

KONTRIBUSI *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI PADANG YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI

Diflatul Amini

Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi Dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

Email: diflamuhim@gmail.com

Abstract

One of the obligations of students is to complete a thesis as one of the requirements for obtaining a bachelor's degree. The reality that occurs in the field is that there are still many UNP students who are still struggling to complete their thesis according to the applicable regulations. This procrastination in the academic realm is often called academic procrastination and is supported by many factors. There are many challenges that need to be overcome and an individual's ability to face obstacles and turn them into opportunities is called the adversity quotient. This research aims to see the contribution of the adversity quotient to academic procrastination in UNP students who are working on their thesis. This research uses quantitative research methods with a correlational descriptive approach. The subjects were 345 people (according to Isaac and Michael) who were taken using a cluster sampling technique from students from the Department of Psychology, Mathematics Education, Physics, Chemistry, Mining Engineering, Civil Engineering, Mechanical Engineering and Information Engineering Education. The data collection technique uses research scales, namely the academic procrastination scale and the adversity quotient scale, then analyzed using simple regression analysis techniques. Based on the results of the hypothesis test, a significance value of $0.000 < 0.05$ was obtained with an R Square value of 0.092. It can be interpreted that there is an adversity quotient contribution to academic procrastination among UNP students who are working on their thesis with a contribution to academic procrastination of 9.2%.

Keywords: *Adversity Quotient, Academic Procrastination, Students*

Abstrak

Salah satu kewajiban mahasiswa ialah menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar strata 1. Kenyataan yang terjadi di lapangan yaitu masih banyak mahasiswa UNP yang masih berjuang mengerjakan skripsi lewat dari aturan yang berlaku. Penundaan pada ranah akademik ini kerap disebut prokrastinasi akademik dan didukung oleh banyak faktor. Banyak tantangan yang perlu dilewati dan kemampuan individu dalam menghadapi hambatan dan mengubahnya menjadi peluang disebut *adversity quotient*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat kontribusi *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa UNP yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Subjek sebanyak 345 orang (menurut Isaac dan Michael) yang diambil dengan teknik *cluster sampling* pada Mahasiswa Departemen Psikologi, Pendidikan Matematika, Fisika, Kimia, Teknik Pertambangan, Teknik Sipil, Teknik

Mesin dan Pendidikan Teknik Informatika. Teknik pengambilan data menggunakan skala penelitian yaitu skala prokrastinasi akademik dan skala *adversity quotient*, kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Berdasarkan hasil uji hipotesis didapatkan nilai signifikansi $0.000 < 0,05$ dengan nilai R Square sebesar 0,092. Dapat diartikan bahwa terdapat kontribusi *adversity quotient* terhadap prokrastinasi akademik pada Mahasiswa UNP yang sedang mengerjakan skripsi dengan sumbangan kontribusi terhadap prokrastinasi akademik sebanyak 9,2%.

Kata Kunci: *Adversity Quotient*, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa

PENDAHULUAN

Salah satu tempat yang menjadi sarana pembelajaran ialah perguruan tinggi. Perguruan tinggi di Indonesia diberikan tugas dan tanggung jawab serta dituntut untuk melahirkan sumber daya manusia yang potensial untuk memajukan negeri. Manusia potensial ini adalah mahasiswa. Universitas memberikan beberapa tuntutan kepada mahasiswa untuk menguji teori dan kompetensi yang telah mereka dapatkan di bangku perkuliahan (Wulan & Abdullah, 2014). Salah satu kewajiban mahasiswa ialah menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar strata 1. Gelar tersebut akan menjadi salah satu tolok ukur yang digunakan sosial masyarakat sebagai syarat bekerja (Azis & Rahardjo, 2013).

