

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Adversity Quotient

a. Pengertian Adversity Quotient

Adversity Quotient adalah kemampuan seseorang dalam mengatasi kesulitan dan hambatan dalam hidupnya. Adversity Quotient mampu memprediksi reaksi individu dalam menghadapi suatu kesulitan. AQ juga dapat meningkatkan efektivitas dalam tim, hubungan, keluarga, komunitas, budaya, masyarakat, dan juga organisasi¹. Adversity Quotient memiliki 3 bentuk, pertama Adversity Quotient sebagai suatu kerangka kerja konseptual yang baru, kedua Adversity Quotient sebagai ukuran respon ketika menghadapi suatu kesulitan, dan yang ketiga sebagai rangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon terhadap kesulitan.

Adversity Quotient merupakan temuan penting individu untuk memahamcara untuk mencapai kesuksesan dalam pekerjaan dan kehidupan setiap individu. Adversity Quotient berkaitan dengan kemampuan individu bertahan dalam kesulitan dan seberapamampu mengatasinya. Stoltz mengemukakan bahwa Adversity Quotient merupakan kemampuan

¹ Shivinder Phoolka and Navjot Kaur, *Adversity quotient: A new paradigm to Explore. International Journal of Contemporary Business Studies*, diterjemahkan oleh Supardi (Jakarta: Unindra, 2012) 67.

individu dalam mengatasi kesulitan dan hambatan dalam hidupnya. Adversity Quotient tidak hanya kemampuan mengatasi kesulitan, namun juga cara pandang baru terhadap kesulitan, dan juga peluang baru dalam mencapai kesuksesan². Berarti dapat disimpulkan bahwa Adversity Quotient merupakan kemampuan individu menghadapi kesulitan dan mengatasi tantangan yang dihadapi dalam kehidupan.

b. Jenis-jenis Adversity Quotient

Tiga jenis Adversity Quotient menurut Stoltz, yaitu quitter, camper, dan climber.

1) Quitters (Adversity Quotient Rendah)

Tidak diragukan lagi, ada banyak orang yang memilih untuk menyerah, menghindari kewajiban, dan berhenti. Mereka menolak kesempatan yang diberikan dan mereka mengabaikan, meninggalkan dorongan inti untuk mendaki mencapai kesuksesan.

2) Camper (Adversity Quotient Sedang)

Mereka tidak pergi terlalu jauh, karena bosan mereka berhenti. Artinya mereka memilih untuk tidak mau maju dan jalan ditempat. Mereka telah mengorbankan banyak hal dalam mencapai kesuksesan tetapi mereka berhenti, mereka menganggap bahwa mereka telah sukses pada kenyataannya masih belum, mereka

² Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang: diterjemahkan oleh T Hermaya* (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2000) 56.

bertahan pada posisi nyaman dan merasa puas daripada harus terus maju untuk menghadapi situasi sulit lainnya sehingga tidak mau mengembangkan potensi diri yang dimiliki.

3) Climber (Adversity Quotient Tinggi)

Climber atau si pendaki, adalah sebutan untuk orang yang seumur hidupnya terus berjuang. Mereka tidak menghiraukan latar belakang, keuntungan atau kerugian, nasib baik atau nasib buruk, dia terus berjuang.

c. Dimensi-dimensi Adversity Quotient

Adversity Quotient memiliki empat dimensi yang biasa disingkat dengan CO2RE, yaitu:

- 1) Control atau kendali, yaitu kemampuan individu untuk merasakan peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Kendali diawali dengan pemahaman bahwa semua hal dapat dilakukan. Control yang tinggi akan membuat kendali yang lebih besar dibandingkan dengan individu yang memiliki Control lebih rendah. Individu dengan kendali yang besar akan terdorong untuk peningkatan, tapi individu dengan kendali rendah akan cenderung jalan ditempat bahkan berhenti.
- 2) Origin dan ownership. Origin artinya tentang bagaimana individu dapat mengidentifikasi darimana hambatan berasal. Aspek ini juga berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengetahui rasa bersalah pada dirinya maupun situasi lain. Rasa bersalah disini mempunyai dua fungsi,

pertama membantu individu untuk belajar, Kedua rasa bersalah akan menjadi penyesalan yang dapat mengajarkan individu untuk menemukan solusi dari suatu permasalahan.. Ownership, yaitu berkaitandengan tanggung jawab individu atas kesulitan yang telah terjadi. Sedangkan ownershipmemiliki hubungan erat dengan origin yang menunjukkan bahwa individu dengan ownership tinggi, maka semakin besar individu mengakui berbagai akibat dari suatu permasalahan atas peristiwa-peristiwa buruk dan sebaliknya.

