

PERAN STRES AKADEMIK DALAM MEMEDIASI PENGARUH ADVERSITY QUOTIENT TERHADAP PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA

Nurmawadah Dwi Lestari *¹
Musoli ²

^{1,2} Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial, dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

*e-mail: nurmawadahdwilestari@gmail.com¹, musoli@unisayogya.ac.id²

Abstrak

Keterlibatan mahasiswa ke dalam sebuah organisasi akan meningkatkan keterampilan yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut, seperti komunikasi, kerja tim, dan negosiasi. Namun mahasiswa yang aktif terlibat dalam organisasi akan menghadapi berbagai tuntutan yang akan meningkatkan stress sehingga berpengaruh dalam prestasi akademik mereka. Hal ini menyebabkan mahasiswa harus memiliki kemampuan pengelolaan diri yang kuat terhadap tekanan yang disebut dengan *Adversity Quotient*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Adversity Quotient* terhadap Prestasi Akademik, *Adversity Quotient* terhadap Stres Akademik, Stres Akademik terhadap Prestasi Akademik, dan peran dari Stres Akademik sebagai variabel mediasi. Populasi yang terdapat pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif organisasi di UNISA yang berjumlah 1.666 dengan sampel 323 yang ditentukan dengan menggunakan rumus slovin 5%. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan pemilihan sampel menggunakan *purposive sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi sederhana dan path analysis serta kalkulator sobel untuk uji mediasi. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *Adversity Quotient* berpengaruh positif terhadap Prestasi Akademik, *Adversity Quotient* berpengaruh negative terhadap Stres Akademik, Stres Akademik berpengaruh negatif terhadap Prestasi Akademik, dan Stres memediasi pengaruh *Adversity Quotient* terhadap Prestasi Akademik.

Kata kunci: *Adversity Quotient, Prestasi Akademik, Stres Akademik*

Abstract

Student involvement in an organization will improve the skills possessed by the student; the skills are communication, teamwork, and negotiation. However, students who are actively involved in organizations will face various demands that will increase stress so that it affects their academic achievement. This causes students to have strong self-management skills against pressure called Adversity Quotient. This study aims to determine the effect of Adversity Quotient on Academic Achievement; Adversity Quotient on Academic Stress; Academic Stress on Academic Achievement, and the role of Academic Stress as a mediating variable. The population in this study were all active students in organizations at UNISA, totaling 1,666 with a sample of 323 determined using the 5% Slovin formula. The sampling technique applied non-probability sampling with sample selection using purposive sampling. The data analysis techniques used simple regression analysis and path analysis as well as a Sobel calculator for mediation tests. The results of the regression analysis show that Adversity Quotient has a positive effect on Academic Achievement; Adversity Quotient has a negative effect on Academic Stress; Academic Stress has a negative effect on Academic Achievement, and Stress mediates the effect of Adversity Quotient on Academic Achievement.

Keywords: *Adversity Quotient, Academic Achievement, Academic Stress*

PENDAHULUAN

Pendidikan yang terdapat di Indonesia telah mengalami beberapa perubahan dari tahun ke tahun yang akhirnya melahirkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Undang-Undang ini menegaskan bahwa sistem pendidikan di Indonesia dibagi ke dalam 3 sub sistem, yaitu pendidikan formal, pendidikan non-formal, dan pendidikan informal yang kemudian saling melengkapi dalam mendukung tujuan pendidikan nasional (Kemendikbud., 2014). Pemerintah juga telah menetapkan bahwa masyarakat Indonesia wajib mengikuti program belajar 12 tahun dalam pendidikan formal mulai dari sekolah dasar sampai dengan menengah atas dan kemudian dilanjutkan dengan menjadi mahasiswa (Kemendikbud., 2015). Mahasiswa tidak hanya merubah nama dari siswa menjadi mahasiswa, namun juga bertanggung jawab untuk bisa memberikan kontribusi yang baik terhadap masyarakat (Huda dan Mulyana.,

2017). Mahasiswa memiliki peran dan fungsi yang sangat penting bagi masyarakat yaitu peran moral, peran sosial, dan peran intelektual (Chakim., 2012; Huda dan Mulyana., 2017).

Menjadi mahasiswa tidak hanya belajar teori dan mengerjakan tugas kuliah saja, namun juga terdapat praktik dan juga keterlibatan diorganisasi yang menyebabkan mahasiswa memiliki lebih dari satu tanggung jawab yang harus mereka selesaikan. Aktivitas-aktivitas ini tentu akan menyebabkan mahasiswa mendapatkan tekanan dalam diri mereka (Sudirman dan Muttaqiyatun., 2018). Dari beberapa tuntutan dan tekanan yang dihadapi oleh mahasiswa tersebut, *Adversity Quotient* (AQ) hadir untuk membantu mahasiswa melewati seluruh tekanan dengan menjadikan itu sebuah tantangan menuju keberhasilan. Hal ini karena keberhasilan seseorang tidak hanya terletak pada IQ dan EQ saja, namun juga bagaimana usaha seseorang dalam menghadapi tantangan yang kemudian Stoltz menemukan AQ sebagai salah satu faktor penetunya (Stoltz., 2000; Sudirman dan Muttaqiyatun., 2018).

Fenomena yang terjadi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta saat ini adalah banyaknya mahasiswa yang tergabung di organisasi tiba-tiba mengundurkan diri atau bahkan hilang tanpa keterangan dan juga sedikit sekali yang berminat untuk bergabung ke dalam organisasi sehingga menyebabkan organisasi sulit mendapatkan regenerasi untuk keberlanjutan kepengurusan organisasi. Seringkali terjadi penundaan pemilihan calon ketua karena pada saat pencalonan tidak ada yang mendaftar. Alasan yang diberikan oleh mereka bermacam-macam, ada yang mengatakan bahwa ormawa UNISA masih belum bisa benar-benar memberikan timbal balik untuk mahasiswa terutama dalam hal prestasi, ada juga yang mengatakan bahwa budaya organisasi yang ada di ormawa UNISA masih kurang baik, cenderung berkelompok-kelompok atau biasa disebut dengan circle, dan masih banyak lagi. pernyataan ini didapatkan dari hasil wawancara bersama teman-temann yang memilih berhenti dari organisasi dan juga yang masih aktif organisasi sebagai bahan perbandingan pandangan.