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi pasal 17 menyebutkan bahwa masa studi mahasiswa program sarjana paling lama 7 tahun dengan beban belajar paling sedikit 144 SKS (Permendikbud RI, 2020). Menurut Kurikulum UNP Jurusan Psikologi menunjukkan bahwa diberikan waktu 8 semester untuk mahasiswa menyelesaikan seluruh mata kuliah. Baik itu mata kuliah wajib nasional, mata kuliah pilihan universitas, mata kuliah wajib program studi dan mata kuliah pilihan program studi (Peraturan Akademik UNP, 2015). Termasuk di dalamnya pengerjaan skripsi. Menurut Peraturan Rektor No. 2 tahun 2020 pasal 8 tentang Proses dan Lama Bimbingan Tugas Akhir menyebutkan bahwa lama bimbingan skripsi maksimum dua semester sejak mata kuliah skripsi terdaftar pada SKS dan setelah judul skripsi disetujui oleh pembimbing. Kenyataan yang terjadi di lapangan yaitu masih banyak mahasiswa UNP yang masih berjuang mengerjakan skripsi lewat dari semester 8. Hal ini sesuai dengan data resmi dari Bagian Kemahasiswaan UNP yang dilakukan peneliti pada mahasiswa Psikologi UNP yang mengerjakan skripsi. Total mahasiswa aktif yang masih berjuang mengerjakan tugas akhir di angkatan 2018 berjumlah 142 mahasiswa, angkatan 2016 berjumlah 19 orang dan angkatan 2017 berjumlah 75 orang. Total seluruhnya 236 mahasiswa (Kemahasiswaan UNP, 2022).

Penundaan pada ranah akademik ini kerap disebut prokrastinasi akademik yang artinya perilaku menunda-nunda tugas yang diberikan akademi (Wulan & Abdullah, 2014). Faktor-faktor yang melatarbelakangi terjadinya prokrastinasi ini ialah kecemasan,

pengaturan waktu yang buruk, tidak ada motivasi untuk mengerjakan skripsi, dan tidak ada dukungan dari teman, orang tua dan lingkungan (Azis & Rahardjo, 2013; Suhadianto & Pratitis, 2019). kesulitan mencari judul, sulitnya mendapatkan referensi, lambat menyelesaikan revisi, dan banyaknya tuntutan dari dosen pembimbing (Mutia, 2018), mahasiswa tidak mengerti tugas yang diberikan oleh dosen (Fauziah, 2015, Mutakien, 2012), peranan buku panduan skripsi, penguasaan statistic yang rendah, layanan bimbingan dan intensitas bimbingan (Mutakien, 2012), selalu mengandalkan teman untuk membantu dalam mengerjakan tugas akhir, mudahnya terpengaruh dengan aktivitas lain yang menurut mahasiswa menyenangkan seperti bekerja yang mendapatkan keuntungan berupa gaji, menghabiskan waktu untuk main dan berkumpul dengan teman, lebih suka main gadget atau handphone, kurangnya dukungan dari orangtua sehingga anak jarang menceritakan perkembangan dalam penyelesaian tugas akhirnya (Cania, 2021) dan lingkungan teman sebaya (Lestari, 2022).

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan data survei awal berupa kuesioner yang peneliti lakukan pada 14 mahasiswa psikologi UNP pada tanggal 5 Desember 2022. Selain paparan hambatan eksternal di atas, responden menyebutkan bahwa jadwal revisi yang tidak teratur membuat pengerjaan skripsi tertunda. Selain itu, adanya kondisi tak terduga seperti laptop rusak, dan kurangnya literasi dari mahasiswa yang berujung pada moment yang membuat ia buntu.

Kondisi di atas ialah berbagai kesulitan dan tantangan yang harus dilewati demi menyelesaikan skripsi. Mahasiswa yang tidak dapat menghadapinya akan membuat pengerjaan skripsi tertunda. Setiap hambatan dan kesulitan yang ada tentunya harus segera dihadapi dan diatasi. Kemampuan individu dalam menghadapi hambatan dan mengubahnya menjadi peluang ini disebut dengan *adversity quotient*(AQ). Setiap individu memiliki derajat *adversity quotient*(AQ) yang berbeda-beda. Ada yang tinggi, sedang ataupun rendah. Semakin tinggi tingkat *adversity quotient*(AQ) seseorang, maka semakin besar kemungkinan orang tersebut untuk bersikap optimis, dan inovatif dalam menghadapi hambatan-hambatan. Seperti halnya seseorang yang melakukan prokrastinasi dengan menganggap bahwa suatu tugas itu sulit untuk dikerjakan, namun karena memiliki tingkat *adversity quotient*(AQ) yang tinggi ia akan memiliki motivasi yang kuat dan ketekunan yang tinggi untuk menyelesaikan tugas-tugas tersebut. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *adversity quotient*(AQ) seseorang semakin mudah seseorang untuk menyerah, menghindari tantangan dan mengalami stress (Stoltz, 2000).

