

**HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DAN KECEMASAN DENGAN
PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA LUAR KOTA PROGRAM STUDI
PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI**

SKRIPSI

Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna

Memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)



Disusun Oleh:

ROUDLOTUS SA'ADAH

NIM : 933408116

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DAN KECEMASAN
DENGAN PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA LUAR KOTA PROGRAM
STUDI DI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI**

ROUDLOTUS SA'ADAH


NIM. 9334.081.16

Disetujui oleh

Pembimbing I

Pembimbing II


Drs. Moh. Irfan Burhani, M. Psi
NIP. 196612201991031002


Sunarno, M.A
NIDN.2015028201

NOTA DINAS

Nomor : Kediri, 15 juni 2021

Lampiran : 4 (empat) berkas

Hal : bimbingan skripsi

Kepada

Yth, bapak dekan fakultas ushuluddin dan dakwah IAIN Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

NAMA : ROUDLOTUS SA'ADAH

NIM : 9334.081.16

JUDUL : HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT*
DAN KECEMASAN DENGAN PENYESUAIAN
DIRI MAHASISWA LUAR KOTA IAIN KEDIRI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah.


Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Moh. Irfan Burhani. M. Psi
NIP. 196612201991031002


Sunarno, M.A
NIDN.2015028201

NOTA PEMBIMBING

Nomor : Kediri, 15 juni 2021

Lampiran : 4 (empat) berkas

Hal : bimbingan skripsi

Kepada

Yth, bapak dekan fakultas ushuluddin dan dakwah IAIN Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

NAMA : ROUDLOTUS SA'ADAH

NIM : 9334. 081. 16

JUDUL : HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT*
DAN KECEMASAN DENGAN PENYESUAIAN
DIRI MAHASISWA LUAR KOTA PROGRAM
STUDI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II



Drs. Moh. Irfan Burhani, M. Psi
NIP. 196612201991031002



Sunarno, M.A
NIDN.2015028201

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANATA *ADVERSITY QUOTIENT* DAN KECEMASAN
DENGAN PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA LUAR KOTA PROGRAM
STUDI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI**

ROUDLOTUS SA' ADAH

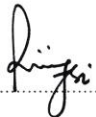
NIM. 9334.081.16

Telah diujikan di depan Sidang Munaqosah Institut Agama Islam Negeri (IAIN)
Kediri Pada Tanggal

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Dr. Rini Risnawita S, M.Si.
NIP. 197712152005012002

()

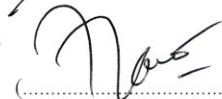
2. Penguji I

Drs. Moh. Irfan Burhani, M. Psi.
NIP. 196612201991031002

()



3. Penguji II

Sunarno, M.A.
NIDN. 2015028201

()

Kediri, 4 Agustus 2021

Dekan Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah
Institut Agama Islam (IAIN) Kediri

( )

Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag
NIP. 197506132003121004

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٥) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٦)

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ (٧) وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ (٨)

Artinya

“ (5) *Bahwa sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan*(6)*sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.*
(7)*Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), (8)kerjakanlah dengan sungguh – sungguh (urusan) yang lain dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap”*

(QS. Al – Insyirah 5 – 8)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah swt yang telah memberikan berkah dan kasih sayang-Nya sehingga atas izin-Nya, peneliti akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti ingin berterimakasih yang sebesar-besarnya serta memberikan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Terimakasih kepada kedua orang tua yang saya cintai ayah sukamto dan ibu siti wasiatun nikmah, terimakasih banyak atas dukungan berupa moril maupun materil yang tak terhingga, kalianlah pahlawan yang tak tergantikan. Terimakasih atas segala yang telah dilakukan dan terimakasih atas setiap cinta kasih yang terpancar serta do'a dan restu yang selalu mengiringi setiap langkah peneliti, sehingga peneliti telah sampai ke titik ini.
2. Terimakasih kepada keluarga besar yang saya cintai (nenek situn, pakde masnur, buleki siti maghfiroh, tante sri mugianti, om iwan, kak anas, kak roni, dek risa)
3. Terimakasih kepada Dosen pembimbing 1 bapak Drs. Moh. Irfan Burhani, M. Psi., dan Dosen pembimbing 2 bapak Sunarno, M.A., yang telah memberikan bimbingan dan arahan
4. Terimakasih kepada teman – teman terdekat saya (Almh. Diana, zaim, ardana, puspita, ayu, annisa, ina, ana, mufi, geta, rifana, laila)
5. Terimakasih kepada teman teman seperjuangan psikologi islam angkatan 2016 yang tak bisa penulis sebutkan satu persatu yang saling mendukung dalam mengerjakan skripsi.

ABSTRAK

SA'ADAH, ROUDLOTUS , 2021. *Hubungan Antara Adversity Quotient dan Kecemasan Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Luar Kota Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri*. Skripsi, program studi psikologi islam, fakultas ushuluddin, IAIN Kediri. Dosen pembimbing (1) Drs. MOH. IRFAN BURHANI, M. Psi. dan (2) SUNARNO, M.A.

