

Adversity Quotient Terhadap Fresh Graduate dalam Menghadapi Dunia Kerja: Literature Review

Muna Kamila, Nurul Hidayah, Aulia Aulia
Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan

Abstract

Currently there is a lot of competition and competition in the world of work. The era of globalization is one of the causes for the development of science and technology to be very rapid, causing changes in the qualifications of higher demand for labor because it follows developments in the world of work and demands to be able to compete. This is a fear for everyone, especially fresh graduates. These conditions require the role of adversity quotient as an individual's ability to respond to obstacles and difficult situations so that fresh graduates can face various difficulties in facing the world of work. The purpose of this study is to conduct more in-depth research on the adversity quotient of fresh graduates in facing the world of work. The method used in this research is Literature review which is a scientific study that focuses on one particular topic. The keywords used to search for articles and journals are adversity quotient, fresh graduates, world of work and quantitative. The results obtained from this study are the influence of the adversity quotient on a person in facing the world of work, especially for fresh graduate.

Keywords: Adversity Quotient, Fresh Graduate, World of Work

Abstrak

Saat ini banyak tantangan dan persaingan dalam dunia kerja. Era globalisasi menjadi salah satu penyebab perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi menjadi sangat pesat sehingga menyebabkan perubahan dalam kualifikasi permintaan tenaga kerja yang semakin tinggi karena mengikuti perkembangan dunia kerja dan menuntut untuk dapat bersaing. Hal tersebut menjadi ketakutan tersendiri bagi setiap orang terutama *fresh graduate*. Kondisi tersebut membutuhkan peran *adversity quotient* sebagai kemampuan individu dalam merespon rintangan dan situasi sulit agar *fresh graduate* dapat menghadapi berbagai kesulitan dalam menghadapi dunia pekerjaan. Tujuan dari penelitian ini untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai *adversity quotient* terhadap *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Literature review* yang merupakan suatu kajian ilmiah yang berfokus pada satu topik tertentu. Kata kunci atau *keywords* yang digunakan untuk mencari artikel dan jurnal adalah *adversity quotient, fresh graduate, dunia kerja* dan kuantitatif. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah adanya pengaruh *adversity quotient* pada diri seseorang dalam menghadapi dunia kerja terutama pada *fresh graduate*.

Kata kunci: Adversity Quotient, Fresh Graduate, Dunia Kerja

Seiring berkembangnya zaman, semakin banyak tantangan dan persaingan pada dunia kerja. Di Indonesia mencari pekerjaan bukanlah perkara mudah. Era globalisasi menyebabkan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dunia menjadi lebih pesat. Hal ini menyebabkan perubahan dalam kualifikasi permintaan tenaga kerja yang semakin tinggi

karena mengikuti perkembangan dunia kerja dan menuntut untuk dapat bersaing (Isharyoto, 2022). Hingga saat ini, angka pengangguran di Indonesia masih terbilang tinggi, kesempatan kerja masih sangat terbatas dan belum mencakup lulusan baru dari semua kolase dan universitas atau angkatan kerja baru. Banyaknya orang yang ingin mendapatkan pekerjaan dan terbatasnya lapangan kerja, menyebabkan ketimpangan dalam penyerapan pencari kerja yang berdampak pada meningkatnya pengangguran dalam suatu negara (Yunita, 2013). Berdasarkan Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah pengangguran terbuka di Indonesia mencapai 8,43 juta jiwa (2022), dan jumlah pengangguran terbuka bergelar sarjana sekitar 884.769 ribu orang.

Beberapa pergeseran penting yang terjadi meliputi adanya peningkatan pengangguran terdidik baik pengangguran terbuka maupun terselubung sebagai akibat dari massifikasi pendidikan tinggi, berubahnya struktur sosio-ekonomi dan politik global yang mempengaruhi pasar dunia kerja dan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang pesat sehingga menyebabkan terjadinya berbagai perubahan-perubahan mendasar dalam hal kualifikasi, kompetensi, dan persyaratan untuk memasuki dunia kerja. Berbagai faktor yang berpengaruh terhadap tingginya tingkat pengangguran diantaranya adalah: kesempatan kerja yang terbatas, kualifikasi pekerjaan yang tidak sesuai, serta minimnya kemandirian pencari kerja untuk berwirausaha. Era globalisasi berdampak arus mobilitas tenaga kerja antar negara menjadi semakin tinggi, sehingga persaingan menjadi semakin ketat, pekerja asing akan mudah masuk dan bekerja di Indonesia sesuai dengan kualifikasi dan kompetensi yang dimilikinya. (Handayani, 2015).