Stein dan Book tahun 2004 menyatakan bahwa melalui *adversity quotient* dapat diketahui kemampuan bertahan individu dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan-kesulitan yang ada. *Adversity quotient* berguna untuk membantu individu berpegang teguh pada prinsip yang menjadi tujuannya untuk memperkuat kemampuan dan ketekunan individu dalam menghadapi dan mengatasi masalah yang ada (Wicaksono, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Harani dan Ningsih pada tahun 2019 menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *adversity quotient* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Teknik UNP. Arah kontribusi yang negative signifikan berarti semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin rendah prokrastinasi akademik dan sebaliknya, semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Adversity quotient memiliki peran penting dalam menghadapi kesulitan ketika proses menyelesaikan tugas akhir atau skripsi, sehingga mahasiswa perlu memiliki *adversity quotient* agar dapat bertahan bila dihadapkan pada kesulitannya. Tantangan yang berat dalam pendidikan dan karir akan memerlukan semangat juang yang tinggi. Ketahanan diri peserta didik dapat mengokohkan mereka meskipun menghadapi berbagai tantangan dalam hidup saat sekarang maupun dimasa yang akan datang. Sehingga perlu dikembangkannya *adversity quotient* dalam sistem pendidikan nasional (Matore, Khairani & Razak, 2015).

Hal ini senada dengan penelitian Zuraida dan Zuraidah pada tahun 2018. Belajar tidak hanya menuntut kecerdasan intelektual, emosi dan sosial tetapi sangat dibutuhkan kecerdasan menghadapi rintangan. *Adversity quotient* diperlukan mahasiswa untuk menghadapi berbagai kesulitan yang dialami dalam menyelesaikan skripsi. Individu yang mampu memusatkan daya hidup pada satu titik juga akan memiliki kemampuan untuk menghadapi satu masalah. Hal ini dimaksudkan bahwa individu akan mampu menghadapi kesulitan apabila mampu berpikir kreatif.

Penelitian lain yang menyebutkan hubungan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik ialah penelitian yang dilakukan oleh Christover dan Elvinawanty pada tahun 2020. Ada hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik yang sedang dalam proses mengerjakan skripsi pada mahasiswa/mahasiswi di STIE Eka Prasetya Medan. Semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya jika semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Hadi pada tahun 2014 pada Mahasiswa Jurusan Mesin Fakultas Teknik Universitas Andalas dan Apriliani, Wasidi, dan Sholihah (2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Sanusi, Zulkifli dan Risma (2017) menyatakan bahwa *adversity quotient* berhubungan dan berpengaruh pada prokrastinasi akademik Mahasiswa Program Studi PG PAUD Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Lumbantobing pada tahun 2016 di STIE Mikroskil Medan. Semakin tinggi *adversity quotient* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik.