- 3) Reach atau jangkauan, yaitu sejauhmana kesulitan memberipengaruh dalam kehidupan individu. Semakin tinggi reach yang dimiliki maka akan membuat seseorang memberi batasan dan memberikan pengaruh untuk tetap merasa mampu dan mengurangi perasaan gagal dalam menghadapi kesulitan dan sebaliknya.
- 4) Endurance (daya tahan), yaitu sejauh mana kesulitan yang dialami dan bagaimana ketahanan dalam memecahkan suatu kesulitan.semakin tinggi endurance individu maka akan semakin mampu dalam menghadapi berbagai kesulitan yang dihadapi³.

³ Paul G. Stoltz, Adversity Quotoient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang: diterjemahkan oleh T Hermaya (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2000) 64.

B. Kecemasan Dalam Menghadapi Tantangan Dunia Kerja

Kecemasan adalah suatu perasaan dimana seseorang merasakan ketakutan atau kekhawatiran yang tidak jelas asal dan wujudnya⁴. Jadi Kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja adalah kecemasan yang terjadi pada seseorang ketika dia sedang atau akan menghadapi dunia kerja. Kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan tersebut merupakan reaksi normal terhadap situasi yang menekan kehidupan seseorang. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi⁵. Pengertian kecemasan menurut beberapa tokoh sebagai berikut :

Kaplan, Sadock, dan Grebb mengungkapkan bahwa kecemasan adalah respon terhadap situasi yang mengancam, dan normal terjadi dalam proses kehidupan yang baru atau belum pernah dialami sebelumnya, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. kecemasan yang berlebihan bisa menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya⁶.

Menurut Namora kecemasan adalah suatu tanggapan akan ancaman yang nyata ataupun yang tidak nyata. Faktornya terjadi karena rasa kekhawatiran akan masa yang akan datang dan berfikir tentang hal-hal

⁴ Sutardjo Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal* (Bandung: Refika Aditama, 2005) 66.

⁵ Savitri Ramaiah, *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya* (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003) 10.

⁶ Fitri Fauziah, Julianty Widuri, *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa* (Jakarta. Gunarsa, 2007) 73.

yang negatif⁷. Sedangkan Nevid, Rathus, dan Greene berpendapat bahwa kecemasan merupakan keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tidak menyenangkan, dan kekhawatiran akan sesuatu yang buruk terjadi⁸. Dari beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah perasaan takut atau khawatir pada sesuatu yang tidak menentu dimasa yang akan datang dan mengarah ke hal-hal yang negatif.

a. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Tantangan Dunia Kerja

Tiga factor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja menurut Greenberger dan padesky, yaitu:

- 1) Ancaman fisik, terjadi karena keyakinan individu akan terluka secara fisik.
- 2) Ancaman sosial, terjadi karena keyakinan akan dihina, direndahkan, tidak dianggap, dan mendapatkan suatu penolakan.
- 3) Ancaman mental, terjadi karena keyakinan akan suatu kegagalan dalam melakukan sesuatu.

⁷ Namora Lumongga Lubis, *Depresi, Tinjauan Psikologis* (Jakarta: Kencana, 2009) 14.

⁸ Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, Beverly Greene, *Psikologi Abnormal, Edisi ke 5* (Jakarta: PT Gramedia, 2005) 163.

