

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan

1. Orientasi Kancan

Penelitian ini dilakukan oleh peneliti kepada subjek yaitu anak SMA kelas XII di kota Yogyakarta dengan memanfaatkan *google form* yang disebarluaskan melalui media sosial. *Google form* berisi pernyataan kesediaan subjek, identitas diri, dan total terdapat 49 aitem pertanyaan. Hal ini bertujuan untuk mengetahui kesesuaian kriteria subjek dengan yang sedang diteliti.

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 150 responden siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta diantaranya berasal dari SMA Sains Wahid Hasyim, SMAN 1 Yogyakarta, SMAN 2 Yogyakarta, SMAN 3 Yogyakarta, SMAN 4 Yogyakarta, SMAN 5 Yogyakarta, SMAN 6 Yogyakarta, SMAN 7 Yogyakarta, SMAN 8 Yogyakarta, SMAN 9 Yogyakarta, SMAN 10 Yogyakarta, dan SMAN 11 Yogyakarta.

2. Persiapan

Sebelum dilakukan pengambilan data, dibutuhkan beberapa tahapan yang mencakup persiapan, diantaranya yaitu:

a. Persiapan administrasi

Pada tahap ini peneliti terlebih dahulu menentukan subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian yaitu siswa aktif SMA kelas XII di kota Yogyakarta laki-laki maupun perempuan. Penelitian ini

tidak menggunakan surat izin dari instansi karena pengambilan data berlangsung secara online dengan menyebarkan *google form* kepada subjek penelitian. Namun, peneliti memberikan kalimat pernyataan kesediaan sebelum subjek mengisi kuesioner sebagai bentuk persetujuan serta kesediaan subjek untuk terlibat dalam penelitian ini.

b. Persiapan alat ukur

Alat ukur yang peneliti gunakan adalah skala. Skala dalam penelitian ini terdiri dari dua skala, yaitu skala stres akademik dan skala *adversity quotient*:

1) Skala Stres Akademik

Skala stres akademik yang digunakan dalam penelitian ini langsung menggunakan skala stres akademik siswa SMA dari Annisa (2023) yang mengacu berdasarkan aspek Gedzella dan Masten (2005). Terdapat 2 aspek antara lain: stimulus pengacu stres akademik dan reaksi stres. Jumlah aitem dalam skala ini sebanyak 17 aitem dengan 10 aitem *favorable* (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10) dan 7 aitem *unfavorable* (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17).

Tabel 4.1
Blue print Skala Stres Akademik

No.	Aspek	Aitem		Total
		F	UF	
1.	Stimulus	1	11, 12	3
	pemicu	2, 3	13,14	4
	Stres	4	-	1
	Akademik	5	-	1
		6, 7	15	3
2.	Reaksi stres	8	16	2
	akademik	9	-	1
		10	17	2
		-	-	1
Total		10	7	17

2) Skala *Adversity Quotient*

Skala *adversity quotient* yang digunakan dalam penelitian ini langsung menggunakan skala *adversity quotient* siswa SMA dari Raya (2022) berdasarkan teori dan dimensi Stoltz (2000). Terdapat 4 dimensi antara lain : *Control* (kendali), *Origin – Owership* (asal-usul dan pengakuan), *Reach* (jangkauan) dan *Endurance* (daya tahan). Jumlah aitem dalam skala ini sebanyak 32 aitem dengan 16 aitem *favorable* (1, 9, 18, 26, 3, 11, 33, 20, 28, 5, 13, 22, 30, 36, 7, 15, 24, 32) dan 16 aitem *unfavorable* (17, 25, 2, 10, 19, 27, 35, 4, 12, 21, 29, 6, 14, 34, 23, 31, 8, 16).

Tabel 4.2

Blue print Skala *Adversity Quotient* Setelah Uji Coba

No.	Dimensi	Aitem		Total
		F	UF	
1.	<i>Control</i> (kendali)	1, 6, 15,22, 3 8, 29	14, 21, 2, 7, 16, 23, 31	14
2.	<i>Origin</i> – <i>Owership</i>	17, 24, 10	4, 9, 18, 25	7
3.	<i>Reach</i> (jangkauan)	19, 26, 32	5, 11, 30	6
4.	<i>Endurance</i> (daya tahan)	12, 20, 28	27, 13	5
Total		16	16	32

3) Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Sebelum melakukan sebaran data maka terlebih dahulu melakukan uji coba skala. Uji coba ini memiliki tujuan untuk mengetahui tingkat reliabilitas dan validitas dari skala yang akan digunakan pada penelitian ini.