RUMUSAN MASALAH

1. Apakah terdapat pengaruh dari *Adversity Quotient* (AQ) terhadap Prestasi Akademik mahasiswa?
2. Apakah terdapat pengaruh dari *Adversity Quotient* (AQ) terhadap Stres Akademik mahasiswa?
3. Apakah terdapat pengaruh dari Stres Akademik terhadap Prestasi Akademik mahasiswa?

TUJUAN PENELITIAN

1. Menguji pengaruh dari *Adversity Quotient* (AQ) terhadap Prestasi Akademik mahasiswa
2. Menguji pengaruh dari *Adversity Quotient* (AQ) terhadap Stres Akademik mahasiswa
3. Menguji pengaruh dari Stres Akademik terhadap Prestasi Akademik mahasiswa

TINJAUAN TEORITIS

1. *Adversity Quotient* (AQ)

Adversity Quotient (AQ) pertama kali diperkenalkan oleh Paul G. Stoltz, Ph., D, yang merupakan seorang *President of PEAK Learning Incorporated* pada tahun 1997. Stoltz merupakan seorang konsultan dan juga pimpinan bidang pemikiran untuk organisasi-organisasi di berbagai dunia. Ia juga meraih gelar doktor pada bidang komunikasi dan pengembangan organisasi. Stoltz telah melakukan riset selama 19 tahun beserta penerapannya selama 10 tahun untuk membuktikan bahwa IQ dan EQ saja tidak cukup untuk menentukan kesuksesan seseorang. Dan setelah dilakukan penelitian ditemukanlah *Adversity Quotient* (AQ) yang juga menjadi salah satu faktor penentu kesuksesan seseorang (Sudirman dan Muttaqiyatun., 2018).

Adversity Quotient (AQ) mengacu pada sejauh mana kemampuan individu dalam menghadapi dan mengatasi tantangan, masalah, atau kesulitan sehingga dapat mengubahnya menjadi sebuah peluang untuk berhasil dalam hidup (Stoltz., 1997; Matore dkk., 2021). AQ konsep yang dikembangkan untuk seseorang ketika menghadapi tantangan dan juga permasalahan yang terjadi pada kehidupan sehari-hari. AQ merupakan ketahanan dan kapasitas masing-masing individu dalam menghadapi suatu tantangan, rintangan, dan kegagalan, serta dapat mengubah hal tersebut menjadi sebuah kesempatan untuk menuju keberhasilan. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi AQ seseorang (Stoltz., 1997; Rahman., 2017):

- a. Genetik (karakter individu), faktor ini memberikan pengaruh cukup besar pada pembentukan karakter individu tersebut.
- b. Pendidikan, peran orang tua dan keluarga juga dapat memberikan pengaruh cukup besar pada bagian pendidikan yang mereka terapkan dan berdampak pada kegigihan seseorang dalam menghadapi tantangan.

- c. Keyakinan, juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan AQ yang dimiliki oleh seseorang. Hal ini karena ketika seseorang tersebut yakin akan kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, maka ia akan menganggap itu sebuah tantangan yang harus dihadapinya dalam hidup.

Selain dari eberapa faktor yang telah disebutkan, terdapat 4 indikator yang menyebabkan seseorang tetap tenang dalam menghadapi suatu tantangan (Stoltz., 1997; Matore., 2021):

- a. Kendali (*control*), merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengendalikan diri yang ditunjukkan dengan respon, ucapan, tindakan, dan perbuatan.
- b. Kepemilikan (*ownership*), menunjukkan sejauh mana seseorang tersebut bisa menyadari kelemahan yang diakibatkan kesulitan dan kesedihan seseorang untuk bertanggung jawab atas kegagalan atau kesalahan tersebut.
- c. Jangkauan (*reach*), melihat sejauh mana kesulitan akan mempengaruhi aspek kehidupan sehingga dapat mengganggu aktivitasnya.
- d. Daya tahan (*endurance*), adalah aspek ketahanan seseorang yang menunjukkan kecepatan, ketepatan, dan kecermatan seseorang ketika bertindak dalam memecahkan masalah.

2. Stres Akademik

Stres pertama kali ditemukan oleh Han Selye. Han Selye adalah seorang dokter sekaligus peneliti yang berasal dari Austria. Dalam ilmu fisika kata "stres" merujuk pada interaksi antara suatu gaya dan juga perlawanan terhadap gaya tersebut. Han Selye memasukkan istilah ini dalam leksikon medis yang digunakan untuk menggambarkan "respon tubuh yang tidak spesifik terhadap tuntutan apapun". Dari penemuan penelitiannya, Han Selye menetapkan stres akan hadir pada diri manusia jika periode tuntutan tidak spesifik. Setelah penemuan ini Han Selye kemudian disebut sebagai "Bapak Penelitian Stres" (Tan dan Yip ., 2018).

Masalah stres sering sekali dialami oleh banyak orang. Stres merupakan ciri kehidupan modern. Hal ini karena disebabkan oleh fakta bahwa stres menjadi bagian integral dari dalam diri manusia. Stres bisa terjadi pada siapa saja dan di mana saja, seperti anak-anak, remaja, dewasa, atau pun yang telah lanjut usia, baik itu di lingkungan krja, sekolah, keluarga dan di mana pun. Stres akan menjadi masalah untuk kesehatan fisik dan mental seseorang apabila tekanan stres terlalu banyak (Kupriyanov dan Zhdanov., 2014; Gaol., 2016).

Stres sendiri merupakan suatu proses psikologis yang kurang menyenangkan, atau dapat dikatakan stres adalah respon yang diberikan oleh tubuh sebagai jawaban atas tekanan yang berasal dari lingkungan (Robbins., 2021). Stres yang terjadi pada lingkungan karyawan biasanya disebut dengan stress kerja, yang di mana hal tersebut merupakan kondisi ketegangan yang menyebabkan ketidakseimbangan fisik dan psikis yang dapat mempengaruhi proses berpikir, emosi, dan kondisi mental seorang karyawan (Rivai., 2004; Musoli dkk., 2018). Sedangkan dalam lingkungan mahasiswa, terdapat stres yang terjadi karena tuntutan akademik atau biasa disebut dengan Stres Akademik. Stres Akademik merupakan kondisi di mana mahasiswa akan mengalami perasaan cemas dan tertekan secara fisik atau pun mental yang ditandai dengan beberapa reaksi (Utama., 2018; Walfitri dkk., 2023). Stres Akademik adalah sesuatu yang harus dihindari oleh seseorang karena akan menyebabkan kinerja akademik menurun sehingga akan berpengaruh pada efektifitas belajar seorang mahasiswa (Masruro dan Musoli., 2022).

Terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab Stres Akademik yang dialami oleh mahasiswa sebagaimana yang telah disampaikan oleh (Gunawati dkk., 2010; Puspitasari., 2013; Barseli dkk., 2017):

- a. Faktor internal penyebab Stres Akademik
 - 1) Pola pikir
 - 2) Kepribadian
 - 3) Keyakinan
- b. Faktor eksternal penyebab Stres Akademik
 - 1) Pelajaran terlalu padat
 - 2) Tekanan untuk memiliki prestasi yang tinggi
 - 3) Dorongan status sosial
 - 4) Orangtua yang saling berlomba

Indikator Stres Akademik ini penulis ambil dengan menggunakan Skala Stres Pendidikan untuk Remaja (ESSA). Terdapat beberapa indikator stres kerja menurut (Moustaka dkk., 2023):

- a. Ekspektasi diri (*Self-expectation*), indikator ini merujuk pada tekanan yang yang berasal dari dalam diri mahasiswa itu sendiri karena memiliki harapan yang terlalu tinggi pada pencapaian akademik.

- b. Beban kerja atau tugas (*Workload*), merujuk pada padatnya tugas akademik yang harus diselesaikan tepat waktu dengan kondisi waktu yang terbatas sehingga menyebabkan tekanan dan kelelahan mental.
- c. Keputusasaan (*Despondency*), merujuk pada hilangnya motivasi, harapan, dan rasa percaya diri ketika menghadapi tantangan akademik. Mahasiswa akan merasa usahanya sia-sia karena mengalami ketertinggalan akademik dan tidak bisa mengejar ketertinggalan tersebut.
- d. Tekanan dari studi (*Pressure from study*), merujuk pada tekanan eksternal yang muncul dari lingkungan akademik, seperti tuntutan dosen, sistem evaluasi, dan ekspektasi institusi.
- e. Khawatir tentang nilai (*Worry about grades*), merujuk pada kecemasan pada hasil evaluasi akademik dan menyebabkan mahasiswa merasa tertekan atau cemas karena ketakutan berlebih pada nilai yang tidak memuaskan.

3. Prestasi Akademik

Prestasi merupakan kemampuan nyata seseorang yang muncul karena adanya interaksi dari beberapa faktor yang mempengaruhi individu. Faktor-faktor yang dimaksud dapat berasal dari internal maupun eksternal dari masing-masing individu dalam kegiatan belajarnya (Sudirman., 2001; Retnowati dkk., 2016). Prestasi ini bisa didapatkan berdasarkan kemampuan individu dalam mengerjakan sesuatu yang sesuai dengan bidangnya masing-masing (Retnowati dkk., 2016). Dari penjelasan mengenai prestasi, dapat dikatakan bahwa prestasi individu termasuk prestasi belajar yang umum dikatakan dengan Prestasi Akademik dan non-akademik. Prestasi Akademik merupakan pembelajaran yang dihadapi oleh siswa dan kemudian mendatangkan ilmu baru pada berbagai bidang seperti, pengetahuan, pemahaman, penerapan, dan masih banyak lagi.

Prestasi Akademik dipandang sebagai hal penting dari sebuah pendidikan formal akan tetapi terdapat keraguan mengenai pentingnya prestasi dalam sebuah kehidupan yang akan dijalani oleh mahasiswa di masa yang akan datang (Kell dkk., 2013; Moore., 2019). Beberapa peneliti dan juga pembuat kebijakan menambahkan faktor sosial, emosional, dan interaksi mahasiswa untuk menjadi indikator kesejahteraan dan perkembangan psikologis mahasiswa (Chernyshenko dkk., 2018; Frydenberg dkk., 2017; Moore dkk., 2006; Moore., 2019). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi Prestasi Akademik sebagaimana yang telah disampaikan oleh (Winkel., 1996; Wea dan Hwihanus., 2024):

- 1) Motivasi, merupakan dorongan internal yang menyebabkan seseorang untuk melakukan sesuatu demi mencapai tujuan tertentu, terutama dalam belajar.
- 2) Kemampuan akademik, adalah kapasitas intelektual dan keterampilan kognitif seseorang untuk dapat memahami, menganalisis, dan menyelesaikan tugas-tugas akademik.
- 3) Psikologis (stres), adalah faktor yang akan memengaruhi konsentrasi, keseimbangan emosi, dan semangat belajar. Jika tingkat stres terlalu tinggi maka proses kognitif seseorang akan terhambat dan menurunkan daya ingat seseorang.

Indikator Prestasi Akademik ini diambil oleh penulis melalui jurnal Menguji Keandalan dan Faktor Struktur Prestasi Akademik (AAQ). Di dalam jurnal ini terdapat tiga indikator menurut (Kremenkova dan Novotny., 2020):

- 1) Kinerja belajar, hasil belajar yang didapatkan selama proses pembelajaran
- 2) Penanganan tuntutan studi, adalah kemampuan seseorang untuk mengelola beban belajar atau mampu mengatur waktunya dengan baik untuk kegiatan akademik.
- 3) Adaptasi sosial, adalah kemampuan menyesuaikan diri seseorang dengan lingkungan sosial di universitas.

