

DAFTAR PUSTAKA

- El Idhami, Desmita. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya 2015.
- Monks, F.J dan A.M.P. Knoers. *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. terj. Siti Rahayu Hadinoto. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press 2006.
- Tempo. *Penganggur Muda Indonesia tertinggi di Asia*. (<https://www.tempo.co>, diakses 13 Desember 2022 pukul 20.35 WIB)
- Sekarina, Devinda Priska dan Yeniari Indriana. *Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Siswa Kelas XII SMK Yudya Karya Mgaelang*. Jurnal Empati, 1 Januari, 2018.
- Kurniawati, Alfi dan Sandy Arief. *Pengaruh Efikasi Diri, Minat Kerja, dan Bimbingan Karir terhadap Kesiapan Kerja Siswa SMK Program Keahlian Akutansi*, *Economic Education Analysis Journal* 1. 2016.
- Phoolka, Shivinder and Navjot Kaur. *Adversity quotient: A new paradigm to Explore*. *International Journal of Contemporary Business Studi*. diterjemahkan oleh Supardi Jakarta: Unindra, 2012.
- Hanifa, Yennisa. *Hubungan antara Emotional Quotient dan Adversity quotient dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja*. Samarinda: Psikoboneo. 2017
- Supardi. *Pengaruh adversity quotient terhadap prestasi belajar matematika: Jurnal Formatif*. Jakarta: Unindra, 2013.
- Arikunto, Suharmi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta. 1996.
- Wati, Isnaini Retno. *HUBUNGAN ANTARA ADVERSITY QUOTIENT DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA LULUSAN PERGURUAN TINGGI*. SKRIPSI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM RIAU PEKANBARU 2020.

- Sa'adah. *Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Kemandirian Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Unsyiah*. SKRIPSI UNSYIAH 2016.
- Mutiara, Kesya Devi Thomas. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Smk Negeri 1 Salatiga*. TUGAS AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA SALATIGA 2021.
- Septi Nuzulia Rahmawati, *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Smk Muhammadiyah Karanganyar*, PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA, 2017.
- Azhari. *Hubungan Regulasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Syiah Kuala*. 2016.
- Putra. *Hubungan antara Adversity Quotient dan Employability pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. 2016
- Rachmady. *Hubungan antara adversity quotient dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada fresh graduate Universitas Syiah Kuala*. 2017
- Upadianti, Luh Putu S. dan Endang Sri Indrawati. *Hubungan Antara Adversity Intelligence Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Departemen Teknik Perencanaan Wilayah Kota dan Teknik Elektro Universitas Diponegoro*. 2018.
- Awalia, Binti Faridatul, Siti Mahmudah dan Umdatul Khoirot. *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Masa Depan di Kalangan Siswa SMK Blitar Jawa Timur*. Jurnal Psikologi Vol 19 No. 2 Tahun 2023. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim 2023
- Adjarwati, Cahya Aulia, Marina Dwi Mayangsari, dan Faridya Khairina Ekaputri. *HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA SISWA SMKN 1 GAMBUT*. Jurnal Kognisia, Volume 3 Nomor 1, Februari 2020.
- Sandu Siyoto, M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*. Sleman : Literasi Media Publishing, 2015.

- Phoolka, Shivinder and Navjot Kaur. *Adversity quotient: A new paradigm to Explore. International Journal of Contemporary Business Studies, diterjemahkan oleh Supardi*. Jakarta: Unindra, 2012.
- Paul G. Stoltz. *Adversity Quotoient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang: diterjemahkan oleh T Hermaya*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia 2000.
- Wiramihardja, Sutardjo. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama. 2005.
- Ramaiah, Savitri. *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor 2003.
- Fitri Fauziah, Julianty Widuri. *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: Gunarsa 2007.
- Lubis, Namora Lumongga. *Depresi, Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana, 2009
- Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, Beverly Greene. *Psikologi Abnormal, Edisi ke 5*. Jakarta: PT Gramedia 2005.
- Greenberger, Padesky, *Mind Over Mood Second Edition Change How You Fell By Changing The Way You Think*. New York London: The Guilford Press, 2016
- 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.
- Teuku Riki Azhari, Mirza. *Hubungan regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja tingkat akhir Universitas Syiah Kuala. Jurnal Mediapsi*. Aceh: Unsyiah 2016.
- Wahyuni, Sri. *Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi. Ejournal Psikologi Samarinda: Psikoborneo* 2014.
- Wahyu Shobah, Nadhirotul Laily. *Hubungan antara tingkat self efficacy dengan tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa semester akhir Universitas Muhammadiyah Gresik. Jurnal Psikosains* 2012.

- Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, Beverly Greene, Psikologi Abnormal, Edisi ke 5. Jakarta: PT Gramedia. 2005.
- Greenberger, Padesky, *Mind Over Mood Second Edition Change How You Fell By Changing The Way You Think*. New York London: The Guilford Press 2016.
- Novia Hendayani, Sri Muliati Abdullah, *Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Kematangan Karier Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Mercu Buana Yogyakarta*. Yogyakarta: UMB 2017.
- Nugroho, Adi. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*. Yogyakarta: USDY 2010.
- Kusuma, Imma Helianti. *Studi Korelasional Antara Kecerdasan Adversity Dan Motivasi Berprestasi Dengan Kinerja Kepala Sekolah Di Lingkungan Yayasan BPK Penabur Jakarta*. Jakarta: Jurnal Pendidikan Penabur 2004
- Supardi. *Pengaruh Adversity Quotient Terhadap Prestasi Belajar Matematika: Jurnal Formatif*. Jakarta: Unindra 2013.
- Hajar, Ibnu. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif dalam Pendidikan*, Jakarta: Raja Grafindo Persada 1996.
- Sarwono, Jonathan. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta : Graha Ilmu 2006.
- G.Sevilla, Consuelo. 1993. *Pengantar Metode Penelitian*. Jakarta: Universitas Indonesia 2010.
- Prof. Mudrajat Kuncoro, Ph. D. *Teori dan Aplikasi Untuk Bisnis dan Ekonomi*. Edisi Keempat. Yogyakarta : UPP STIM YKPN 2011.
- Yusuf. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Penelitian Gabungan*.
- Retnawati, Heri . *Workshop Update Penelitian Kuantitatif, Teknik Sampling, Analisis Data, dan Isu Plagiarisme*. STIKES Surya Global Yogyakarta 30 September 2017.
- Sarwono. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*.

Siyoto, Sodik. *Dasar Metodologi Penelitian*.

Azwar, Saifudin. *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta 2007.

Azwar, Saifudin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Jakarta, Pustaka Belajar, 2017.

Priyatno, Duwi. *Belajar Alat Analisis Data Dan Cara Pengolahannya Dengan SPSS*. Yogyakarta : Gava Media 2016

Perdana, Echo. *Olah Data Skripsi Dengan SPSS*. Bangka Belitung : Lab Kom Manajemen FE 2016.

<https://www.smkpebangunankdg-kdr.sch.id/> (diakses 4 Mei 2024 pukul 22.45 WIB)

Budiastuti, Dyah. Agustinus Bandur. *Validitas Dan Reliabilitas Penelitian*. Jakarta : Mitra Wacana Media 2018.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Blue Print skala Adversity Quotient

NO	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Control	Mampu mengontrol dan mengatasi masalah yang dihadapi	1,4,23	2,5,24	6
2	Origin dan Ownership	Mampu mengidentifikasi penyebab terjadinya hambatan	3,12	11,13	4
		Bertanggung jawab dengan kesulitan yang dialami	10,15	19,20	4
3	Reach	Mengetahui kesulitan yang memberikan pengaruh dalam kehidupan	14	22,	2
		Mampu mengambil pelajaran atau hikmah dari segala masalah yang terjadi	16,17	18,21	4
4	Endurance	Merasa yakin bahwa kesulitan yang dialami hanya sementara, sehingga dirinya harus tetap bertahan menyelesaikan	6,9	7,8	4
TOTAL			12	12	24

Blue Print skala Kecemasan

NO	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Perilaku	Bersikap menghindari segala sesuatu seputar dunia kerja	3,11	4,6	4
2	Kognitif	Merasa khawatir	1,10	2,5	4
		Beranggapan banyak hal buruk saat masuk dalam dunia kerja	8,12	13,14	4
3	Reaksi Fisik	Munculnya gejala kecemasan pada tubuh	7,9	15,16	4
TOTAL			8	8	16

Lampiran 2

KUISIONER PENELITIAN

HUBUNGAN ANTARA ADVERSITY QUOTIENT DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI TANTANGAN DUNIA KERJA
(Studi Terhadap Siswa Kelas XII TKR-5 SMK Pembangunan Kandangan)

A. Pendahuluan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah Hubungan Adversity Quotient (AQ) Terhadap Kecemasan Menghadapi Tantangan Dunia Kerja Pada Siswa Kelas XII TKR 5 SMK Pembangunan Kandangan. Kuisisioner penelitian ini terdapat 2 skala penelitian yakni skala Adversity Quotient (AQ) dan skala Kecemasan.