Uji coba alat ukur dalam penelitian ini menggunakan uji coba yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya yaitu pada skala stres akademik dari Annisa (2023) rentang nilai validitas bergerak dari 0,334-0,743 dan reliabilitas sebesar α Cronbach = 0,836 sehingga dengan nilai-nilai tersebut aitem-aitem yang digunakan telah dikatakan valid dan reliabel.

Uji coba alat ukur pada skala *adversity quotient* menggunakan uji coba yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya yaitu Raya (2022) dengan rentang nilai validitas

bergerak dari 0,259-0,751 dan reliabilitas sebesar *alpha Cronbach* = 0,926 sehingga dengan nilai-nilai tersebut aitem-aitem yang digunakan telah dikatakan valid dan reliabel.

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Peneliti mulai melakukan pengambilan data pada tanggal 15 April 2024 dan berlangsung selama satu bulan. Pengambilan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner yang berupa *link google form* kepada subjek yang sesuai kriteria dalam penelitian. Kuesioner yang disebarluaskan berisi informasi umum terkait penelitian, *informed consent*, identitas subjek, petunjuk pengisian serta skala psikologi yaitu skala stres akademik dan skala *adversity quotient* yang telah di uji coba.

Peneliti menyebarkan link google form melalui media sosial seperti aplikasi *Whatsapp*, *Instagram*, *Tiktok*. Pada proses pengambilan data, peneliti melihat perkembangan data dengan setiap hari membagikan *link google form* ke berbagai media sosial dan secara terus menerus memantau jumlah subjek yang sudah mengisi *google form* agar mencapai target subjek dalam penelitian ini. Pengambilan data yang sudah dilakukan oleh peneliti memperoleh hasil sebanyak 150 responden yang mengisi *google form*.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi subjek penelitian

Berdasarkan data yang telah peneliti peroleh melalui kuesioner yang disebar secara online menggunakan *google form* menunjukkan total

responden sebanyak 150 responden yang sudah mengisi kuesioner penelitian dengan karakteristik sesuai penelitian.

Menurut Kemendikbud (Faturrahmansyah & Susilawati, 2022) remaja 17-18 tahun umumnya merupakan gambaran usia siswa SMA kelas XII. Usia ini berada dalam rentang remaja menurut Mansur (Amdadi, Nurdin, Eviyanti & Nurbaeti, 2021) masa remaja ada tiga bagian, yaitu: masa remaja awal berkisar dari umur 11-13 tahun, masa remaja pertengahan berkisar dari umur 14-16 tahun, masa remaja akhir yang berkisar dari umur 17-20 tahun. Siswa pada masa ini akan mengalami kesulitan sesuai dengan perkembangannya ketika berada pada fase remaja.

Tabel 4.3

Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Persentase (%)
Laki-laki	68	46,1%
Perempuan	82	53,9%
Total	150	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebaran responden terbanyak yang mengisi kuesioner berdasarkan jenis kelamin adalah perempuan dengan berjumlah 82 orang dengan persentase sebesar 53,9%, sementara untuk responden laki-laki yang mengisi kuesioner berjumlah 68 orang dengan persentase sebesar 46,1%.

2. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan data yang telah peneliti peroleh, maka dilakukan perhitungan untuk mendapatkan nilai empirik dan hipotetik.

Tabel 4.4
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
Stres akademik	31	53	44,39	3	17	68	42,5	8,5
<i>Adversity Quotient</i>	72	107	80,75	4	32	128	80	16

Keterangan:

Skor Empirik diperoleh dari hasil data subjek

Skor Hipotetik diperoleh dari skala

Berdasarkan tabel 4.4 diatas, dapat diketahui bahwa skala stres akademik memiliki skor mean empirik sebesar 44,39 dengan standar deviasi sebesar 3 serta nilai mean skor hipotetik pada skala stres akademik sebesar 42,5 dengan standar deviasi sebesar 8,5. Pada skala *adversity quotient* memiliki skor mean empirik sebesar 80,75 dengan standar deviasi sebesar 3 serta mean skor hipotetik skala *adversity quotient* sebesar 80 dengan standar deviasi sebesar 16.

