UIN Walisongo.
- Nastiti, R., Koroy, T. R., Rusvitawati, D., Krismanti, N., & Hermaniar, Y. (2021). Pelatiba persiapan menghadapi dunia kerja bagi mahasiswa lulusan baru. *Bakti Banua: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 17–21.
- Nevid, J. S., Rathus, A., & Greene, B. (2013). *Psikologi abnormal* (Edisi 9th). Jakarta: Erlangga.
- Pertiwi, M. C., Sulistiyawan, A., Rahmawati, I., & Kaltsum, H. U. (2015). Hubungan organisasi dengan mahasiswa dalam menciptakan leadership. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call For Papers*, ISBN: 978-(2), 323–332.
- Putra, I. D. G., & Suhariadi, F. (2021). Pengaruh Adversity Quotient dan konsep diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja masa pandemi. *Buletin riset psikologi dan kesehatan mental*, 1(1), 844–851.
- Rachmady, T. N., & Aprilia, E. D. (2018).

- Hubungan Adversity Quotient dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada fresh graduate Universitas Syiah Kuala. *Jurnal psikogenesis*, 6(1), 54-60.
- Safaria, P. D. P. T., & Ashari, B. (2021). *Psikologi abnormal: dasar-dasar, teori, dan aplikasinya*. Yogyakarta: Uad press. <https://books.google.co.id/books?id=uo4mEAAAQBAJ>
- Sari, D. Y., & Astuti, T. P. (2014). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari konsep diri pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal EMPATI*, 3(4), 131-142. <https://doi.org/10.14710/empati.2014.7567>
- Stoltz, P.G (2000). *Adversity Quotient: mengubah hambatan menjadi peluang* (Edisi 7th). Jakarta: Grasindo.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Wahyuni, E. S. (2013). Hubungan Adversity Quotient dengan kecemasan menghadapi masa depan remaja jalanan yang tinggal di lingkungan pondok sosial (Liponsos) Wonorejo Surabaya. *Character: Jurnal penelitian psikologi.*, 2(1).
- Wibowo, A., & Suroso. (2016). Adversity Quotient, Self Efficacy dan kesiapan kerja siswa Kelas XII Program Keahlian Multimedia SMKN 1 Kabupaten Jombang. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02), 174-180. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.735>