Lulusan baru dapat dikatakan dengan fresh graduate merupakan seseorang yang baru saja lulus dan menyelesaikan pendidikannya, baik itu di SMA, SMK maupun perkuliahan. Pada jenjang perkuliahan, *fresh graduate* tidak hanya terbatas pada lulusan S1 saja. Namun juga berlaku pada lulusan D1, D2, D3 dan D4. *Fresh graduate* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah individu yang baru saja menyelesaikan studi sarjana strata 1 dengan pengalaman yang tidak banyak kaitannya pada dunia kerja (Nindyasari et al., 2020).

Saat ini, banyak sekali kesulitan dan tantangan yang dihadapi dalam mencari kerja, maka dari itu *fresh graduate* memerlukan adanya peran *adversity quotient* dalam dirinya. *Adversity quotient* menjadi sebuah kapasitas kemampuan dan kecerdasan yang ada pada diri individu untuk menyelesaikan kesulitan-kesulitan yang ditemui agar dapat memiliki kekuatan

dan daya juang untuk bertahan hidup (Khairunisa et al., 2018). Individu dengan *adversity quotient* yang tinggi akan berupaya untuk mengatasi rintangan dan kesulitan yang ditemui agar dapat bersaing untuk memperoleh pekerjaan yang sesuai (Aprilia & Khairiyah, 2018).

Adversity quotient dapat dikatakan sebagai sebuah daya, kecerdasan, dan kemampuan individu untuk mengatur diri, mengarahkan arah berpikir serta pengambilan upaya sebagai wujud tindakan dalam mengatasi suatu permasalahan dan kesulitan yang ditemui (Puriani & Dewi, 2021). *Adversity quotient* dapat diartikan sebagai suatu kemampuan yang ada dalam diri individu dalam memaknai, mencermati, dan memproses kesulitan atau hambatan yang ditemui dengan segenap kecerdasan serta kekuatan diri dengan mengubahnya menjadi sebuah tantangan yang harus dicapai (Stoltz, 2007). Utami, dkk. (2014) memaparkan *adversity quotient* adalah kemampuan berpikir, mengelola, dan mengarahkan tindakan dalam bentuk kognitif dan perilaku serta ketahanan seseorang terhadap tantangan dan kesulitan untuk terus berjuang dengan gigih dalam meraih pencapaian hidup atau kesuksesan. Sedangkan Masykur (2007) mengartikan *adversity quotient* sebagai kemampuan dan ketangguhan.

Adversity quotient dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor internal dan eksternal (Stoltz, 2007). Pertama, faktor internal yaitu faktor yang secara langsung berasal dari dalam diri seseorang seperti genetika, keyakinan, bakat, karakter, kinerja, kecerdasan, dan kesehatan. Kedua, faktor eksternal yang berkaitan dengan faktor yang berasal dari luar diri individu yaitu pendidikan dan lingkungan.

Adversity quotient didefinisikan sebagai kapabilitas dari individu ketika berhadapan pada masalah, dimana ia mampu bertahan dari hambatan atau kesulitan, disertai dengan kemampuan untuk mengubah masalah, kesulitan, maupun hambatan tersebut sebagai kesempatan dalam meraih keberhasilan (Paul, 2020). Individu dengan tingkatan *adversity quotient* tinggi juga memiliki kinerja baik, sedangkan individu dengan *adversity quotient* yang rendah cenderung akan bergantung kepada sekitarnya, termasuk teman, orang tua, maupun lain sebagainya (Safi'i et al., 2021). Pool dan Sewell (2007) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki perencanaan tentang masa depan dan *adversity quotient*, mampu menyikapi suatu keadaan dengan respon yang positif untuk memunculkan kesiapan kerja, seperti meningkatkan keterampilan dan pema- haman dalam memasuki dunia kerja. Oleh karena itu, penting bagi *Fresh graduate* memiliki wawasan yang luas dan tidak hanya memiliki perencanaan yang baik, namun disertai dengan *adversity quotient* agar meningkatkan kesiapan kerja, seperti mampu

menghadapi kesulitan, berani mengambil keputusan dan bertanggung jawab dengan tindakannya.