Hasil dari deskripsi data penelitian tersebut akan digunakan untuk mengkategorisasikan skor yang diperoleh dari tiap-tiap responden pada masing-masing variabel penelitian. Kategorisasi bertujuan untuk menempatkan setiap individu kedalam kelompok-kelompok berdasarkan jenjang dari suatu kontinum atribut yang diukur (Azwar, 2019). Adapun kategori dibuat berdasarkan rumus norma berikut ini:

Tabel 4.5
Rumus Norma Kategorisasi

Kategori	Rumus Norma
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

Keterangan:

M : Mean SD : Standar Deviasi

Berdasarkan rumus norma tabel 4.7 diatas maka peneliti mengkategorikan responden menjadi tiga kategori untuk masing-masing skala sebagai berikut:

Tabel 4.6
Kriteria Kategorisasi Tiap Variabel

Kategorisasi	Stres Akademik	<i>Adversity Quotient</i>
Rendah	$X < 34$	$X < 64$
Sedang	$34 \leq X \leq 51$	$64 \leq X \leq 96$
Tinggi	$X > 51$	$X > 96$

Tabel 4.7
Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Kategorisasi	Stres Akademik		<i>Adversity Quotient</i>	
	Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	2	1,3	-	0
Sedang	147	98	149	99,3
Tinggi	1	0,7	1	0,7
Total	150	100	150	100

Berdasarkan tabel 4.9 kategorisasi diatas, dapat diketahui bahwa 152 responden terdapat perolehan skor pada variabel stres akademik dalam kategori sedang. Hal ini terbukti dari 150 responden terdapat 147 berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 98%. Pada kategori tinggi terdapat 1 responden dengan persentase 0,7%. Pada kategori rendah terdapat 2 responden dengan persentase 1,3%.

Tabel di atas juga menunjukkan bahwa variabel *adversity quotient* terdapat 149 responden berada dalam kategori sedang dengan persentase 99,3%. Pada kategori tinggi terdapat 1 responden dengan persentase 0,7%. Tidak terdapat responden pada kategori rendah sehingga persentase menjadi 0%.

3. Uji asumsi

Pada penelitian ini, analisis yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *adversity quotient* dan stres akademik pada siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta, dimana variabel yang digunakan adalah *adversity quotient* sebagai variabel bebas dan stres akademik sebagai variabel terikat. Pada variabel *adversity quotient* terdapat 4 dimensi yang meliputi *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance*. Sehingga dalam penelitian ini pada variabel-variabel tersebut disebut sebagai:

1. Variabel bebas yaitu *adversity quotient* (X) meliputi: *control* (X1), *origin-ownership* (X2), *reach* (X3), *endurance* (X4)
2. Variabel terikat yaitu stres akademik (Y)

Dikarenakan terdapat 4 dimensi variabel pada variabel bebasnya, sehingga untuk menganalisis hubungan antara *adversity quotient* dan stres akademik siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta dilakukan dengan uji analisis regresi linier berganda. Sebelum itu dilakukan uji asumsi meliputi uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heterokedastisitas sebagai syarat yang harus dipenuhi dalam melakukan analisis regresi linear berganda agar model yang dihasilkan valid untuk digunakan, kemudian dilakukan juga uji hipotesis yaitu uji parsial dan uji simultan untuk melihat signifikansi hubungan dan pengaruh antar variabelnya. Analisis regresi linear berganda yang dilakukan menggunakan bantuan SPSS 26.

a. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian yang telah diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas

dilakukan dengan menggunakan *One Sample Kolmogrov-Smornov Test*, apabila nilai signifikansi (sig.) $> 0,05$ maka dapat dikatakan data berdistribusi normal (Sugiyono, 2018).

Tabel 4.10

Variabel bebas	Variabel tergantung	Sig.	Interpretasi
<i>Adversity Quotient</i>	Stres Akademik	0,200	Normal

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh bahwasanya nilai signifikansi sebesar 0,200. Dimana $0,200 > 0,05$ sehingga sesuai kaidah keputusan dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal. Menurut Mardiatmoko (Yusuf, Herman, Abraham & Rukmana 2024) syarat untuk melakukan model regresi yang baik adalah distribusi datanya normal yang dilakukan melalui uji normalitas residual. Nilai residual di sini menunjukkan selisih antara nilai aktual dan nilai prediksi. Nilai residual disini diperoleh melalui data pada variabel stres akademik dan *adversity quotient*.

b. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui bahwa tidak ada hubungan antar variabel bebas. Menurut (Ghozali, 2018) apabila nilai VIF < 10 atau nilai tolerance $> 0,10$ maka tidak terjadi multikolinearitas.