HIPOTESIS

H1: *Adversity Quotient* berpengaruh positif signifikan terhadap Prestasi Akademik

H2: *Adversity Quotient* berpengaruh negatif signifikan terhadap Stres Akademik

H3: Stres Akademik berpengaruh negatif signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa

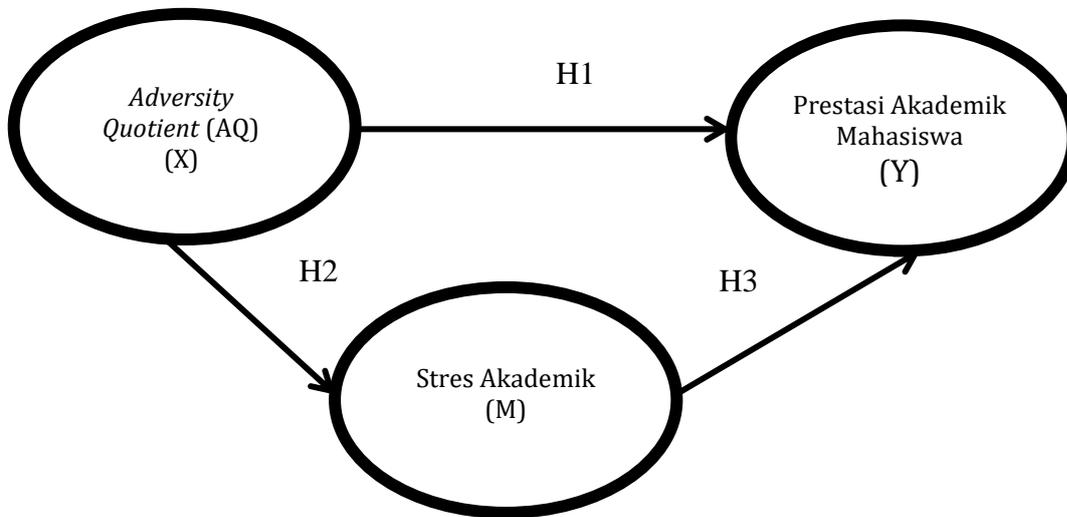
KERANGKA KONSEP

Kerangka konsep atau teoritis digunakan untuk merepresentasikan variabel atau konsep yang saling terikat satu sama lain. kerangka konsep juga digunakan untuk menjelaskan mengapa peneliti yakin jika variabel tersebut saling terikat satu sama lain dengan penjelasan secara teori. Setelah adanya kerangka konsep ini, maka dapat dibentuk hipotesis yang kemudian bisa diuji dengan teknik analisis yang tepat sehingga dapat diketahui apakah hipotesis yang dibuat itu valid atau tidak. Hal ini menyebabkan kerangka konsep penting untuk sebuah penelitian dan dapat dijadikan dasar konseptual dalam melakukan penelitian (Sekaran dan Bougie., 2017). Kerangka konsep yang dibuat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Adversity Quotient* (AQ) adalah variabel independen (X)

2. Stres Akademik adalah variabel mediasi (M)
3. Prestasi Akademik adalah variabel dependen (Y)

Berikut adalah gambar kerangka konsep penelitian yang telah dibuat oleh penulis:



Gambar 1 Kerangka Konsep
(Sumber: Medya dan Ratnawati., 2023)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan data primer. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif organisasi di UNISA dengan jumlah 1.666. dengan sampel 323 yang ditentukan dengan menggunakan rumus slovin 5%. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan pemilihan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner online dalam bentuk *google form* dengan menggunakan *skala likert* rentang 1 sampai dengan 5. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi sederhana dan path analysis serta kalkulator sobel untuk uji mediasi. Adapun beberapa uji pra syarat yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas dan reliabilitas, uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji linearitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Uji Validitas

Tabel 1 Uji Validitas AQ

| Variabel | Instrumen | R tabel | R hitung data | Sign | Nilai sign data | keterangan |
|------------------------|-----------|---------|---------------|------|-----------------|------------|
| Adversity Quotient (X) | X1 | 0,091 | 0,611 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X2 | 0,091 | 0,590 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X3 | 0,091 | 0,624 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X4 | 0,091 | 0,489 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X5 | 0,091 | 0,470 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X6 | 0,091 | 0,110 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X7 | 0,091 | 0,534 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X8 | 0,091 | 0,557 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X9 | 0,091 | 0,497 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X10 | 0,091 | 0,608 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X11 | 0,091 | 0,533 | 0,05 | 0.000 | Valid |
| | X12 | 0,091 | 0,457 | 0,05 | 0.000 | Valid |

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

Tabel 2 Uji Validitas SA

| Variabel | Instrumen | R Tabel | R Hitung Data | Sign | Signifikansi Data | Keterangan |
|--------------------|-----------|---------|---------------|------|-------------------|------------|
| Stres Akademik (M) | M1 | 0,091 | 0,416 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M2 | 0,091 | 0,365 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M3 | 0,091 | 0,374 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M4 | 0,091 | 0,514 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M5 | 0,091 | 0,451 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M6 | 0,091 | 0,609 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M7 | 0,091 | 0,536 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M8 | 0,091 | 0,634 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M9 | 0,091 | 0,646 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M10 | 0,091 | 0,609 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M11 | 0,091 | 0,604 | 0,05 | 0,000 | Vaid |
| | M12 | 0,091 | 0,648 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M13 | 0,091 | 0,586 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M14 | 0,091 | 0,329 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M15 | 0,091 | 0,481 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | M16 | 0,091 | 0,487 | 0,05 | 0,000 | Valid |

(Sumber: Data Primer diolah: Juli 2025)

Tabel 4 Uji Validitas PA

| Variabel | Instrumen | R Tabel | R Hitung pada Data | Sign | Signifikansi pada Data | Keterangan |
|-----------------------|-----------|---------|--------------------|------|------------------------|------------|
| Prestasi Akademik (Y) | Y1 | 0,091 | 0,563 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | Y2 | 0,091 | 0,548 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | Y3 | 0,091 | 0,515 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | Y4 | 0,091 | 0,615 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | Y5 | 0,091 | 0,712 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | Y6 | 0,091 | 0,650 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | Y7 | 0,091 | 0,627 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | Y8 | 0,091 | 0,472 | 0,05 | 0,000 | Valid |
| | Y9 | 0,091 | 0,382 | 0,05 | 0,000 | Valid |

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

Hasil dari uji validitas seluruh variabel dinyatakan valid karena R hitung lebih besar dari R tabel dan signifikan kurang dari 0,05.

b. Uji reliabilitas

Tabel 5 Uji Reliabilitas

| Variabel | Cronbach Alpha | Cronbach Alpha pada Data | Keterangan |
|-------------------------------|----------------|--------------------------|------------|
| <i>Adversity Quotient</i> (X) | 0,70 | 0,733 | Reliabel |
| Stres Akademik (M) | | 0,818 | Reliabel |
| Prestasi Akademik (Y) | | 0,733 | Reliabel |

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

Hasil dari uji reliabilitas item seluruh variabel dinyatakan reliabel karena nilai *cronbach alpha* yang didapatkan lebih besar dari 0,70.