Adanya hasil yang didapatkan dari penelitian terdahulu terdapat hubungan yang linier antara *adversity quotient* dengan kesiapan kerja. Semakin tinggi tingkat *adversity quotient* mahasiswa maka semakin tinggi pula kesiapan kerja, begitu juga sebaliknya. Selain itu, mayoritas calon *fresh graduate* berkecenderungan memiliki kecerdasan adversitas yang cukup atau daya juang dalam menghadapi masalah atau persoalan hidup yang dihadapi (Abidin, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Hanifa (2017) menunjukkan bahwa *adversity quotient* memiliki pengaruh yang besar saat menghadapi dunia kerja. Individu dengan *adversity quotient* tinggi berpendapat bahwa mencari pekerjaan tidak mudah sekarang, tetapi hal ini tidak menjadi masalah, karena individu tersebut ingin terus berjuang dan berharap untuk terus belajar untuk meningkatkan kemampuannya.

Adversity quotient memiliki peran yang besar dalam menciptakan arah berpikir yang lebih positif dalam menanggapi kesulitan dan menyesuaikan dengan persoalan yang ditemui. *Adversity quotient* yang baik dari dalam diri individu menjadi indikator bahwa individu tersebut dapat teguh dalam mengatasi rintangan dan menjadikannya sebuah kesempatan untuk berhasil meraih tujuan kesuksesan (Jasak et al., 2020). *Fresh graduate* yang memiliki kemampuan *adversity quotient* yang baik maka dapat gigih dan mampu bertahan dalam melewati serangkaian tahap pencarian kerja yang tidak mudah. Beberapa kesulitan yang harus dihadapi oleh *fresh graduate* dalam proses mencari kerja yaitu adanya tuntutan untuk mampu menyelesaikan serangkaian tes kerja dengan baik seperti seleksi kandidat, psikotes, wawancara, tes kesehatan, dan berbagai tuntutan tes yang lain dengan persaingan yang sangat ketat. *Adversity quotient* yang baik membuat *fresh graduate* gigih dalam melamar kerja dan memanfaatkan kesulitan yang ditemui sebagai cara untuk memperbaiki kualitas diri agar dapat bersaing secara baik dalam memperoleh pekerjaan sesuai dengan yang diharapkan. Peran *adversity quotient* membantu *fresh graduate* untuk memanfaatkan peluang dan kesulitan guna mengembangkan karir dan meraih pekerjaan yang diimpikan (Hariyati & Dewi, 2021).

Penelitian mengenai *adversity quotient* dalam menghadapi dunia kerja menarik untuk dilakukan mengingat pada masa sekarang semakin banyak pengangguran terdidik. Saat ini hingga masa mendatang *adversity quotient* akan sangat dibutuhkan untuk mengurangi pengangguran terdidik. Maka dari itu aspek-aspek dalam *adversity quotient* dapat dioptimalkan

sehingga *fresh graduate* mampu mengatasi masalah, mengambil resiko dan merespon keadaan pada kesempatan dunia kerja yang semakin sempit.

Pentingnya *adversity quotient* terhadap *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja dan banyak peneliti yang melakukan penelitian mengenai *adversity quotient*, maka dalam studi ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai *adversity quotient* terhadap *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja.