Tabel 4.11

Dimensi	Tolerance	VIF
X1 <i>Control</i>	0,900	1.111
X2 <i>Originin-Owership</i>	0,897	1.115
X3 <i>Reach</i>	0,877	1.141
X4 <i>Endurance</i>	0,962	1.040

Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa hasil uji tiap-tiap dimensi sebagai berikut:

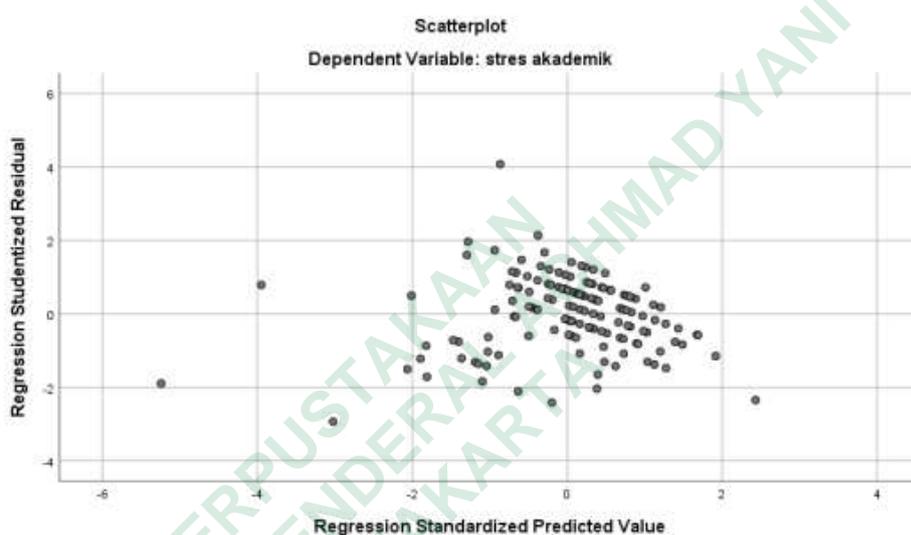
- a. Dimensi Variabel *Control* (X1): Diperoleh nilai *tolerance* sebesar 0,900, dimana $0,900 > 0,10$ dan nilai VIF sebesar 1,111, dimana $1,111 < 10$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.
- b. Dimensi Variabel *Origin-Owership* (X2): Diperoleh nilai *tolerance* sebesar 0,897, dimana $0,897 > 0,10$ dan nilai VIF sebesar 1,115, dimana $1,115 < 10$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.
- c. Dimensi Variabel *Reach* (X3): Diperoleh nilai *tolerance* sebesar 0,877, dimana $0,877 > 0,10$ dan nilai VIF sebesar 1,141, dimana $1,141 < 10$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.
- d. Dimensi Variabel *Endurance* (X4): Diperoleh nilai *tolerance* sebesar 0,962, dimana $0,962 > 0,10$ dan nilai VIF sebesar 1,040, dimana $1,040 < 10$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.

Berdasarkan keempat dimensi-dimensi di atas diperoleh apabila nilai *tolerance* $> 0,10$ dan nilai VIF < 10 sehingga asumsi tidak terjadinya multikolinearitas terpenuhi.

c. Uji Heterokedastisitas

Pada penelitian ini dilakukan uji heterokedastisitas menggunakan scatterplot dengan melihat pola penyebaran titik-titik plotting. Adapun hasil output scatterplotnya sebagai berikut:

Gambar 4.2 Uji Heterokedastisitas



Berdasarkan hasil scatterplot di atas terlihat bahwa penyebaran titik-titik plotting yang terbentuk tidak membentuk suatu pola tertentu seperti pola yang menyerupai gelombang dan titik-titik pola penyebaran berada pada garis nol. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heterokedastisitas, dengan demikian model regresi dapat dilakukan.