B. Identitas Responden

Nama :
Asal Sekolah :
Jenis Kelamin : P/L (Lingkari Salah Satu)

C. Petunjuk Pengisian

Pada kuisisioner ini, terdapat beberapa pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman anda, dengan beberapa petunjuk pengisian berikut ini :

1. Isilah identitas anda diatas
2. Bacalah pernyataan terlebih dahulu
3. Berikan tanda centang (√) pada salah satu kolom jawaban yang paling sesuai.

Keterangan jawaban :

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

a. Skala Adversity Quotient (AQ)

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya mampu mengendalikan diri ketika ada salah satu teman yang mengejek saya				
2	Saya gugup bila berbicara di depan kelas				
3	Saya rajin belajar untuk memperbaiki nilai-nilai saya yang rendah				
4	Saya lebih mengedepankan pikiran yang rasional (masuk akal) ketika berselisih dengan teman				
5	Saya sering kehilangan semangat saat sedang mengerjakan tugas				
6	Meskipun saya lelah, saya tetap mengerjakan PR setelah pulang sekolah				
7	Saya mengeluh dengan tugas-tugas berat dari bapak-ibu guru				
8	Saya butuh waktu lama untuk bisa memaafkan orang yang telah menyakiti saya				
9	Saya adalah orang yang mempunyai semangat untuk berubah				
10	Saya bisa menerima segala resiko yang menimpa saya				
11	Saya sulit memaafkan orang yang telah mengecewakan saya				

12	Pelajaran yang sulit bukan suatu hambatan yang berarti bagi saya untuk mengikutinya				
13	Saya membolos karena tidak suka pada salah satu guru				
14	Saya tetap bahagia meskipun tidak ada teman yang memperdulikan saya				
15	Walaupun ada mata pelajaran yang tidak saya sukai, saya tetap berusaha memahaminya				
16	Bila mempunyai masalah dengan orang lain, maka saya akan menjaga jarak dengannya				
17	Kegagalan saya dalam mewakili sekolah menjadikan saya belajar lebih giat lagi				
18	Saya tidak dapat mengambil keputusan yang tepat bila sedang ada masalah				
19	Saya malas mengerjakan tugas yang sulit untuk dipahami				
20	Saya sering meninggalkan kelas saat jam pelajaran				
21	Saya sering dihukum karena terlambat datang ke sekolah				
22	Saya sering tidak mengerjakan PR saya				
23	Meskipun soal ujian sulit, saya berusaha untuk tidak mencontek				
24	Saya selalu kebingungan jika				

	mendapatkan tidak bisa mengerjakan soal				
--	---	--	--	--	--

b. Skala Kecemasan

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saat menghadapi wawancara kerja saya merasa khawatir jika tidak mampu mengungkapkan pikiran dengan jelas				
2	Saya mempunyai komunikasi verbal yang baik				
3	Saya merasa gugup akan penampilan saya saat menghadapi wawancara kerja				
4	Saya merasa sangat antusias untuk mencari informasi tentang dunia kerja				
5	Saya optimis mudah mendapatkan pekerjaan dengan kemampuan saya				
6	Saya akan menunjukkan kemampuan yang terbaik dalam menghadapi wawancara kerja				
7	Saya menjadi sangat tegang karena harus berinteraksi dengan pewawancara kerja				
8	Pikiran saya negatif saat menghadapi wawancara kerja				
9	Tangan saya gemetar saat menghadapi wawancara kerja				
10	Saya khawatir jika pewawancara tidak				

	menyukai saya				
11	Saya selalu menghindari pembicaraan tentang dunia kerja				
12	Saya selalu overthinking dengan masa depan saya di dunia kerja				
13	Saya mudah beradaptasi dengan lingkungan kerja apapun				
14	Saya tidak sabar untuk segera bekerja				
15	Saya selalu merasa percaya diri ketika bekerja				
16	Saya tidak pernah merasa khawatir akan suatu pekerjaan				