Metode

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah literature review. Literature review merupakan suatu kajian ilmiah yang berfokus pada satu topik dan akan memberikan gambaran mengenai perkembangan suatu topik tertentu. Literature review diartikan sebagai serangkaian penelitian yang menggunakan pengumpulan data pustaka atau penelitian yang objeknya digali dengan beragam informasi (buku, jurnal ilmiah, Koran, majalah dan dokumen lainnya) sebagai metodenya (Sukmadinata, 2005). Literature review akan memungkinkan seorang peneliti untuk melakukan identifikasi atas suatu teori atau metode, mengembangkan suatu teori atau metode, mengidentifikasi kesenjangan yang terjadi antara suatu teori dengan relevansi di lapangan / terhadap suatu hasil penelitian (Rowley & Slack, 2004; Bettany, 2012). Literature review juga dapat diartikan sebagai serangkaian kegiatan yang dilakukan dengan cara membaca, mencatat dan mengolah bahan penulisan yang berfokus pada topik atau variabel penelitian yang diminati (Nursalam, 2013). Langkah-langkah yang harus dilakukan dalam penelitian systematic literature review meliputi: 1. Perencanaan (planning) pada tahapan ini peneliti diharuskan untuk merumuskan langkah-langkah yang akan dilakukan dan menentukan research question, 2. Peninjauan (review), dimana kegiatan ini merupakan tahap pelaksanaan yang menitik beratkan pada proses pencarian literatur dari electronic based, kemudian peneliti memilih dan mengkategorikan literatur, melakukan screening dan menentukan literatur yang relevan serta membuat kesimpulan terhadap keseluruhan literatur yang ditetapkan, 3. Dokumentasi dilakukan dengan cara menuliskan dan menjabarkan hasil temuan dari literatur yang terpilih secara kompleks. Hasil temuan tersebut dijadikan landasan dalam menjawab research question yang ditentukan.

Pencarian data literature review dilakukan melalui Google Scholar. Literature yang digunakan pada penelitian ini dilakukan dengan rentang waktu 10 tahun. Kata kunci atau keywords yang digunakan untuk mencari artikel dan jurnal adalah *adversity quotient*, daya

juang, fresh graduate, kesiapan kerja dan kuantitatif. Hasil pencarian di Google Scholar dari kata kunci pertama yakni *adversity quotient* didapatkan 16.600 jurnal, kata kunci kedua adalah daya juang dan didapatkan hasil sebanyak 16.500 jurnal, total keseluruhan adalah 33.100 jurnal. Pencarian dilanjutkan dengan kata kunci fresh graduate dan didapatkan 103 jurnal. Lanjut melakukan pencarian dengan kata kunci kesiapan kerja didapatkan hasil 42 jurnal. Terakhir dilakukan pencarian dengan kata kunci kuantitatif dan didapatkan hasil sebanyak 36 jurnal. Setelah dilakukan pengecekan jurnal oleh peneliti didapatkan 10 jurnal yang memenuhi syarat untuk dijadikan acuan dalam penelitian ini.

H a s i l

Hasil pertama yang didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh T.M. Noor Rachmady dan Eka Dian Aprilia dengan judul “Hubungan *Adversity Quotient* Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada *Freshgraduate* Universitas Syiah Kuala” adalah adanya hubungan negatif dan signifikan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* Universitas Syiah Kuala. Hal tersebut mengindikasikan bahwa **semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja**. Hal ini terjadi karena *adversity quotient* yang dimiliki oleh *fresh graduate* akan memengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* tersebut.

Kedua, adalah hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Yosina Nur Agusta dengan judul “Hubungan Antara Orientasi Masa Depan dan Daya Juang terhadap Kesiapan Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman” didapatkan hasil regresi model bertahap pada tabel 14 daya juang dengan kesiapan kerja terdapat hubungan, dengan nilai $\beta = 0,371$, $t = 4,302$, $p = 0,000$. Artinya **semakin tinggi daya juang mahasiswa maka semakin tinggi pula kesiapan kerja mahasiswa**. Hal ini sesuai dengan pendapat Stoltz (2007) mengatakan bahwa dengan daya juang yang baik akan mengurangi tingkat ketidaksiapan pada tiap individu. Mahasiswa yang memiliki daya juang yang baik dapat meningkatkan kesiapan kerja pada dirinya. Terdapat hubungan yang positif antara daya juang dengan kesiapan kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman Samarinda.