4. Uji Hipotesis Regresi Linear Berganda

Tabel 4.12

Variabel Bebas	Variabel Tergantung	Koefisien Korelasi	Koefisien Determinasi
<i>Adversity Quotient</i>	Stres Akademik	0,585	0,324

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai R atau koefisien korelasi sebesar 0.585 yang menunjukkan bahwa hubungan antara keempat dimensi variabel *adversity question* dengan stres akademik siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta memiliki hubungan yang relatif sedang. Menurut Sugiyono (2017) internal koefisien korelasi dengan rentang 0,40-0,599 memiliki tingkat hubungan sedang. Sedangkan untuk nilai koefisien determinasi dapat dilihat pada hasil dari *adjusted R square* diperoleh nilai sebesar 0,324 atau 32,4%. Nilai tersebut menunjukkan bahwa empat dimensi variabel *adversity question* yaitu *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance* berpengaruh sebesar 32,4% terhadap stres akademik siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta.

a. Uji F (Simultan)

Uji F (simultan) dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independent terhadap variabel dependent secara bersamaan, dengan melihat nilai koefisien signifikansi kurang dari $< 0,05$.

Tabel 4.13

Variabel	F	Sig.
Stres Akademik <i>Adversity Quotient</i>	18,877	0,000

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh bahwa nilai sig. sebesar 0,000, dimana $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa empat dimensi variabel *adversity quotient* yaitu *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance* secara simultan (secara bersama-sama) memiliki hubungan yang

signifikan terhadap stres akademik siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta.

b. Uji t (Parsial)

Uji t (Parsial) dilakukan untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel independent terhadap variabel dependent, dengan melihat nilai koefisien signifikansi kurang dari $< 0,05$.

Tabel 4.14

Variabel <i>Adversity Quotient</i>	t	Sig.
Constant	14.845	0,000
X1 <i>Control</i>	-3,002	0,003
X2 <i>Origin-Owership</i>	-5,964	0,000
X3 <i>Reach</i>	-1,269	0,207
X4 <i>Endurance</i>	2.019	0,045

Berdasarkan hasil uji t pada tabel di atas, maka dapat disimpulkan bahwa:

- a. Dimensi *Control*, memiliki hubungan yang signifikansi terhadap variabel stres akademik, hal ini dikarenakan nilai signifikansi pada dimensi *control* $0,003 < 0,05$. Pada hasil t hitung didapati nilai sebesar -3,002 yang artinya bahwa dimensi *control* memiliki hubungan negatif terhadap stres akademik.
- b. *Origin-owership*, memiliki hubungan yang signifikansi terhadap variabel stres akademik, hal ini dikarenakan nilai signifikansi pada dimensi *origin-owership* $0,000 < 0,05$. Pada hasil t hitung didapati nilai sebesar -5,964 yang artinya bahwa dimensi *origin-owership* memiliki hubungan negatif terhadap stres akademik.

- c. *Reach*, tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap variabel stres akademik, hal ini dikarenakan nilai signifikansi pada dimensi *reach* $0,207 > 0,05$. Pada hasil t hitung didapat nilai sebesar $-1,269$ yang artinya bahwa dimensi *reach* memiliki hubungan yang negatif namun tidak signifikan terhadap stres akademik.
- d. *Endurance*, memiliki hubungan yang signifikan terhadap variabel stres akademik, hal ini dikarenakan nilai signifikansi pada dimensi *endurance* $0,045 < 0,05$. Pada hasil t hitung didapat nilai sebesar $2,019$ yang artinya bahwa dimensi *endurance* tidak memiliki hubungan yang negatif terhadap stres akademik.

D. Pembahasan

Hasil penelitian yang sudah dilakukan pada 150 siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta diperoleh bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* dengan stres akademik pada siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta. Pada penelitian ini sebelum dilakukan analisa dengan regresi linier berganda maka terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yakni uji normalitas, uji multikolinearitas dan uji heterokedastisitas.

Berdasarkan hasil uji normalitas data, maka didapatkan nilai residual memiliki taraf signifikansi sebesar $0,200 > 0,05$ yang artinya data berdistribusi normal. Hasil uji multikolinearitas dari variabel *adversity quotient* dengan empat dimensi yaitu *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance* didapat hasil bahwa keempat dimensi tersebut memiliki nilai *tolerance* $> 0,10$ dan *VIF* < 10 , sehingga asumsi tidak terjadinya multikolinearitas terpenuhi. Hasil uji

heterokedastisitas yaitu penyebaran titik-titik plotting tidak membentuk pola tertentu sehingga model regresi dapat digunakan.