Selain itu kecemasan dalam menghadapi dunia kerjajuga dipengaruhi oleh beberapa factor seperti tingkat kepercayaan diri, self efficacy, kontrol diri, regulasi diri, dan Adversity Quotient⁹.

a) Kontrol Diri

Seseorang dengan control diri yang baik secara tidak langsung akan mengurangi tingkat kecemasan dalam hidup mereka¹⁰.

b) Regulasi Diri

Regulasi diri bisa dikatakan sebagai respon seseorang dalam mencegah perilaku, seperti mengubah impuls perilaku, mengontrol pikiran, dan mengendalikan emosi. Dengan regulasi diri yang baik seseorang akan lebih bisa mengontrol tingkat kecemasan mereka¹¹.

c) Kepercayaan diri

Seseorang dengan kepercayaan diri yang tinggi cenderung mengalami kecemasan yang berlebih karena menganggap bahwa suatu permasalahan adalah tantangan yang harus mereka hadapi¹².

d) Self Efficacy

⁹ Greenberger, Padesky, *Mind Over Mood Second Edition Change How You Fell By Changing The Way You Think* (New York London: The Guilford Press, 2016) 145.

¹⁰ Atmadja, *Hubungan kontrol diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia pada mahasiswa semester akhir jurusan pendidikan matematika dan bahasa inggris STKIP PGRI Ngawi. Jurnal Ilmiah* (Ngawi: STKIP PGRI Ngawi, 2013) 24.

¹¹ Teuku Riki Azhari, Mirza, *Hubungan regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja tingkat akhir Universitas Syiah Kuala. Jurnal Mediapsi* (Aceh: Unsyiah, 2016) 23.

¹² Sri Wahyuni, *Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi. Ejournal Psikologi* (Samarinda: Psikoborneo, 2014) 50.

Self efficacy adalah kemampuan individu dalam menilai dirinya akan kesulitan yang akan dihadapi. Semakin kuat self efficacy yang dimiliki seseorang akan semakin rendah tingkat kecemasannya¹³.

e) Adversity Quotient

Adversity Quotient juga merupakan salah satu factor yang mempengaruhinya karena Adversity Quotient mampu membuat individu mengamati kesulitan dan mengelola kesulitan menjadi suatu tantangan¹⁴.

b. Dimensi Kecemasan Menghadapi Tantangan Dunia Kerja

Tiga Dimensi kecemasan menghadapi tantangan dunia kerja, yaitu:

A. Perilaku

Ketika individu merasakan kecemasan akan dunia kerja akan menunjukkan perilaku menghindar dari situasi yang kurang menguntungkannya.

B. Kognitif

Kecemasan juga akan memicu kognitif individu untuk memikirkan segala sesuatu secara berlebihan, merasakan ketakutan, kurang mampu

¹³ Wahyu Shobah, Nadhirotul Laily, . *Hubungan antara tingkat self efficacy dengan tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa semester akhir Universitas Muhammadiyah Gresik*. (Gresik: Jurnal Psikosains, 2012) 8.

¹⁴ Yennisa Hanifa, *Hubungan antara Emotional Quotient dan Adversity quotient dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja* (Samarinda: Psikoboneo, 2017) 37.

menghadapi masalah dan sering merasa khawatir akan sesuatu dimasa depan¹⁵.

C. Reaksi Fisik

Reaksi fisik adalah reaksi yang muncul ketika perasaan cemas terjadi seperti gelisah, berkeringat, kepala pusing, sensitive, dan jantung berdebar kencang.

Strategi Mengatasi Kecemasan Menghadapi Tantangan Dunia Kerja menurut Greenberger dan Padesky ada dua, yaitu:

1. Perilaku Menghindar

Perilaku menghindar dilakukan untuk mengurangi kecemasan yang akan dihadapi dalam diri individu dalam dunia kerja. Perilaku menghindar disini dibagi lagi menjadi dua yaitu, Penghindaran positif yang merupakan penghindaran yang dilakukan dengan cara menghilangkan penyebab kecemasan terjadi dan Penghindaran negatif yang merupakan penghindaran dengan mencari aktivitas lain sekedar untuk menghilangkan kecemasan namun juga berpotensi untuk meningkatkan kecemasan yang ada.

2. Perilaku Pencegahan

¹⁵ Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, Beverly Greene, Psikologi Abnormal, Edisi ke 5 (Jakarta: PT Gramedia, 2005) 201.