c. Uji Normalitas

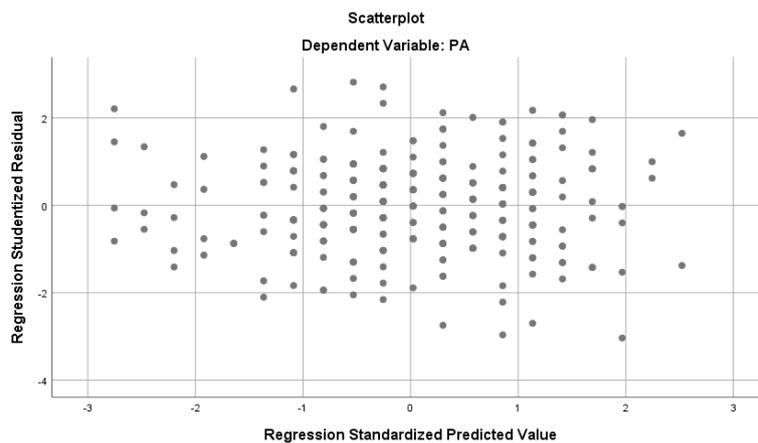
Tabel 6 Uji Normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | | | |
|--|----------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| | | Unstandardize d Residual | Unstandardize d Residual | Unstandardize d Residual |
| N | | 323 | 323 | 323 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | .0000000 | .0000000 | .0000000 |
| | Std. Deviation | 2.67305285 | 7.28993546 | 2.79699922 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .037 | .046 | .047 |
| | Positive | .037 | .046 | .047 |
| | Negative | -.032 | -.028 | -.030 |
| Test Statistic | | .037 | .046 | .047 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} | .091 ^c | .077 ^c |
| a. Test distribution is Normal. | | | | |
| b. Calculated from data. | | | | |
| c. Lilliefors Significance Correction. | | | | |
| d. This is a lower bound of the true significance. | | | | |

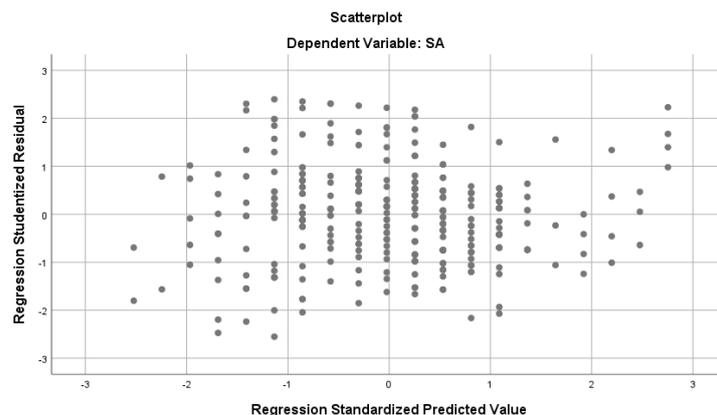
(Sumber: Data Primer diolah., 2025)

Berdasarkan dari hasil uji normalitas pada tabel di atas, diketahui bahwa nilai signifikansinya lebih besar dari 0,05 sehingga data dapat dikatakan terdistribusi normal sehingga data digunakan untuk pengujian selanjutnya.

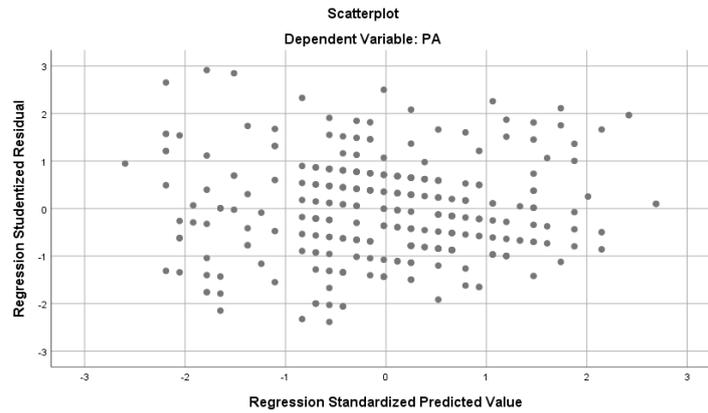
d. Uji Heteroskedastisitas



Gambar 2 Uji Heteroskedastisitas Model Regresi AQ terhadap PA
(Sumber: Data Primer diolah., Juli 1015)



Gambar 3 Uji Heteroskedastisitas Model Regresi AQ terhadap SA
(Sumber: Data Primer diolah., Juli 1015)



Gambar 4 Uji Heteroskedastisitas Model Regresi SA terhadap PA

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 1015)

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas dengan menggunakan metode *scatterplot* menunjukkan bahwa seluruh titik-titik dari hasil regresi menyebar secara acak di atas dan dibawah angka 0, sehingga data dapat dinyatakan homoskedastisitas atau data tidak terjadi heteroskedastisitas.

e. Uji Linearitas

Tabel 7 Uji Linearitas

| Variabel | Sign | Sign pada Data | Keterangan |
|------------------------|------|----------------|------------|
| AQ (X) terhadap PA (Y) | 0,05 | 0,000 | Linear |
| AQ (X) terhadap SA (M) | 0,05 | 0,005 | Linear |
| SA (M) terhadap PA (Y) | 0,05 | 0,000 | Linear |

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

Berdasarkan hasil uji linearitas dengan menggunakan metode *test for linearity*, didapatkan hasil dengan nilai signifikansi kurang dari 0,05 sehingga terdapat hubungan yang linear pada AQ terhadap Prestasi Akademik, AQ terhadap Stres Akademik, dan Stres Akademik terhadap PA.

f. Analisis Regresi Linear Sederhana

Tabel 8 Analisis Regresi Linear Sederhana AQ terhadap PA

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 23.633 | 2.074 | | 11.397 | .000 |
| | AQ | .288 | .041 | .362 | 6.958 | .000 |

a. Dependent Variable: PA

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

$$Y = a + bX$$

$$= 23,633 + 0,288X$$

Tabel 9 Analisis Regresi Linear Sederhana AQ terhadap SA

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 58.425 | 5.655 | | 10.331 | .000 |
| | AQ | -.312 | .113 | -.152 | -2.763 | .006 |

a. Dependent Variable: SA

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

$$Y = a + bX$$

$$= 58,425 - 0,312X$$

Tabel 10 Analisis Regresi Linear Sederhana SA terhadap PA

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 41.697 | .920 | | 45.321 | .000 |
| | SA | -.086 | .021 | -.220 | -4.050 | .000 |

a. Dependent Variable: PA

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

$$Y = a + bX$$

$$= 41,697 - 0,086X$$

g. Koefisien Determinasi (R-Square)