Penelitian ketiga dengan judul “*Adversity Quotient* dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir” yang dilakukan oleh Anita Gregah Dewantari dan Christiana Hari Soetjningsih didapatkan bahwasanya hasil penelitian menunjukkan bahwa

terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin **tinggi *adversity quotient*** maka **kecemasan** menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir **semakin rendah**, sebaliknya ketika *adversity quotient* yang dimiliki individu semakin rendah maka kecemasan menghadapi dunia pekerjaan semakin tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia.

Hasil penelitian yang keempat dengan judul penelitian “Hubungan antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada *Fresh Graduate* Universitas Negeri Surabaya” yang dilakukan oleh Desy Rizkyta Hariyati dan Damajanti Kusuma Dewi adalah adanya sebuah temuan yaitu hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*. **Semakin tinggi optimisme** maka semakin **tinggi pula *adversity quotient*** dan semakin rendah tingkat optimisme maka semakin rendah pula *adversity quotient*. *Adversity quotient* yang tinggi diharapkan dapat membantu fresh graduate untuk lebih tangguh menghadapi kesulitan-kesulitan selama mencari kerja di tengah pandemi dan menjadikan kesulitan tersebut sebagai peluang untuk pengembangan diri dan karir yang lebih baik.

Penelitian kelima yang dilakukan oleh Rafif Miftakhul Abidin dengan judul “Pengaruh *Adversity Quotient* Terhadap Kesiapan Kerja Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang” didapatkan hasil bahwasanya terdapat hubungan yang linier antara *adversity quotient* dengan kesiapan kerja dengan skor signifikansi sebesar $0,472 > 0,05$. Hasil uji hipotesa menggunakan regresi linier sederhana yang diolah dengan bantuan software IBM SPSS Statistik 23, bahwa terdapat pengaruh antara *adversity quotient* dan kesiapan kerja yang dilihat berdasarkan skor signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$ dan besar derajat hubungannya sebesar 0,725 yang berarti berkorelasi kuat, sehingga semakin tinggi **tingkat *adversity quotient*** mahasiswa maka **semakin tinggi pula kesiapan kerja**, begitu juga sebaliknya.

Keenam adalah penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Adversity Quotient* dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Lulusan Perguruan Tinggi” yang dilakukan oleh Isnaini Retno Wati bahwasanya uji hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *adversity quotient* dengan kecemasan pada lulusan perguruan tinggi dalam menghadapi dunia kerja, dengan adanya hubungan yang positif **semakin tinggi *adversity quotient*** seseorang maka **semakin rendah kecemasannya**,

sebaliknya apabila hubungan negatif maka semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi kecemasan para lulusan perguruan tinggi.

Hasil yang didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh Eka Nadia dalam judul “Hubungan *Adversity Quotient* dengan Kecemasan dalam Menghadapi Tantangan Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh” adalah penelitian ini memiliki koefisien korelasi sebesar $r = -0,148$, dengan $p = 0,007$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *adversity quotient* dan kecemasan pada mahasiswa semester akhir di UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Hal ini mengindikasikan **semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin rendah kecemasan** pada mahasiswa semester akhir di UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Sebaliknya, semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi kecemasan pada mahasiswa semester akhir di UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Penelitian kedelapan dengan judul “Hubungan Antara *Adversity Quotient* dengan Kecemasan Menghadapi Tantangan Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir” yang dilakukan oleh Haryandi adalah adanya hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi tantangan dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil uji statistik *spearman (rho)* yang menunjukkan angka signifikan $r = -0,257$, $p < 0,000$. Dapat dikatakan bahwa **semakin tinggi *adversity quotient* mahasiswa semester akhir, maka kecemasannya dalam menghadapi tantangan dunia kerja semakin rendah**. Sebaliknya, semakin rendah *adversity quotient* mahasiswa semester akhir, maka kecemasannya dalam menghadapi tantangan dunia kerja semakin tinggi.