Pencegahan yang dimaksud disini ialah pencegahan sebelum kecemasan itu muncul. Seperti melakukan tindakan yang mengurangi kegagalan dalam melakukan suatu hal seperti melakukan persiapan terlebih dahulu, menguasai hal yang akan dilakukan, dan menyiapkan mental akan sesuatu yang akan terjadi berikutnya. Perilaku pencegahan dapat mengurangi rasa kecemasan individu dalam menghadapi tantangan dunia kerja¹⁶.

Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat dua strategi yang bisa dilakukan untuk mengatasi kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja, yaitu dengan perilaku menghindar dan perilaku pencegahan

C. Hubungan Antara Adversity Quotient dengan Kecemasan Menghadapi Tantangan Dunia Kerja.

Dalam dunia pendidikan khususnya dalam sistem pendidikan Sekolah yang berbasis kejuaran tentunya selalu memberikan arahan dan motivasi kepada siswanya untuk berorientasi ke dunia kerja. Ketika para siswa tersebut memasuki tingkat akhir pendidikannya, biasanya berumur kisaran rentang usia 17 sampai 19 tahun. Pada saat itu, siswa dihadapkan dengan berbagai permasalahan psikologis, diantaranya kesulitan mencari

¹⁶ Greenberger, Padesky, *Mind Over Mood Second Edition Change How You Feel By Changing The Way You Think* (New York London: The Guilford Press, 2016) 139.

kerja dan juga menghadapi tantangan dunia kerja saat mulai bekerja¹⁷. Ketika memasuki dunia kerja seorang individu akan mengalami berbagai tantangan dan hambatan seperti persaingan yang sangat ketat, tidak seimbang jumlah lapangan kerja dengan tenaga kerja, serta kebutuhan kompetensi yang beragam. Siswa lulusan SMK diharapkan mampu dan mempersiapkan diri sebelum memasuki dunia kerja dengan bermodal ilmu dan juga keterampilan pun belum tentu mendapatkan pekerjaan sesuai dengan harapan mengingat persaingan kerja yang semakin ketat.

Selain itu mereka juga harus siap secara fisik dan psikis untuk langsung terjun ke lapangan kerja sesungguhnya yang pastinya mengguras tenaga dan pikiran. Memang untuk bisa mendapatkan pekerjaan yang sesuai dibutuhkan kesabaran dan keuletan dalam prosesnya. Dibutuhkan juga persiapan yang matang untuk menempuhnya. Tantangan yang dihadapi pastinya cukup sulit namun pasti akan bisa dihadapi jika memang sudah ada persiapan sebelumnya. Masalah utama yang muncul adalah tentang kepastian dan kesempatan yang ada untuk mendapatkan suatu pekerjaan yang sesuai belum tentu ada. Hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi hal tersebut adalah persiapan untuk meningkatkan pengalaman, wawasan, dan pengetahuan yang nantinya akan diterapkan dalam lingkungan kerja.

¹⁷ Novia Hendayani, Sri Muliati Abdullah, *Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Kematangan Karier Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Mercu Buana Yogyakarta* (Yogyakarta: UMB, 2017) 24.

Tantangan yang muncul dalam dunia kerja bisa menyebabkan kecemasan yang berakibat pada pemikiran dan tingkah laku. Kecemasan menjadi hal penting yang harus diatasi oleh setiap individu karena jika kecemasan tidak dapat ditaklukan maka akan memberikan dampak yang negatif bagi seorang mental dan juga psikis seseorang. Pendapat paling umum adalah dari Greenberger dan Padesky yang mengatakan bahwa kecemasan menjadi tantangan utama dalam menghadapi dunia kerja karena adanya persaingan pekerjaan¹⁸.

Menurut Nugroho dampak negatif kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja dapat mengganggu seseorang dalam beraktivitas dan dalam kehidupannya, seperti kegalauan yang berkepanjangan, ketidakpastian akan masa depan, terombang-ambing dalam kebimbangan, bingung mau bagaimana dan kekhawatirnya akan gagalnya dalam persaingan kerja. Individu dengan kemampuan berpikir bahwa dirinya dapat bersaing dengan bekal kemampuan yang dimiliki, siap menghadapi tantangan yang ada, dan mampu menghadapi kekhawatiran yang ada di masa depan cenderung dapat mengatasi masalah kecemasannya. Kemampuan mengatasi kesulitan yang

¹⁸ Greenberger, Padesky, *Mind Over Mood Second Edition Change How You Feel By Changing The Way You Think* (New York London: The Guilford Press, 2016) 141.

menjadi masalah kecemasan seseorang dalam kajian ilmu psikologi disebut dengan istilah *adversity quotient*¹⁹.