Kata Kunci : *Adversity Quotient*, Kecemasan, Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri yaitu suatu proses yang melibatkan respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha mengatasi kebutuhan dari dalam dirinya untuk mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan disekitarnya. Dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru tentunya akan ada perasaan cemas jika tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan. Kecemasan merupakan rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya juga merupakan kekuatan dalam menggerakkan tingkah laku. Mahasiswa akan dapat menyesuaikan diri dengan baik jika dapat mengatasi kecemasannya. Kemampuan mengatasi kesulitan dalam psikologi dikenal juga dengan istilah *adversity quotient* adalah kemampuan seseorang untuk dapat bertahan menghadapi kesulitan dan mampu menghadapi tantangan hidup. Penelitian ini untuk mengetahui (1) apakah terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan penyesuaian diri mahasiswa luar kota Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri. (2) apakah terdapat hubungan antara kecemasan dengan penyesuaian diri mahasiswa luar kota Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri. (3) apakah terdapat hubungan antara *adversity quotient* dan kecemasan dengan penyesuaian diri mahasiswa luar kota Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi seluruh mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri angkatan 2018, dengan jumlah keseluruhan 305 mahasiswa. Jumlah sampel sebanyak 110 mahasiswa dengan teknik *sampling purposive*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket *adversity quotient*, angket kecemasan dan angket penyesuaian diri. teknik analisis data yang digunakan adalah teknik uji korelasi sederhana dan uji berganda dengan bantuan SPSS 16 dan Microsoft Excel 2007.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu 1) terdapat hubungan positif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan penyesuaian diri dengan nilai Sig $0,000 < 0,05$ dan diperoleh nilai r sebesar 0,669 dan r^2 0,447 yang bermakna kontribusi *adversity quotient* dengan penyesuaian diri sebesar 44,7 % dengan demikian H_a diterima dan H_o ditolak. 2) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan penyesuaian diri dengan nilai Sig $0,000 < 0,05$ dan diperoleh nilai r sebesar 0,567 dan r^2 0,321 yang bermakna kontribusi kecemasan dengan penyesuaian diri sebesar 32,1 % dengan demikian H_a diterima dan H_o ditolak. 3) terdapat hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* dan kecemasan dengan penyesuaian diri dengan nilai Sig $0,000 < 0,05$ dan diperoleh nilai r sebesar 0,696 dan r^2 0,485 yang

bermakna kontribusi *adversity quotient* dan kecemasan dengan penyesuaian diri sebesar 48,5 % dengan demikian H_a diterima dan H_0 ditolak

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan kasih dan sayang-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang merupakan suri tauladan bagi kita semua. Hanya dengan petunjuk Allah semata, peneliti bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul hubungan antara *adversity quotient* dan kecemasan dengan penyesuaian diri mahasiswa luar kota program studi psikologi islam IAIN Kediri.

Penulis menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan terutama kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. H. Nur Chamid, MM. Selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.
2. Bapak Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M. Ag. Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah beserta staf yang memberikan izin dalam proses penelitian dari awal sampaiakhir.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si, selaku ketua program studi psikologi islam yang telah mengizinkan peneliti untuk meneliti mahasiswa psikolgi islam angkatan 2018 IAIN Kediri dan juga sebagai penguji utama.

4. Bapak Drs. Moh. Irfan Burhani, M.Psi. Selaku Pembimbing I dan Bapak Sunarno, MA. Selaku pembimbing II yang selalu memberikan pengarahan dan bimbingan secara tulus dan ikhlas kepada peneliti dalam penulisan skripsi.
 5. Bapak/Ibu Dosen Program Studi Psikologi Islam, yang telah membekali ilmu pengetahuan dan motivasi kepada peneliti selama menempuh pendidikan di IAIN Kediri.
 6. Bapak, Ibu serta semua keluarga yang senantiasa mendo`akan, menyayangi, membantu serta memotivasi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
 7. Sahabat-sahabatku dan teman-teman seperjuangan, terutama dari Prodi Psikologi Islam angkatan 2016.
 8. Serta semua pihak yang do`anya selalu mengalir untuk peneliti, yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
- Semoga kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala dari Allah SWT.

Dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membacanya. Aamiin.

Kediri, Juli 2021

Roudlotus Sa'adah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
NOTA DINAS	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar belakang	1
B. Rumusan masalah	7
C. Tujuan penelitian	7
D. Kegunaan penelitian	7
E. Hipotesis penelitian	8
F. Asumsi penelitian	9
G. Penegasan istilah	10
H. Telaah pustaka	11
BAB II : LANDASAN TEORI	
A. Tinjauan tentang Penyesuaian Diri	
1. Pengertian Penyesuaian Diri	17
2. Dimensi Penyesuaian Diri	19
3. Faktor – Faktor Penyesuaian Diri	19
B. Tinjauan tentang <i>Adversity Quotient</i>	
1. Pengertian <i>Adversity Quotient</i>	21
2. Dimensi <i>Adversity Quotient</i>	22
3. Faktor – Faktor <i>Adversity Quotient</i>	24