Hasil dari penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Adversity Quotient* dengan **Kecemasan** dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Walisongo Semarang” yang dilakukan oleh Faishal Afif Dewanda didapatkan hasil analisis uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment Pearson*, dengan alat bantu yang digunakan adalah program SPSS 22 for Windows. Diperoleh korelasi koefisien sebesar $-0,745$ dengan nilai signifikansi $0,000$ atau $p < 0,05$ yang artinya ada hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Besarnya hubungan antar variabel termasuk ke dalam kategori tinggi. Kesimpulannya hipotesis yang kemukakan dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi *adversity quotient* maka kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah

adversity quotient maka kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir semakin tinggi.

Terakhir adalah penelitian yang dilakukan oleh Siti Rohani dengan judul “Kontribusi *Adversity Quotient* dengan **Kecemasan** Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sumatera Utara” adalah nilai signifikan korelasi sebesar $0.000 < 0.05$, maka ada hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Tergolong tinggi, besar hubungan antara dua variabel. Kondisi tersebut mengindikasikan, semakin tinggi *adversity quotient* maka, semakin rendah kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja, sedangkan semakin rendah *adversity quotient* maka, semakin tinggi kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja. Kondisi tersebut terjadi sebab *adversity quotient* yang ada pada mahasiswa dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja sehingga mereka mampu mengatasi kecemasan tersebut.

Pembahasan

Adanya hasil yang didapatkan dari penelitian-penelitian di atas adalah adanya pengaruh *adversity quotient* pada diri seseorang dalam menghadapi dunia kerja terutama pada *fresh graduate*. Semakin tinggi *adversity quotient* yang dimiliki seseorang maka semakin siap seseorang dalam menghadapi tantangan dunia kerja. Selain itu, optimisme yang tinggi juga mempengaruhi tingkat *adversity quotient* dan semakin tinggi *adversity quotient* yang dimiliki seseorang maka semakin rendah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. *Adversity quotient* yang tinggi diharapkan dapat membantu *fresh graduate* untuk lebih tangguh menghadapi kesulitan-kesulitan selama mencari kerja dan menjadikan kesulitan tersebut sebagai peluang untuk pengembangan diri dan karir yang lebih baik. Sejalan dengan pendapat Stoltz (2007) mengatakan bahwa dengan *adversity quotient* yang baik akan mengurangi tingkat ketidaksiapan pada tiap individu. *Fresh graduate* yang memiliki *adversity quotient* yang baik dapat meningkatkan kesiapan kerja pada dirinya.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh *adversity quotient* dalam menghadapi dunia kerja dan kesiapan kerja. *Adversity quotient* menjadi benteng ketika berhadapan pada masalah, dimana ia mampu bertahan dari hambatan atau kesulitan, disertai dengan kemampuan untuk mengubah masalah, kesulitan, maupun

hambatan tersebut sebagai kesempatan dalam meraih keberhasilan. *Adversity quotient* yang baik membuat *fresh graduate* gigih dalam melamar kerja dan memanfaatkan kesulitan yang ditemui sebagai cara untuk memperbaiki kualitas diri agar dapat bersaing secara baik dalam memperoleh pekerjaan sesuai dengan yang diharapkan. Peran *adversity quotient* membantu *fresh graduate* untuk memanfaatkan peluang dan kesulitan guna mengembangkan karir dan meraih pekerjaan yang diimpikan.

Saran

Saran bagi peneliti selanjutnya adalah dapat melakukan penelitian dengan menggunakan metode *systematic literature review* pada berbagai database baik nasional ataupun internasional seperti DOAJ, EBSCO, Springer Link, dan lain-lain.

Referensi

- Abidin, Rafif Miftakhul. (2021). Pengaruh Adversity Quotient Terhadap Kesiapan Kerja Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang. 103
- Agusta, Yosina Nur. (2014). Hubungan Antara Orientasi Masa Depan dan Daya Juang Terhadap Kesiapan Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman. *Psikoborneo*. 2(3). 133-140
- Aprilia, E. D., & Khairiyah, Y.(2018). Optimisme menghadapi persaingan dunia kerja dan adversity quotient pada mahasiswa. *Seurune Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(1), 18-33. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v1i1.9922>
- Bettany-Saltikov, J. (2012). How to do a systematic literature review in nursing: a step- by-step guide. McGraw-Hill Education (UK).
- Dewanda, Faishal Afif.(2019). Hubungan Antara Adversity Quotient dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Walisongo Semarang. *Skripsi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Dewantari, Anita Gregah., Soetjningsih, Christiana Hari. (2022). Adversity Quotient dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir. *Psikoborneo. Jurnal Ilmiah Psikologi*. 10(3). 629-636
- Isharyoto, Chandra Maulidannisa. (2022). Hubungan Antara Adversity Quotient dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Fakultas Psikologi, Universitas Islam Agung. Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)* 7. 243-24