Adversity Quotient melihat kesuksesan individu dari tantangan atau kesulitan yang dihadapi dalam dunia kerja. Oleh karena itu *Adversity Quotient* mempengaruhi kecemasan individu dalam menghadapi tantangan dunia kerja. *Adversity Quotient* dapat mengarahkan individu ke kehidupan yang lebih baik karena individu dengan *Adversity Quotient* yang tinggi akan cenderung mampu menghadapi masalah atau kesulitan bahkan tantangan yang berat dalam hidup dengan tenang. *Adversity Quotient* juga bisa mengantarkan kepada tujuan hidup kedepan yang lebih baik. Selain itu *Adversity Quotient* juga bisa mendorong individu untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih baik dan sukses di dunia kerja. Individu yang bisa bertahan dalam segala kondisi adalah individu yang memandang bahwa tantangan di dunia kerja adalah sebuah peluang memperbaiki diri untuk kehidupan yang lebih baik. Individu yang seperti itu sudah bisa dipastikan bisa mengatasi kecemasannya akan tantangan dalam dunia kerja. Menurut Stoltz *Adversity Quotient* berperan dalam mengurangi tingkat kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia

¹⁹ Adi Nugroho, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta* (Yogyakarta: USDY, 2010) 48.

kerjayang dapat diidentifikasi dari aspek-aspeknya yaitu, control atau kendali, origin ownership, reach atau jangkauan, dan endurance atau daya tahan²⁰.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Kusuma mengungkapkan bahwa dari hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan individu dengan Adversity Quotient yang tinggi dapat meningkatkan kapasitas kerjanya. Semakin tinggi Adversity Quotient Individu maka akan meningkatkan kinerjanya dalam mencapai kesuksesannya. Dan sebaliknya semakin rendah Adversity Quotient akan berpengaruh kepada menurunnya kinerja yang mengakibatkan kegagalan dalam pekerjaannya.²¹ Supardi juga mengungkapkan bahwa individu dengan Adversity Quotient yang tinggi memiliki peranan penting tentang apa yang dikerjakan. Jadi individu dengan Adversity Quotient yang tinggi cenderung lebih bisa menghadapi tantangan yang menjadi sumber kecemasan dalam dunia kerja dibandingkan dengan Adversity Quotient yang rendah²².

Selanjutnya ada penelitian dari Hanifa yang menjelaskan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara adversity quotient dengan kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja. Dan hasilnya penelitian tersebut menjelaskan dengan adanya Adversity Quotient individu dapat memberikan

²⁰ Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang: diterjemahkan oleh T Hermaya* (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2000) 62.

²¹ Imma Helianti Kusuma, *Studi Korelasional Antara Kecerdasan Adversity Dan Motivasi Berprestasi Dengan Kinerja Kepala Sekolah Di Lingkungan Yayasan BPK Penabur Jakarta* (Jakarta: Jurnal Pendidikan Penabur, 2004) 17.

²² Supardi, *Pengaruh Adversity Quotient Terhadap Prestasi Belajar Matematika: Jurnal Formatif* (Jakarta: Unindra, 2013)

bantuan dalam menghadapi permasalahan, tantangan, maupun kesulitan-kesulitan dalam hidup seperti kecemasan dalam tantangan dunia kerja sebelum lulus²³. Dari beberapa kajian teori dan juga penelitian terdahulu di atas, bisa ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara adversity quotient dengan kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja.