Tabel 11 Hasil Uji Koefisien Determinasi AQ terhadap PA

| Model Summary ^b | | | | | |
|----------------------------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|---------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate | Durbin-Watson |
| 1 | .362 ^a | .131 | .128 | 2.677 | 1.691 |

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

Tabel 12 Hasil Uji Koefisien Determinasi AQ terhadap SA

| Model Summary ^b | | | | | |
|----------------------------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|---------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate | Durbin-Watson |
| 1 | .152 ^a | .023 | .020 | 7.301 | 1.200 |

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

Tabel 13 Hasil Uji Koefisien Determinasi SA terhadap PA

| Model Summary ^b | | | | | |
|----------------------------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|---------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate | Durbin-Watson |
| 1 | .220 ^a | .049 | .046 | 2.801 | 1.623 |

a. Predictors: (Constant), SA

b. Dependent Variable: PA

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

h. Uji Statistik t

Tabel 14 Hasil Uji t AQ terhadap PA

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 23.633 | 2.074 | | 11.397 | .000 |
| | AQ | .288 | .041 | .362 | 6.958 | .000 |

a. Dependent Variable: PA

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

Tabel 15 Hasil Uji t AQ terhadap SA

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 58.425 | 5.655 | | 10.331 | .000 |
| | AQ | -.312 | .113 | -.152 | -2.763 | .006 |

a. Dependent Variable: SA

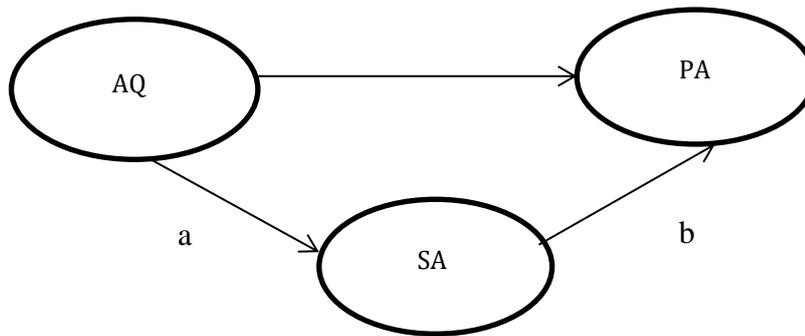
(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

Tabel 16 Hasil Uji t SA terhadap PA

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 41.697 | .920 | | 45.321 | .000 |
| | SA | -.086 | .021 | -.220 | -4.050 | .000 |

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

i. Uji Mediasi



Gambar 5 Analisis Jalur Mediasi

Gambar tersebut adalah gambar jalur mediasi yang akan terbentuk ketika uji regresi untuk *path analysis* dilakukan. *Path analysis* adalah perluasan dari analisis regresi linear berganda (Ghozali, 2018).

Tabel 17 Regresi 1 Jalur (a)

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 58.425 | 5.655 | | 10.331 | .000 |
| | AQ | -.312 | .113 | -.152 | -2.763 | .006 |

a. Dependent Variable: SA

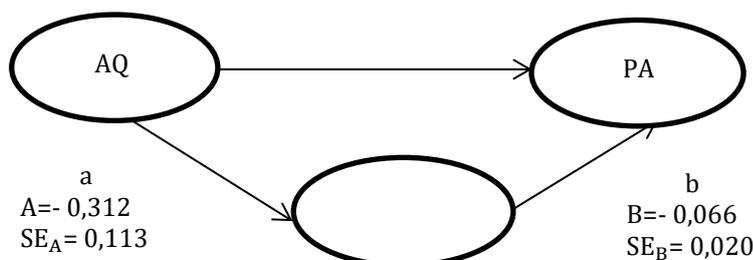
(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)

Tabel 18 Regresi 2 Jalur (b)

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 27.477 | 2.359 | | 11.650 | .000 |
| | AQ | .268 | .041 | .336 | 6.482 | .000 |
| | SA | -.066 | .020 | -.169 | -3.263 | .001 |

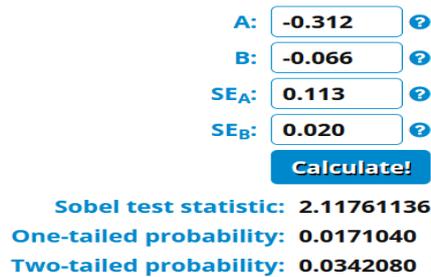
a. Dependent Variable: PA

(Sumber: Data Primer diolah., Juli 2025)



Gambar 6 Analisis Jalur Mediasi

Gambar di atas merupakan jalur yang telah terbentuk dari hasil uji analisis regresi yang kemudian akan diuji mediasinya menggunakan kalkulator sobel dari Daniel Soper. Berikut adalah hasilnya:



Gambar 7 Hasil Uji Mediasi

(Sumber: Daniel Soper diakses pada., Juli 2025)

Dari hasil uji mediasi menggunakan kalkulator sobel dengan menggunakan nilai *unstandardized beta* dan *coefficients std. error* dari kedua regresi di atas, menghasilkan nilai *sobel test statistic* sebesar 2,117, *two-tailed probability* sebesar 0,034 kurang dari 0,05, dan nilai t hitung dari regresi 1 yaitu SA terhadap PA adalah -2,7673, kemudian nilai t hitung dari regresi 2 yaitu AQ dan SA terhadap PA masing-masing memiliki nilai t 6,482 dan -3,263 kurang dari t tabel (1,967).

j. Pembahasan

Hipotesis pertama pada penelitian ini adalah *Adversity Quotient* berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik. Hasil uji t pada variabel AQ menghasilkan nilai t hitung 6,958 dan tingkat signifikansi 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa AQ berpengaruh positif dan signifikan terhadap PA. Dari penjelasan ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis satu (H1) di terima. Karena arah pengaruh dari variabel AQ terhadap PA adalah positif maka, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi AQ mahasiswa maka Prestasi Akademik pada mahasiswa aktif organisasi juga akan meningkat. Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sudirman dan Muttaqiyatun., 2018; Khairani dan Abdullah., 2018; Mawarni dkk., 2023) menyatakan bahwa AQ berperan dalam mempengaruhi Prestasi Akademik mahasiswa. Setiap peningkatan AQ pada mahasiswa akan memberikan dampak pada peningkatan prestasi akademik.