Berdasarkan fenomena dan hasil penelitian yang peneliti paparkan, peneliti tertarik untuk meneliti seberapa besar kontribusi *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa UNP yang mengerjakan skripsi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Sugiyono (2013) mendefinisikan penelitian kuantitatif sebagai metode untuk meneliti sebuah objek guna menguji hipotesis. Penelitian yang diteliti dengan metode ini berupa angka-angka dan dianalisis menggunakan statistic. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa UNP yang sedang mengerjakan skripsi lewat dari 2 semester yang berjumlah 43.846 mahasiswa. Dalam penelitian ini *cluster* yang digunakan ialah UNP yang terdiri dari 9 fakultas. FT, FMIPA, FIK, FIP, FBS, FPP, FE, FPK, dan FIS. Kemudian dilakukan pemilihan secara acak. Hasil dari pemilihan acak tersebut, terpilih FT Departemen Pendidikan Teknik Informatika, Teknik Mesin, Teknik Sipil dan Teknik Pertambangan, FPK Departemen Psikologi, dan FMIPA Departemen Pendidikan Matematika, Kimia dan fisika. Dari kedelapan program studi yang telah dipilih secara acak oleh peneliti, digunakan pendapat Isaac and Michael dari tabelnya untuk menentukan ukuran sampel sebanyak 345 orang. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data yaitu skala yang berarti acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval dalam alat ukur sehingga bisa digunakan untuk pengukuran data kuantitatif (Sugiyono, 2013). Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang diturunkan menjadi indicator, dari indicator diturunkan menjadi item. Model skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah model skala likert dengan 4 alternatif jawaban yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai, dan sangat sesuai. Regresi linier sederhana adalah suatu metode statistik yang berupaya memodelkan hubungan antara dua 2 variabel dimana satu variabel memengaruhi variabel lainnya (Irianto, 2004). *Adversity quotient* dan prokrastinasi akademik merupakan variabel independen dan dependen dalam penelitian ini. Sebelum itu, data yang terkumpul terlebih dahulu harus melalui uji normalitas, uji linier, dan terakhir uji regresi linear sederhana. SPSS 20 *for windows* digunakan untuk mengolah data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas sebaran data dilakukan untuk mengetahui kenormalan data. *Tes Kolmogorov-Smirnov* digunakan dalam penelitian ini untuk memeriksa apakah datanya normal. Kedua variabel dalam penelitian ini lolos uji normalitas dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1 Hasil Uji Normalitas *Adversity Quotient* dan Prokrastinasi Akademik

Variabel	SD	Mean	P	Ket
----------	----	------	---	-----

<i>Adversity quotient</i>	11,653	68,10	0,784	Normal
Prokrastinasi Akademik	4,765	133,93	0,404	Normal

Pada tabel 1, skala *adversity quotient* memiliki $P = (0,784 > 0,05)$, dan skala prokrastinasi akademik memiliki $P = (0,404 > 0,05)$. Dengan kata lain, data variabel *adversity quotient* dan prokrastinasi akademik terdistribusi normal dengan nilai $P > 0,05$.

2. Uji Linearitas

Penelitian ini menguji linearitas data dari hasil penelitian, agar diketahui apakah data memiliki hubungan linier yang dapat diketahui dari *significant deviation form linierity*. Kedua variabel dalam penelitian ini lolos uji normalitas dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3 Hasil Uji Linearitas *Adversity Quotient* dan Prokrastinasi Akademik

Variabel	N	<i>Significant Deviation from Linearity</i>
<i>Adversity quotient</i> Prokrastinasi Akademik	345	0,185

Pada tabel 3, diperoleh nilai *significant deviation form linierity* sebesar 0,185 ($0,185 > 0,05$). Dengan kata lain, data variabel *adversity quotient* dan prokrastinasi akademik menunjukkan hubungan linear untuk data dalam penelitian ini dengan nilai $P > 0,05$.

3. Uji Hipotesis

Dengan menggunakan SPSS 20 *for Windows*, uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana untuk mengetahui pengaruh yang terjadi antara variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) dalam penelitian ini. Akan ditampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil Uji Hipotesis *Adversity Quotient* dan Prokrastinasi Akademik

Variabel	N	Sig. (2-tailed)
<i>Adversity quotient</i>	345	0,000
Prokrastinasi Akademik	345	0,000

Pengambilan keputusan dari pengujian ini dilakukan dengan melihat nilai signifikansi sebesar 0,05. Jika nilai signifikansi < 0,05 artinya variabel bebas (X) berkontribusi terhadap variabel terikat (Y). Begitupun sebaliknya jika nilai signifikansi > 0,05 berarti variabel bebas (X) tidak berkontribusi terhadap variabel terikat (Y).

Berdasarkan tabel di atas nilai signifikansi 0.000 dan nilai signifikansi 0,000 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Sehingga dapat diperoleh hasil bahwa terdapat kontribusi *adversity quotient* terhadap prokrastinasi akademik. Melalui analisis regresi sederhana dapat disimpulkan bahwa hipotesis H_a diterima dan H_0 ditolak, dengan arti terdapat kontribusi antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi pada Mahasiswa UNP yang sedang mengerjakan skripsi.