C. Tinjauan Kecemasan	
1. Pengertian Kecemasan	26
2. Dimensi Kecemasan	27
3. Faktor – Faktor Kecemasan	28
D. Hubungan <i>adversity quotient</i> dan kecemasan dengan penyesuaian diri mahasiswa	30

BAB III : METODE PENELITIAN

A. Rancangan penelitian	33
B. Populasi dan sampel	33
C. Pengumpulan data	34
D. Instrumen penelitian	38
E. Analisis data	39

BAB IV : HASIL PENELITIAN

A. Gambaran umum objek penelitian	42
B. Uji instrumen	44
C. Uji asumsi	55
D. Dekripsi data	59
E. Pengujian hipotesis	64

BAB V : PEMBAHASAN

A. Hubungan <i>adversity quotient</i> dengan penyesuaian diri	74
B. Hubungan kecemasan dengan penyesuaian diri	76
C. Hubungan <i>adversity quotient</i> dan kecemasan dengan penyesuaian diri	78

BAB VI : PENUTUP

A. Kesimpulan	81
B. Saran	82

DAFTAR PUSTAKA	81
----------------------	----

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kisi – Kisi <i>Blue-Print</i> Skala <i>Adversity Quotient</i>	35
Tabel 3.2. Kisi – Kisi <i>Blue-Print</i> Skala Kecemasan	36
Tabel 3.3. Kisi – Kisi <i>Blue-Print</i> Skala Penyesuaian Diri.....	37
Tabel 4.1. Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Adversity Quotient</i>	45
Tabel 4.2. <i>Blue-Print</i> Skala <i>Adversity Quotient</i> Setelah Uji Validitas.....	47
Tabel 4.3. Hasil Uji validitas instrumen kecemasan	48
Tabel 4.4. <i>Blue-print</i> skala kecemasan setelah uji validitas	50
Tabel 4.5. Hasil uji validitas instrumen penyesuaian diri	51
Tabel 4.6. <i>Blue-print</i> skala penyesuaian diri setelah uji validitas	53
Tabel 4.7. Hasil uji reliabilitas <i>adversity quotient</i>	54
Tabel 4.8. Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan.....	54
Tabel 4.9. Hasil uji reliabilitas penyesuaian diri	55
Tabel 4.10. Hasil uji normalitas	56
Tabel 4.11. Grafik uji normalitas	57
Tabel 4.12. Hasil uji linieritas <i>adversity quotient</i> dengan penyesuaian diri	58
Tabel 4.13. Hasil uji linieritas kecemasan dengan penyesuaian diri	59
Tabel 4.14. Hasil uji deskripsi variabel <i>adversity quotient</i>	60
Tabel 4.15. Hasil interpretasi real score <i>adversity quotinet</i>	60
Tabel 4.16. Hasil Uji Deskripsi Variabel kecemasan	61
Tabel 4.17. Hasil interpretasi real score kecemasan	62
Tabel 4.18. Hasil Uji deskripsi variabel penyesuaian diri	63
Tabel 4.19. Hasil interpretasi real score penyesuaian diri	64
Tabel 4.20. Hasil Uji Korelasi <i>Adversity Quotient</i> Dengan Penyesuaian Diri	65
Tabel 4.21. <i>Model Summary</i> Uji Hipotesis 1	66
Tabel 4.22. Hasil Uji Korelasi Kecemasan Dengan Penyesuaian Diri.....	68
Tabel 4.23. <i>Model Summary</i> Uji Hipotesis 2	68
Tabel 4.24. Hasil Uji Korelasi <i>Adversity Quoteint</i> dan Kecemasan Dengan	

Penyesuaian Diri	71
Tabel 4.25. <i>Model Summary</i> Uji Hipotesis 3	71

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. *Blue-Print* Skala *Adversity Quotient* Sebelum Validitas
- Lampiran 2. Skala *Adversity Quotient* Sebelum Validitas
- Lampiran 3. *Blue-Print* Skala *Adversity Quotient* Setelah Validitas
- Lampiran 4. Skala *Adversity Quotient* Setelah Validitas
- Lampiran 5. *Blue-Print* Skala Kecemasan Sebelum Validitas
- Lampiran 6. Skala Kecemasan Sebelum Validitas
- Lampiran 7. *Blue-Print* Skala Kecemasan Setelah Validitas
- Lampiran 8. Skala Kecemasan Setelah Validitas
- Lampiran 9. *Blue-Print* Skala Penyesuaian Diri Sebelum Validitas
- Lampiran 10. Skala Penyesuaian Diri Sebelum Validitas
- Lampiran 11. *Blue-Print* Penyesuaian Diri Setelah Validitas
- Lampiran 12. Skala Penyesuaian Diri Setelah Penyesuaian Diri
- Lampiran 13. Tabulasi Data *Adversity Quotient*
- Lampiran 14. Tabulasi Data Kecemasan
- Lampiran 15. Tabulasi Data Penyesuaian Diri
- Lampiran 16. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 17. Daftar Konsultasi Penyelesaian Skripsi
- Lampiran 18. Daftar Riwayat Hidup