Lampiran 3

DATA LOKASI PENELITIAN

SMK PEMBANGUNAN KANDANGAN	
Nama Lembaga	: SMK PEMBANGUNAN KANDANGAN
Alamat Lembaga	: Jl. Pare Lama No. 39 Kec. Kandangan Kab. Kediri.
Berdiri	: 17 Juli 1995
Kepala Sekolah	: Warsito, S. Pd
Nomor Pokok Sekolah Nasional	: 20511924
Jenjang	: Sekolah Menengah Kejuruan
Status Sekolah/Madrasah	: Swasta
Status Akreditasi	: B
Status Bangunan	: Milik sendiri
Kurikulum yang Digunakan	: Kurikulum Merdeka
Jumlah Guru/TU	: 53
Program Keahlian	: TKRO (Otomotif) dan Tata Boga (Kuliner)
Jumlah Siswa	: 812 siswa

Profil SMK Pembangunan Kandangan

SMK Pembangunan Kandangan merupakan sekolah yang terletak di Jalan Pare Lama No. 39 Kec. Kandangan Kab. Kediri. SMK Pembangunan Kandangan merupakan sekolah kejuruan di bidang teknologi dan rekayasa, dimana di sekolah ini terdapat 2 jurusan yaitu, Teknik Kendaraan Ringan Otomotif (TKRO) dan Tata Boga. Jurusan yang ada pada SMK Pembangunan Kandangan merupakan jurusan yang paling di minati oleh kalangan masyarakat terutama siswa lulusan SMP, karena lulusan dari SMK Pembangunan Kandangan di bekali dengan keahlian, keterampilan dan juga sumber daya manusia (SDM) berkualitas yang di butuhkan industri saat ini.

Visi :

"Terwujudnya sekolah yang mampu menghasilkan lulusan yang berkompeten, terampil, siap kerja, dan cerdas berkualitas"

Misi :

Menerapkan manajemen sekolah yang sehat dan dinamis.

melaksanakan pembelajaran berkarakter dengan landasan iman dan taqwa terhadap Tuhan yang maha Esa untuk meghasilkan lulusan yang berkompeten, terampil, siap kerja dan berjiwa wirausahawan.

melaksanakan program sadar lingkungan demi terwujudnya sekolah yang sehat, aman dan asri.

Tujuan :

Mengoptimalkan sumber daya sekolah yang akuntabel.

Menyiapkan tenaga kerja kelas menengah yang berwawasan imtaq, iptek, cooperative, terampil, siap kerja dan berjiwa wirausahawan.

Lampiran 4

Tabulasi Data Penelitian

Lampiran 5

DATA DAN HASIL PENELITIAN

Lampiran 6

LEMBAR KONSULTASI

Lampiran 7

SURAT IZIN PENELITIAN

Lampiran 8

DOKUMENTASI

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



ANGGITA ROSA LINGGA adalah nama lengkap penulis ini. Lahir di Kediri, 9 April 1999. merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Kholiq dan Ibu Siti Kholifah. Penulis tinggal di Dusun Glatik RT/RW. 001/002, Desa Klampisan, Kecamatan Kandangan, Kabupaten Kediri, Provinsi Jawa Timur. Penulis menempuh pendidikan dimulai dari pendidikan dasar di SDN Klampisan 1 (lulus tahun 2011), kemudian melanjutkan pendidikan menengah pertama di SMPN 2 Kepung (lulus tahun 2014), pendidikan menengah atas di SMAN 1 Kandangan (lulus tahun 2017), dan kemudian penulis melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri dan menyelesaikan gelar sarjana strata 1 (S-1) pada tahun 2024.

Selama berkuliah di IAIN Kediri, penulis juga aktif mengikuti kegiatan seperti seminar, pelatihan ataupun workshop kampus. Selain itu penulis juga mengikuti organisasi kampus di Pimpinan Komisariat Perguruan Tinggi Ikatan Pelajar Nahdlatul Ulama (PNU) IAIN KEDIRI sebagai Ketua Umum Tahun 2019. Dan pada tahun 2020, penulis menempuh pendidikan dan pelatihan Basic and Advanced Hypnotherapy “The Indonesian Board Hypnotherapy” dan menjadi peserta termuda dengan usia 21 tahun saat itu. Saat ini penulis masih aktif berorganisasi dan kini penulis berprofesi sebagai seorang pengajar di salah satu sekolah menengah kejuaraan di kabupaten kediri.