Tabel 5 Hasil Uji Regresi Sederhana Kontribusi *Adversity Quotient* terhadap Prokrastinasi Akademik (N=345)

	Adversity Quotient				
	R	R square	B (constant)	B (AQ)	P
Prokrastinasi Akademik	0,210	0,092	28,157	-0,373	0,000

Berdasarkan tabel 5 diatas, diperoleh nilai R square atau R^2 yaitu sebesar 0,092. Nilai tersebut memperlihatkan bahwa *adversity quotient* memberikan sumbangan kontribusi terhadap prokrastinasi akademik sebanyak 9,2%. Sehingga berdasarkan uji hipotesis ($p= 0,000$; $p<0,05$), dapat diartikan bahwa terdapat kontribusi *adversity quotient* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa UNP yang sedang mengerjakan skripsi. Selanjutnya, berdasarkan tabel juga diperoleh nilai B (constant) sebesar 28,157 dan nilai B (AQ) sebesar -0,373 sehingga didapatkan persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = b + aX$$

$$\text{prokrastinasi akademik} = 28,157 + -0,373 \text{ *adversity quotient*}$$

Berdasarkan persamaan regresi di atas dapat diprediksikan koefisien regresi yang bernilai negatif yaitu -0,373 menunjukkan bahwa setiap peningkatan *adversity quotient* sebesar nol satuan, maka penurunan prokrastinasi akademik akan terjadi sebesar 28,157.

B. Pembahasan

Hasil penelitian ini menemukan bahwa *adversity quotient* mahasiswa Universitas Negeri Padang yang sedang mengerjakan skripsi pada kategori

rendah. Individu dengan *adversity quotient* yang rendah tidak dapat mengerjakan tugas dengan optimal. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Stoltz pada tahun 2000 yang menemukan bahwa individu dengan *adversity quotient* yang rendah akan mudah menyerah, tidak memanfaatkan potensinya dengan baik, merasa tak berdaya, terjebak dalam masalah, menghindari pekerjaan yang menantang, dan tidak memanfaatkan sarana dan prasarana dengan baik. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zainuddin pada tahun 2011 menyatakan bahwa *adversity quotient* yang rendah membuat individu menghadapi masalah dengan berkeluh kesah dan tidak menggunakan kekuatannya untuk berusaha menghadapi persoalan tersebut. Dengan demikian, prestasi belajar tidak akan dicapai dengan maksimal.

Hal ini ditunjukkan dari semua aspek *adversity quotient* yang tergolong rendah. Aspek yang paling rendah yaitu *control*. Dalam penelitian ini, mahasiswa kurang mampu mengendalikan permasalahan dan kurang mampu merespon masalah dengan baik. Mahasiswa akan stress jika tidak mampu menghadapi masalah, merasa tersinggung ketika diberi kritikan, kurang mampu berfikir positif ketika berada di situasi yang tidak menguntungkan, dan memikirkan peristiwa yang membuatnya tertekan terus menerus. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian DeWall pada tahun 2007 yang menunjukkan bahwa kemampuan merespon masalah yang kurang baik akan membuat seseorang sulit mengendalikan dirinya dan agresif. Banyak kasus stres terjadi karena kurang mampunya individu menghadapi sumber stres ini. Limbert pada tahun 2004 dari penelitiannya menyimpulkan bahwa berpikir positif mempunyai peran dapat membuat individu menerima tekanan, stress dan situasi yang tengah dihadapi secara lebih positif (Kholidah & Alsa, 2012).

Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa gambaran mayoritas mahasiswa di Universitas Negeri Padang yang sedang mengerjakan skripsi mempunyai prokrastinasi akademik yang berada pada kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan dari semua aspek prokrastinasi akademik yang tergolong tinggi. Aspek yang paling tinggi yaitu penundaan dalam menyelesaikan tugas. Dalam penelitian ini, mahasiswa menunda-nunda pengerjaan tugas akademik dan tidak segera menyelesaikannya. Mahasiswa malas memulai mengerjakan skripsi, tidak senang mengerjakannya, menghindari pembahasan terkait skripsi, lebih senang bermain dan membuka media social, mengerjakan kegiatan lain dan tidak dapat membagi waktu dengan baik.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nafeesa pada tahun 2018 yang mengatakan seseorang cenderung melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan rasa malas dan ketidakpeduliannya terhadap tugas. Karakter mahasiswa yang melakukan penundaan pengumpulan tugas yaitu sering terlambat mengumpulkan tugas dengan berbagai alasan dan biasanya

mereka melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan seperti main *game* online, jalan-jalan, menonton TV, main sosial media. Prokrastinasi merupakan perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan serta penghindaran karena perasaan tidak senang terhadap tugas dan takut gagal (Nisa, Mukhlis, Wahyudi & Putri, 2019).