Berdasarkan uji hipotesis pada uji f (simultan) diperoleh bahwa nilai sig. sebesar 0,000, dimana $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang berarti empat dimensi variabel *adversity quotient* yaitu *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance* secara simultan memiliki hubungan yang signifikan terhadap stres akademik siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta.

Pada uji t (parsial) didapati hasil bahwa pada variabel dimensi *control*, *origin-ownership*, dan *endurance* memiliki nilai signifikansi $< 0,05$ sehingga dapat diartikan pada dimensi *control*, *origin-ownership*, dan *endurance* memiliki hubungan yang signifikan terhadap stres akademik siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta. Pada dimensi *reach* memiliki nilai signifikansi $> 0,05$ sehingga dapat diartikan dimensi *reach* tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap stres akademik siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta.

Berdasarkan nilai *R* atau koefisien korelasi yang telah diperoleh didapati bahwa sebesar 0,585 menunjukkan bahwa hubungan antara keempat dimensi variabel *adversity question* dengan stres akademik siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta memiliki hubungan yang relatif sedang. Sedangkan untuk nilai koefisien determinasi dapat dilihat pada hasil dari *adjusted R square* diperoleh nilai sebesar 0,324 atau 32,4%. Nilai tersebut menunjukkan bahwa empat dimensi variabel *adversity question* yaitu *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance* bersama-sama berpengaruh sebesar 32,4% terhadap stres akademik

siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

Berdasarkan pada hasil penelitian oleh Wulandari dan Indrawati (Oktavia, Fitroh, Wulandari & Feliana, 2019) mengungkapkan bahwa *self efficacy* salah satu faktor stres akademik pada siswa. Pada penelitian Putri dan Sawitri (Oktavia, Fitroh, Wulandari & Feliana, 2019) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikansi antara kepribadian *hardiness* dengan stres akademik. Menurut Wilks dan Spivey (Oktavia, Fitroh, Wulandari & Feliana, 2019) didapatkan bahwa dukungan sosial juga berkorelasi negatif dengan stres akademik.

Dimensi *control* memiliki hubungan negatif dengan stres akademik yaitu semakin tinggi *adversity quotient* maka akan semakin rendah stres akademiknya hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, Fahrudin & Addillah (2022) yaitu bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik terhadap kontrol diri. Kontrol diri merupakan hal yang penting bagi siswa agar mereka mempunyai pilihan serta kemampuan untuk mengontrol tindakannya. Menurut Meilizia Purwanti (Rahmawati, Fahrudin & Addillah, 2022) siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi dapat menggunakan waktu belajarnya dengan baik sehingga tidak sampai pada stres akademik tahap berat. Pada penelitian Ansori (2015) juga didapatkan hasil terdapat pengaruh antara *adversity quotient* dengan stres akademik. Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa dimensi paling berpengaruh terhadap stres akademik yaitu *control* atau kendali diri.

Dimensi *origin-ownership* dan *reach* juga memiliki hubungan yang negatif dengan stres akademik, bagaimana cara siswa mampu beradaptasi dengan lingkungannya sehingga membantunya untuk mampu menghadapi masa depan. Dimensi-dimensi tersebut merupakan dimensi dari variabel *adversity quotient* dimana kemampuan ini berhubungan secara signifikan dengan stres akademik. Menurut Sho'imah (Sudirman & Muttaqiyathun, 2018) *adversity quotient* yang rendah pada individu akan membuat kesulitan merambat ke segi-segi lain dari kehidupan seseorang.

Dikemukakan oleh Nurhayanti dan Fajriyanti (Nursanti dan Damariyanti, 2024) *adversity quotient* yang baik juga dapat membantu siswa untuk mempersiapkan dan menghadapi tantangan baru yang mungkin muncul di lingkungan perguruan tinggi atau di kehidupan masa depan siswa. Mereka memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan, mengatasi tekanan, dan tetap optimis dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial. Siswa yang memiliki *adversity quotient* cenderung mampu mengatasi setiap kesulitan dan lebih termotivasi untuk meraih prestasi.

Berdasarkan pembahasan yang telah dijabarkan diatas, diketahui bahwa *adversity quotient* memiliki hubungan dengan stres akademik pada siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini belum sempurna, pengumpulan data yang dilakukan melalui *google form* tidak ada observasi secara langsung kepada subjek selama pengisian kuesioner sehingga jawaban subjek tidak diketahui kesesuaiannya.