Namun, meskipun terdapat pengaruh yang positif dan cukup signifikan pada variabel AQ terhadap Prestasi Akademik, hasil analisis koefisien determinasi (*R-square*) AQ mempengaruhi Prestasi Akademik sebesar 13,1% yang di mana persentase sisanya yaitu 86,9% dipengaruhi oleh variabel lain. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahman., 2017; Huda dan Mulyana., 2018) yang menyatakan bahwa AQ bukanlah satu-satunya variabel yang mempengaruhi Prestasi Akademik, akan tetapi juga terdapat faktor-faktor lain yang juga akan mempengaruhi peningkatan prestasi akademik mahasiswa seperti *Intelligence Quotient* (IQ), *Emotional Quotient* (EQ), dan faktor-faktor lainnya.

Hipotesis kedua pada penelitian ini adalah *Adversity Quotient* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Stres Akademik. Hasil uji t pada variabel AQ menghasilkan nilai t hitung -2,763 dan tingkat signifikansi 0,006. Hasil ini menunjukkan bahwa AQ berpengaruh negatif dan signifikan terhadap SA, menunjukkan bahwa hipotesis dua (H2) diterima. Dari hasil pengujian yang telah dilakukan didapatkan bahwa arah pengaruh AQ terhadap Stres Akademik adalah negatif maka, semakin tinggi AQ yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat Stres Akademik yang dialami oleh mahasiswa akan semakin menurun. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Saiful., 2015; Walfitri dkk., 2023) menyatakan bahwa AQ memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap Stres Akademik mahasiswa. Artinya setiap peningkatan AQ akan menurunkan tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa aktif organisasi, karena mereka mampu mengelola stres tersebut dengan kemampuan AQ yang mereka miliki.

Namun meski memiliki arah pengaruh yang negatif dan signifikan, nilai koefisien determinasi (*R-square*) yang dihasilkan dari analisis regresi adalah 2,3% yang di mana sisanya yaitu 97,7% dipengaruhi oleh variabel lain. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Rusmayani dan Agustinan., 2023; Febrina dkk., 2024) menyatakan bahwa terdapat variabel lain yang mempengaruhi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Hipotesis ketiga pada penelitian ini adalah Stres Akademik berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik. Hasil uji t pada variabel SA menghasilkan nilai t hitung -4,050 dan tingkat signifikansi 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa SA berpengaruh negatif dan signifikan terhadap PA, menunjukkan bahwa hipotesis tiga (H3) diterima. Dari hasil pengujian

yang dilakukan diketahui bahwa arah pengaruh Stres Akademik terhadap Prestasi Akademik adalah negatif maka, semakin tinggi stres yang dialami oleh mahasiswa maka prestasi akademik juga akan menurun. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Simanjuntak dan Kusmiati., 2023; Wea dan Hwihanus., 2024), menyatakan bahwa Stres Akademik berpengaruh negatif signifikan terhadap Prestasi Akademik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi Stres Akademik maka Prestasi Akademik akan semakin menurun, begitupun sebaliknya.

Meskipun arah pengaruhnya adalah negatif dan signifikan, nilai koefisien determinasi (*R-square*) yang dihasilkan dari analisis regresi adalah 4,9% yang di mana sisanya yaitu 95,1% dipengaruhi oleh variabel lain. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sudarsana., 2019) yang menyatakan bahwa ada variabel lain yang mempengaruhi Prestasi Akademik selain stres yang tidak termasuk ke dalam penelitian ini.

Hipotesis keempat dalam penelitian ini adalah bahwa Stres Akademik (SA) memediasi pengaruh Adversity Quotient (AQ) terhadap Prestasi Akademik (PA). Berdasarkan hasil uji Sobel dengan menggunakan kalkulator Sobel, diperoleh nilai *sobel test statistic* sebesar 2,117 dengan *two-tailed probability* sebesar 0,034 kurang dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa pengaruh AQ terhadap Prestasi Akademik tidak secara langsung, melainkan melalui penurunan atau peningkatan tingkat stres akademik mahasiswa. Dengan kata lain, SA berfungsi sebagai variabel perantara yang menjelaskan bagaimana mahasiswa dengan tingkat AQ yang tinggi mampu mengelola tekanan akademik dengan lebih baik, sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan prestasi akademiknya.

Temuan ini menunjukkan bahwa peran mediasi SA sangat penting, sebab tanpa adanya pengelolaan stres akademik, kemampuan AQ saja belum cukup untuk menjamin capaian prestasi akademik yang optimal. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis keempat (H4) diterima.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan pada penelitian ini adalah AQ berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik mahasiswa, AQ berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Stres Akademik mahasiswa, Stres Akademik berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik mahasiswa, dan Stres Akademik memediasi pengaruh AQ terhadap Prestasi Akademik mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan AQ yang dimiliki oleh mahasiswa maka prestasi yang mereka miliki juga akan semakin meningkat dan mereka dapat mengelola stres yang mereka alami dengan baik. Sebaliknya jika kemampuan AQ yang mereka miliki rendah, maka prestasi mereka akan menurun dan semakin meningkatkan potensi stres yang tinggi karena mahasiswa tidak mampu mengelola stresnya dengan baik. Peran dari stres sebagai mediasi sendiri menunjukkan bahwa AQ dapat berpengaruh terhadap Prestasi Akademik secara tidak langsung atau harus melalui penurunan atau peningkatan tingkat stres akademik mahasiswa.