Dalam penelitian Ursia (2013) seseorang yang melakukan penundaan tugas akan mengalami stress, sulit berkonsentrasi dan adanya perasaan cemas. Hal ini juga didukung oleh penelitian Fauziah pada tahun 2015 yang menyebutkan bahwa salah satu bentuk kemalasan mahasiswa adalah menunda tugas. Fleksibilitas waktu yang diberikan oleh dosen kepada mahasiswa terkadang justru disalahartikan hingga menjadi pemicu penundaan tugas. Tidak sedikit mahasiswa yang meremehkan tugas pemberian dosen, mereka lebih memilih menghabiskan waktu untuk bersenang-senang dan mengesampingkan tugas dengan dalih masih banyak waktu yang tersedia Dengan pemikiran seperti itu, mahasiswa akan cenderung mengerjakan tugas mendekati tenggat waktu. Hal ini disebut Prokrastinasi (Putri, 2021).

Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa terdapat kontribusi *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana yang dilakukan oleh peneliti, disimpulkan bahwa hipotesis alternatif atau H_a diterima dan H_0 ditolak, menunjukkan terdapat kontribusi *adversity quotient* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Padang yang sedang mengerjakan skripsi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lumbantobing pada tahun 2016 yang menunjukkan bahwa *adversity quotient* memiliki pengaruh dengan prokrastinasi akademik. Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini dilakukan oleh Qomari tahun 2015 yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negative yang signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik. Sejalan juga dengan hasil penelitian yang dilakukan di Perguruan Tinggi "X" di Yogyakarta menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik dan sumbangan efektif sebesar 30,4% dan 69,6% dipengaruhi faktor lain (Wardani & Nurwardani, 2019).

Tantangan yang berat dalam pendidikan dan karir akan memerlukan semangat juang yang tinggi. Ketahanan diri peserta didik dapat mengokohkan mereka meskipun menghadapi berbagai tantangan dalam hidup saat sekarang maupun dimasa yang akan datang. Sehingga perlu dikembangkannya *adversity quotient* dalam sistem pendidikan nasional (Effendi, Matore & Khairani, 2016). *Adversity quotient* akan bekerja dengan optimal ketika individu menghadapi

kesulitan. Dengan mengetahui tingkat *adversity quotient* individu, faktor lingkungan yang dilengkapi dengan sarana yang memadai akan sangat membantu individu dalam menghadapi prokrastinasi akademik (Hema & Gupta, 2015). *Adversity quotient* dapat membantu individu untuk melaksanakan tugas dan menghadapi masalah dan dapat menghindari prokrastinasi akademik. Untuk menghadapi kesulitan secara efektif individu membutuhkan kekuatan, ketabahan, ketangguhan dan kecerdasan (Safi'l, Muttaqin, Hamzah, Chotimah, Junaris & Rifa'i, 2021).

KESIMPULAN

Temuan penelitian yang dilakukan peneliti mengenai kontribusi *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa UNP yang sedang mengerjakan skripsi