- Handayani, Titik. (2015). Relevansi Lulusan Perguruan Tinggi di Indonesia dengan Kebutuhan Tenaga Kerja di Era Global. *Jurnal Kependudukan Indonesia*. Vol.10, No.1, 53-64
- Hanifa, Y. (2017). Emotional Quotient dan Adversity Quotient dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 25-33.
- Hariyati, Desy Rizkyta., Dewi, Damajanti. Kusuma. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Fresh Graduate Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 8 (8). 153-164
- Haryandi. (2019). Hubungan Antara Adversity Quotient dengan Kecemasan Menghadapi Tantangan Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makasar.
- Khairunisa, U., Rahayuningsih, T., & Anggraini, R. (2018). Hubungan budaya organisasi dengan adversity quotient pada karyawan di Apotek Mandiri Group. *Psychopolytan (Jurnal Psikologi)*, 1(1), 19-27. Retrieved from <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/psi/article/view/555/382>
- Jasak, F., Sugiharsono, & Sukidjo. (2020). The Role of Soft Skills and Adversity Quotient on Work Readiness among Students in University. *Dinamika Pendidikan*, 15(1), 26-39. <https://doi.org/10.15294/dp.v15i1.23530>
- Masykur, A. M. (2007). Kewirausahaan pada mahasiswa ditinjau dari adversity quotient. *Jurnal Psikologi Proyeksi*. 2(2). 37-45.
- Nadia, Eka.(2021). Hubungan Adversity Quotient dengan Kecemasan dalam Menghadapi Tantangan Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
- Nindytasari, N., Sidiq, F. U., & Santosa, T. D. (2020). Role of citizens and entrepreneurship unemployment rate in pressing college graduates. *Ligahukum*, 1(1), 110-119. Retrieved from <http://ligahukum.upnjatim.ac.id/index.php/ligahukum/article/download/102/15/>
- Nursalam. (2013). konsep dan metode keperawatan (ed2). Salemba media.
- Paul, S. (2020). Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang (Hermaya (ed.)). PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Pool, L. D., & Sewell, P. (2007). The key to employ- ability: developing a practical model of gradu- ate employability. *Journal of education and training*, 49 (4).
- Puriani, R. A., & Dewi, R. S. (2021). Konsep adversity & problem solving skill. Palembang: Bening Media Publishing.

- Rachmady, T.M. Noor., Aprilia, Eka Dian. (2018). Hubungan Adversity Quotient dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Freshgraduate Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Psikogenesis*. 6(1). 54-60.
- Rohani, Siti. (2020). Kontribusi Adversity Quotient dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sumatera Utara. Skripsi. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan.
- Rowley, J., & Slack, F. (2004). Conducting a literature review. *Management research news*.
- Safi'i, A., Muttaqin, I., Sukino, 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).
- Stoltz, P. G. (2007). *Adversity quotient: Mengubah hambatan menjadi peluang* (Hermaya, Ed.). Jakarta: Grasindo.
- Sukmadinata. (2005). *Metode penelitian pendidikan*. PT Remaja Rosdakarya.
- Utami, I.B, Karyanta, N.A, & Hardjono. (2014). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran UNS yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Candradiwa*. 1(1).154-167.
- Wati, Isnaini Retno. (2020). Hubungan. Antara Adversity Quotient. Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Lulusan Perguruan Tinggi. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru.
- Yunita, E. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir universitas muhammadiyah Surakarta. *Naskah Publikasi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Submit	Review	Revisi	Diterima	Publish
05-07-2023	18-08-2023	22-10-2023	26-11-2023	26-11-2023

Muna Kamila, Nurul Hidayah, Aulia Aulia

Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan

E-mail: munakamila1998@gmail.com