Penelitian yang telah dilakukan oleh penulis ini tentu masih memiliki banyak sekali kekurangan sehingga dari kekurangan inilah penulis ingin memberikan saran untuk penelitian selanjutnya:

1. Pada penelitian selanjutnya penulis berharap peneliti tidak hanya terpaku pada penyebaran kuesioner secara *online*, namun juga bisa menyebarkan kuesioner secara offline sehingga proses pengumpulan data bisa lebih cepat.
2. Untuk peneliti selanjutnya, penulis berharap peneliti selanjutnya bisa menambahkan variabel-variabel lain yang berhubungan dengan Stres Akademik dan juga Prestasi Akademik. Hal ini karena dari hasil penelitian yang didapatkan variasi yang dapat dijelaskan oleh AQ terhadap PA hanya sebesar 13,1%, kemudian variasi yang dapat dijelaskan oleh AQ terhadap SA sebesar 2,3%, dan variasi yang dapat dijelaskan oleh SA terhadap PA sebesar 4,9%. Artinya masih ada variabel-variabel lain yang mempengaruhi dua variabel tersebut sehingga, penulis berharap peneliti selanjutnya bisa mencari tahu variabel apa saja yang mempengaruhi Stres Akademik dan Prestasi Akademik.
3. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi lebih luas lagi untuk mengidentifikasi masalah-masalah atau fenomena yang bisa di angkat menjadi penelitian yang berkaitan dengan variabel stres dan prestasi serta menyiapkan pernyataan yang mungkin bisa lebih mewakili perasaan responden.
4. Untuk organisasi mahasiswa yang ada di UNISA penulis berharap dapat menjadi tempat di mana mahasiswa dapat mengembangkan *soft skills*-nya, dan selalu mendukung kemampuan prestasi mereka agar hubungan timbal balik antara mahasiswa dengan organisasi bisa terus terjalin dan mahasiswa tidak takut untuk bergabung ke organisasi. Penulis juga berharap ormawa yang ada di UNISA dapat meningkatkan kembali bonding dengan anggotanya sehingga bisa mengetahui apa yang sebenarnya mereka butuhkan dan rasakan selama bergabung di organisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Barseli, M., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2018). Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil Belajar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 40-47.
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin psikologi*, 24(1), 1-11.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25* (Edisi ke-9). Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Huda, T. N., & Mulyana, A. (2017). Pengaruh *Adversity Quotient* Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Angkatan 2013 Fakultas Psikologi UIN SGD Bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 115-132.
- Indarto. (2017, Oktober 20). *Tabel t dan r* [Dokumen Scribd]. Diakses pada 29 Juli 2025, dari <https://www.scribd.com/document/362110780/tabel-t-dan-r>
- Kementerian Pendidikan. (2014). *Tujuan dan tantangan pendidikan di Indonesia*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Diambil dari <https://gurupaudikmas.kemdikbud.go.id/artikel/Artikel/tujuan-dan-tantangan-pendidikan-di-indonesia-1>
- Kementerian Pendidikan. (2015). *Wajib belajar 12 tahun diamankan Nawacita*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Diambil dari <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2015/07/wajib-belajar-12-tahun-diamankan-nawacita-4366-4366-4366>
- Kremenkova, Novotny, J. S., Olomouc, P., Pendidikan, F., & Psikologi, D. (2020). *Machine Translated by Google Keandalan Dan Struktur Faktor Kuesioner Prestasi Akademik (Aaq)*.
- Masruro, A., & Musoli, M. (2022). Pengaruh Stres Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Perawat RS PKU Muhammadiyah Temanggung. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 9(2), 227-239.
- Matore, M. E. E. M., Zainal, M. A., Mohd Noh, M. F., Khairani, A. Z., & Abd Razak, N. (2021). *The development and psychometric assessment of Malaysian youth Adversity Quotient instrument (MY-AQi) by combining Rasch model and confirmatory factor analysis*. Malaysian Journal of Learning and Instruction, 18(1), 69-97. <https://doi.org/10.32890/mjli2021.18.1.4>
- Medya, I. R., & Ratnawati, I. (2023). Pengaruh Program Pelatihan Terhadap Komitmen Afektif Dengan Keterikatan Karyawan Sebagai Variabel Intervening (Studi pada Karyawan PT Garment XYZ Indonesia Factory 3). *Diponegoro Journal of Management*, 12(2). Rasch Model and Confirmatory Factor Analysis. *IEEE Access*, 9(Mi), 13314-13329. <https://doi.org/10.1109/ACCESS.2021.3050311>
- Moustaka, E., Bacopoulou, F., Manousou, K., Kanaka-Gantenbein, C., Chrousos, G. P., & Darviri, C. (2023). Reliability and Validity of the Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA) in a Sample of Greek Students. *Children*, 10(2), 1-10. <https://doi.org/10.3390/children10020292>
- Musoli, Pratiwi, W., & Syaputra, A. (2018). Stres Kerja Terhadap Kinerja Cabin Crew. *Jurnal Manajemen Dirgantara*, 11(2), 88-92. <https://jurnal.sttkd.ac.id/index.php/jmd/article/view/82%0Ahttps://jurnal.sttkd.ac.id/index.php/jmd/article/download/82/68>
- Rahman, S. A. (2017). Pengaruh Kecerdasan *Adversity Quotient* Terhadap Prestasi Akademik (Ipk) Mahasiswa Pendidikan Matematika. *Uninus Journal Of Mathematics Education And Science (UJMES)*, 2(1), 124-128.
- Retnowati, D. R., Fatchan, A., & Astina, I. K. (2016). *Prestasi Akademik dan motivasi berprestasi mahasiswa S1 pendidikan geografi universitas negeri malang* (Doctoral dissertation, State University of Malang).
- Robbins, S. P & Judge, T. A. (2021) *Perilaku Organisasi*. Alih Bahasa: Ratna Saraswati & Fabriella Sirait. Jakarta: Penerbit Salemba Empat.
- Scribd. (2023, Januari 13). *Tabel r 1-500*. Diakses pada 29 Juli 2025, dari <https://www.scribd.com/document/619586701/tabel-r-1-500>
- Soper, D. S. (2025). *Sobel test calculator for the significance of mediation*. Diakses pada 30 Juli 2025, dari <https://www.danielsoper.com/statcalc/calculator.aspx?id=31>
- Sudirman, A., & Muttaqiyathun, A. (2018). Pengaruh *Adversity Quotient*, Emotional Quotient, Dan Stres Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Yang Mengikuti Organisasi Mahasiswa Di Universitas Ahmad Dahlan). *Jurnal Fokus*, 8(1), 1-19.
- Tan, S. Y., & Yip, A. (2018). Hans Selye (1907-1982): Founder of the stress theory. *Singapore Medical Journal*, 59(4), 170-171. <https://doi.org/10.11622/smedj.2018043>
- Wea, P. C., & Hwihanus, H. (2024). Pengaruh Stres Akademik Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Akuntansi Di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 7(3), 51-60.