1. Sebagian besar mahasiswa UNP menggambarkan *adversity quotient* mereka pada rentang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa UNP yang mempunyai *adversity quotient* yang rendah.
2. Sebagian besar mahasiswa UNP menggambarkan prokrastinasi akademik mereka berada pada rentang tinggi sedangkan sisanya termasuk pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan sebagian besar mahasiswa UNP yang mempunyai prokrastinasi akademik yang tinggi.
3. *Adversity quotient* memiliki kontribusi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa UNP yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil uji hipotesis yaitu H_0 ditolak.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S. M., & Wulan, D. A. N. (2014). Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal Sosio-Humaniora*, 5(1). ISSN: 2087-1899.
- Apriliani, U., Wasidi, W., & Sholihah, A. (2018). Hubungan antara *adversity quotient* (aq) dengan prokrastinasi akademik siswa kelas x sma negeri 5 kota bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 1(3), 12-23. ISSN: 2620-5343.
- Aziz, A., & Rahardjo, P. (2013). Faktor-faktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi di universitas muhammadiyah purwokerto tahun akademik 2011/2012. *Psycho Idea*, 11(1). ISSN: 2654-3516.
- Cania, L. F. (2021). Studi kasus penyebab prokrastinasi akademik dalam penyelesaian tugas akhir mahasiswa jurusan ilmu pendidikan fkip unja. *Skripsi*. Universitas Jambi.
- Christover, C., & Elvinawanty, R. (2020). Prokrastinasi akademik ditinjau dari *adversity quotient* dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa. *Psyche 165 Journal*, 147-153.
- Effendi, M., Matore, E. M & Khairani, A.Z. (2016). Correlation between *adversity quotient* (aq) with iq, eq andsq among polytechnic students using rasch model. *Journal of Science and Technology*, Vol 9(47). <http://doi.org/10.17485/ijst/2016/v9i47/108.695>

- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132. ISSN: 2502-2903.
- Hema, G., & Gupta, S. M. (2015). *Adversity quotient* for prospective higher education. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(3), 49-64. ISSN: 2384-5396.
- Irianto, A. (2004). *Statistic, konsep dasar, aplikasi dan pengembangannya*. Jakarta: Kencana.
- Kemahasiswaan UNP (2022). Data mahasiswa aktif psikologi unp.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2020). Peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan republik indonesia pasal 17 nomor 3 tahun 2020 tentang standar nasional pendidikan tinggi. Diakses pada 1 Juni 2022.
- Lestari, I. P. (2022). Determinasi faktor prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis iain ponorogo dalam menyelesaikan skripsi. *Skripsi*. IAIN Ponorogo.
- Matore, M. E. E. M., Khairani, A. Z., & Razak, N. A. (2015). The Influence of AQ on the Academic Achievement among Malaysian Polytechnic Students. *International Education Studies*, 8(6), 69-74. ISSN: 1913-9039.
- Mutia, D. (2018). Hubungan antara *adversity quotient* dan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas akhir pada mahasiswa program studi x universitas islam indonesia. *Skripsi*. Universitas Islam Indonesia.
- Peraturan Akademik UNP (2015). Peraturan akademik UNP pasal 20 nomor 2 tahun 2015 tentang beban dan masa studi. Diakses pada 1 Juni 2022.
- Peraturan Rector UNP (2020). Peraturan rector UNP nomor 2 tahun 2020 tentang Proses dan Lama Bimbingan Tugas Akhir. Diakses pada 1 Juni 2022. <http://ppid.unp.ac.id/peraturan-rektor-no-02-th-2020/>
- Safi'i, A., Muttaqin, I., Hamzah, N., Chotimah, C., Junaris, I., & Rifa'i, M. K. (2021). The effect of the *adversity quotient* on student performance, student learning autonomy and student achievement in the COVID-19 pandemic era: evidence from Indonesia. *Heliyon*, 7(12), e08510.
- Sanusi, M. H. D., Zulkifli, N., & Risma, D. (2017). Hubungan *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa program studi pg paud fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas riau angkatan 2014. *Skripsi*. Riau University.
- Stoltz, P., G. (2000). *Adversity quotient at work*. HarperCollins e-Books.
- Stoltz, P., G. (2000). *Adversity quotient: mengubah hambatan menjadi peluang*. Jakarta: Grasindo
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan r&d*. Bandung: Alfabeta.CV
- Suhadianto, S., & Pratitis, N. (2019). Eksplorasi faktor penyebab, dampak dan strategi untuk penanganan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 204-223. ISSN: 2622-6626.
- Wicaksono, N. A. (2018). Hubungan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa fakultas teknologi informasi universitas kristen satya wacana salatiga. *Skripsi*. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga
- Zuraidah, Z. (2018). Hubungan *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa yang bekerja di Pts. *Universitas*

Potensi Utama, 2(2). DOI: <http://dx.doi.org/10.22303/kognisi.2.2.2018.136-147>