Kemampuan mengatasi kesulitan yang menjadi masalah kecemasan seseorang dalam kajian ilmu psikologi disebut dengan istilah *Adversity Quotient* (AQ)²⁴. *Adversity Quotient* melihat kesuksesan individu dari tantangan atau kesulitan yang dihadapi dalam dunia kerja. Oleh karena itu *Adversity Quotient* mempengaruhi *Kecemasan* individu dalam menghadapi tantangan dunia kerja. *Adversity Quotient* dapat mengarahkan individu ke kehidupan yang lebih baik karena individu dengan *Adversity Quotient* yang tinggi akan cenderung mampu menghadapi masalah atau kesulitan bahkan tantangan yang berat dalam hidup dengan tenang. *Adversity Quotient* merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengatasi dan bertahan dalam menghadapi suatu kesulitan, tantangan, atau perubahan dalam kehidupan, termasuk kecemasan dalam konteks dunia kerja.

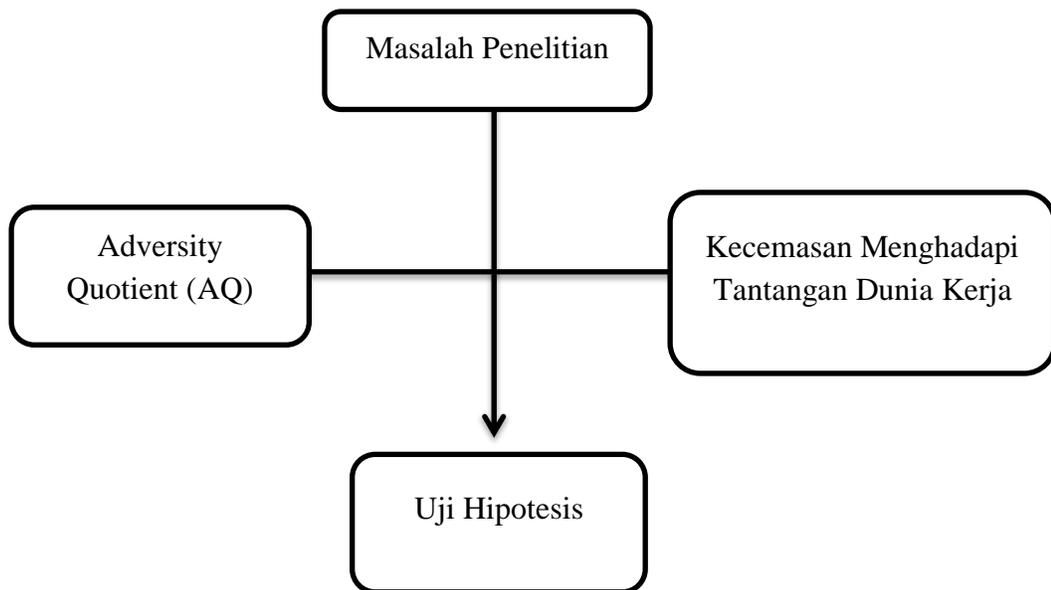
Kecemasan dapat muncul ketika individu dihadapkan pada situasi atau tuntutan yang dianggap mengancam atau menuntut dari segi kompetensi dan

²³ Yennisa Hanifa, *Hubungan antara Emotional Quotient dan Adversity quotient dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja* (Samarinda: Psikoboneo, 2017) 52.

²⁴ Adi Nugroho, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta* (Yogyakarta: USDY, 2010) 48.

adaptasi dalam lingkungan termasuk dalam konteks dunia kerja. Kecemasan ini dapat menghambat kinerja, inovasi, dan kreativitas, serta mempengaruhi kesejahteraan psikologis seorang individu.

Individu dengan tingkat Adversity Quotient yang tinggi cenderung memiliki strategi dan kemampuan yang lebih baik dalam mengatasi tantangan, sehingga mereka mungkin lebih sedikit cenderung mengalami kecemasan dalam menghadapi situasi yang menantang di tempat kerja. Dari penjelasan tersebut, penulis menyusun kerangka teoritik sebagai berikut :



Gambar 2.1

**Kerangka Teoritis
Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan
Kecemasan Menghadapi Tantangan Dunia Kerja**

Berdasarkan kerangka teoritis diatas maka dapat dijelaskan bahwa antara Adversity Quotient dengan Kecemasan ini saling berhubungan dalam menghadapi tantangan dunia kerja. Dimana semakin tinggi tingkat Adversity Quotient siswa maka akan semakin rendah pula tingkat kecemasan yang diperoleh begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat Adversity Quotient siswa maka akan semakin tinggi pula tingkat kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja.