Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi
ISSN : 2087-7447 (Cetak)
ISSN : 2721-0626 (online)
DOI : 10.21107/personifikasi.v16i2.28112
Website: https://journal.trunojoyo.ac.id/personifikasi
Vol. 16, No. 02, November 2025
Hal. 96 – 105

Kesehatan Mental Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi: Kontribusi Kecerdasan Spiritual dan Daya Juang

Fidia Astuti[1], Robingatun[2]

[1,2] UIN Syekh Wasil Kediri

[1]fidia@uinkediri.ac.id

ABSTRACT

Thesis completion is a crucial final stage in undergraduate students' academic journey. During this process, students often face psychological pressure that affects their mental health. This study aims to determine the relationship between spiritual intelligence and adversity quotient with the mental health of final-year students. The research method used is quantitative with a correlational design, and the sampling technique applied was random sampling. The data were analyzed using product moment correlation and multiple linear regression to test both minor and major hypotheses. The results show a correlation coefficient (R) of 0.864. The significance value of F. Change is 0.000, which indicates 0.000 < 0.05, meaning that spiritual intelligence and adversity quotient are significantly related to mental health. The significance test also shows that the values of F. Change and F. count are greater than F. table, namely 255.581 > 3.040. These results confirm that the major hypothesis is accepted, and there is a positive relationship between spiritual intelligence and adversity quotient with students' mental health. This finding highlights the importance of strengthening both resilience and spiritual intelligence as part of student support strategies during thesis completion.

***Keywords**: adversity quotient, final-year students, mental health; spiritual intelligence.*

ABSTRAK

Penyelesaian skripsi merupakan tahap akhir yang penting dalam studi mahasiswa pada jenjang Sarjana. Dalam proses ini, mahasiswa sering mengalami tekanan psikologis yang berdampak pada kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual dan daya juang (*adversity quotient*) dengan kesehatan mental pada mahasiswa tingkat akhir. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain korelasional, serta menggunakan teknik random sampling sebagai teknik pemilihan subjek penelitian. Data penelitian diolah dengan menggunakan teknik analisis korelasi *pearson product moment* dan regresi linier berganda untuk menguji hipotesis minor dan hipotesis mayor. Hasil penelitian menunjukkan diperoleh nilai R sebesar 0,864. Nilai signifikansi F. Change sebesar 0,000 yang berarti 0,000 < 0,05, sehingga menunjukkan bahwa variabel kecerdasan spiritual dan daya juang memiliki hubungan dengan kesehatan mental. Uji signifikansi juga menunjukkan bahwa nilai F. Change dan F. hitung lebih besar dari F. tabel yaitu 255,581 > 3,040. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis mayor diterima, dan terdapat hubungan positif antara kecerdasan spiritual dan daya juang dengan kesehatan mental mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan pentingnya penguatan daya juang dan kecerdasan spiritual sebagai bagian dari strategi pendampingan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi.

Kata kunci: daya juang; kecerdasan spiritual; kesehatan mental; mahasiswa tingkat akhir

ARTICLE INFO

Article history
Received : 11-03-2025
Revised : 17-07-2025
Accepted : 27-08-2025

© Copyright Authors

Pendahuluan

Skripsi merupakan syarat akademik terakhir yang harus diselesaikan mahasiswa sebelum memperoleh gelar sarjana. Tetapi, penyelesaian skripsi sering kali menjadi tantangan besar, terutama bagi mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri. Berdasarkan data internal yang diperoleh dalam satu tahun terakhir, ada sekitar 26% mahasiswa yang belum menyelesaikan studi dalam masa standar dan sampai semester empat belas, menunjukkan adanya hambatan serius pada tahap penyelesaian skripsi (Akademik IAIN Kediri, 2024). Fenomena ini menandakan bahwa selain kendala akademik, tekanan psikologis juga menjadi faktor signifikan dalam keterlambatan kelulusan.

Studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa tekanan akademik, kecemasan, dan stres sering kali menjadi penyebab utama terganggunya kesehatan mental mahasiswa selama proses penyelesaian skripsi. Masalah kesehatan mental ini tidak hanya memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam berkonsentrasi, tetapi juga dapat menurunkan motivasi dan menyebabkan burnout akademik, yang akhirnya memperlambat proses penyelesaian tugas akhir mahasiswa (Purwanti & Rohmah, 2020; Rasyidin et al., 2023) Hal ini menuntut perhatian khusus terhadap faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa dalam menghadapi tantangan skripsi.

Penelitian dan observasi lapangan menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual serta daya juang merupakan dua faktor internal yang sangat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan mental mahasiswa, khususnya dalam menghadapi tekanan penyelesaian skripsi (Wahab & Umiarso, 2010). Kecerdasan spiritual merupakan kemampuan individu dalam memahami makna hidup, mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari, serta menemukan ketenangan batin di tengah tekanan (Agustian, 2008). Dalam konteks akademik, mahasiswa dengan kecerdasan spiritual yang baik cenderung memiliki kemampuan untuk memaknai proses skripsi bukan semata sebagai kewajiban administratif, tetapi sebagai bagian dari perjalanan hidup dan pembentukan karakter (Paulina & Janrosl, 2023b). Mahasiswa lebih mampu mengelola stres, menjaga harapan positif, dan memandang hambatan sebagai ujian yang dapat memperkuat diri secara mental dan emosional (Khadijah, 2023). Sikap spiritual ini dapat menjadi sumber motivasi intrinsik yang kuat, sekaligus menjadi penyangga psikologis yang mencegah kelelahan mental berkepanjangan.

Sementara itu, daya juang atau *adversity quotient* menggambarkan kapasitas individu dalam bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari tekanan, kegagalan, maupun tantangan berat yang dihadapi selama proses akademik (Stoltz, 2000). Mahasiswa dengan daya juang tinggi menunjukkan ketangguhan dalam menghadapi situasi sulit, tidak mudah menyerah, serta

memiliki komitmen dan disiplin untuk menyelesaikan tugas hingga tuntas (Putri, 2019). Daya juang ini berperan penting dalam membangun resiliensi akademik, menjaga semangat belajar, dan mempertahankan produktivitas meskipun berada dalam situasi yang penuh tekanan dan ketidakpastian (Purwanti & Rohmah, 2020). Ketika daya juang dipadukan dengan kecerdasan spiritual, mahasiswa tidak hanya tangguh secara emosional, tetapi juga memiliki landasan nilai yang kuat untuk terus melangkah dengan tenang dan terarah.

Kedua faktor ini kecerdasan spiritual dan daya juang berinteraksi dalam membentuk ketahanan psikologis mahasiswa. Kecerdasan spiritual memberikan dasar nilai dan makna hidup yang kokoh, sementara daya juang memberikan kekuatan untuk bertahan dan terus berusaha. Tanpa keduanya, mahasiswa cenderung lebih rentan terhadap stres dan dapat mengalami penurunan motivasi yang berdampak pada penyelesaian skripsi. Sebagai contoh, penelitian oleh Maulina (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan daya juang rendah lebih berisiko mengalami keterlambatan kelulusan, sedangkan Paulina & Janrosl (2023) menemukan bahwa kecerdasan spiritual memiliki dampak signifikan terhadap pencapaian akademik. Keduanya juga membentuk fondasi internal yang kokoh dalam menjaga stabilitas mental mahasiswa. Tanpa dukungan aspek spiritual dan ketangguhan pribadi, mahasiswa berisiko lebih besar mengalami stres berlebihan, kehilangan arah, dan bahkan mengalami kondisi mental yang lebih serius seperti *burnout* atau keputusasaan akademik (Maulina, 2023; Paulina & Janrosl, 2023; Siregar, 2021; Vitalonary, 2022). Oleh karena itu, penting untuk mengkaji kontribusi keduanya secara simultan agar dapat merancang strategi pendampingan mahasiswa yang lebih holistik dan manusiawi.

Meskipun telah ada penelitian yang mengkaji pengaruh masing-masing faktor terhadap pencapaian akademik, masih terdapat kesenjagan dalam literatur mengenai bagaimana kecerdasan spiritual dan daya juang secara bersamaan mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa dalam konteks penyelesaian skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengeksplorasi peran kecerdasan spiritual dan daya juang sebagai dua faktor utama yang berkontribusi pada kesehatan mental mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi di Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam merancang program pendampingan mahasiswa yang lebih holistik, yang tidak hanya mengedepankan aspek akademik, tetapi juga mengintegrasikan penguatan aspek spiritual dan psikologis untuk meningkatkan kelulusan tepat waktu.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel tanpa adanya manipulasi terhadap variabel-variabel tersebut (Sugiyono, 2019). Variabel dalam penelitian ini meliputi kecerdasan spiritual dan daya juang sebagai variabel independen, serta kesehatan mental sebagai variabel dependen.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri yang sedang memprogram mata kuliah Skripsi pada tahun akademik 2024/2025. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *probability sampling*, dengan metode *simple random sampling*, yakni setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Proses randomisasi dilakukan dengan membuat daftar seluruh mahasiswa yang memenuhi kriteria, kemudian dipilih secara acak menggunakan bantuan *Microsoft Excel.* Jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 177 mahasiswa, yang telah menyatakan kesediaannya mengikuti penelitian melalui *informed consent* tertulis sebelum pengisian kuesioner.

Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner dalam bentuk *google form* dan juga cetak secara langsung, untuk menjangkau mahasiswa yang tidak aktif secara daring. Peneliti memberikan penjelasan tentang tujuan, manfaat, serta jaminan kerahasiaan data responden sebelum melakukan pengisian kuesioner. Prosedur pengumpulan data dilaksanakan selama bulan September hingga Oktober 2024.

Analisis data dilakukan menggunakan program SPSS versi 25.0. Uji statistik yang digunakan meliputi analisis deskriptif (mean, standar deviasi, distribusi frekuensi) serta uji regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh kecerdasan spiritual dan daya juang terhadap kesehatan mental mahasiswa (Machali, 2015).

Penelitian ini menggunakan tiga skala berikut:

Skala Kecerdasan Spiritual

Skala kecerdasan spiritual dikembangkan oleh Ratnasari et al (2020) berdasarkan empat aspek dari Spiritual Intelligence Self-Report Inventory (SISRI-24) yaitu: *critical existential thinking, personal meaning production, transcendental awareness,* dan *conscious state expansion*. Skala terdiri dari 35 item yang terbagi menjadi item *favorable* dan *unfavorable*. Berdasarkan hasil uji validitas menggunakan korelasi *Pearson*, sebanyak 22 item dinyatakan valid dengan nilai koefisien korelasi $r > 0{,}30$. Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* menghasilkan nilai $\alpha = 0{,}874$, yang menunjukkan bahwa skala ini memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi. Skala menggunakan model Likert 5 poin (1 = sangat tidak setuju sampai 5 = sangat setuju). Contoh item: "Saya tidak ragu untuk mengambil keputusan karena

saya percaya Tuhan akan memberikan yang terbaik" (*favorable),* dan "Saya sering merasa sulit untuk membuat pilihan yang saya buat dalam hidup" (*unfavorable*).

Skala Daya Juang

Skala daya juang disusun oleh peneliti berdasarkan teori Adversity Quotient oleh Stoltz (2000), yang terdiri atas empat aspek: *Control (C)*, *Origin and Ownership (O2)*, *Reach (R)*, dan *Endurance (E)*. Skala ini terdiri dari 30 item (*favorable* dan *unfavorable),* dengan 25 item yang dinyatakan valid melalui uji korelasi item-total (r > 0,30). Nilai reliabilitas skala berdasarkan Cronbach's Alpha adalah 0,890, menandakan bahwa skala ini sangat reliabel. Contoh item: "Saya percaya bahwa saya memiliki kemampuan untuk mempengaruhi hasil dari situasi yang saya hadapi" (f), dan "Saya cenderung pesimis dan merasa tidak ada harapan dalam situasi yang sulit" (uf).

Skala Kesehatan Mental

Skala kesehatan mental dikembangkan oleh peneliti berdasarkan indikator dari Ryff and Keyes (Buss, 1978), yang mencakup: keseimbangan emosional, kemandirian dan pemahaman diri positif, kemampuan menangani stres, hubungan sosial positif, serta resiliensi dan kemampuan beradaptasi. Skala terdiri dari 28 item, dengan 22 item dinyatakan valid (r > 0,30). Nilai reliabilitas (α) sebesar 0,840 menunjukkan bahwa instrumen ini dapat diandalkan. Skala ini juga menggunakan model Likert 5 poin. Contoh item: "Saya dapat memahami penyebab emosi yang saya rasakan" (f), dan "Saya ragu dapat menyelesaikan tugas akhir saya" (uf).

Hasil Penelitian

Deskripsi responden penelitian, dengan jumlah 177 responden maka di bawah ini disajikan data karakteristik masing – masing reponden berdasarkan katerori usia, jenis kelamin, semester dan status saat ini. Mayoritas Usia 22 tahun, 91% berjenis kelamin perempuan, semester yang ditempuh 40,1% adalah semester 7, dan status saat ini 62,1% adalah mahasiswa tanpa berkerja.

Tabel 1. Karakteristik Responden

	Kategori	Frekuensi	Persentase
Usia	20	6	3.4
	21	39	22.0
	22	60	33.9
	23	40	22.6
	24	32	18.1
Jenis Kelamin	Perempuan	161	91.0

	Laki - laki	16	9.0
Semester	7	71	40.1
	9	56	31.6
	11	20	11.3
	13	30	16.9
Status Saat Ini	Mahasiswa	110	62.1
	Kuliah sambil kerja	67	37.9

Pada tabel 2, dijelaskan deskripsi data berdasarkan tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Variabel kecerdasan spiritual pada dikategori tinggi yaitu 66%, variabel daya juang pada kategori tinggi yaitu 90%, dan variabel kesehatan mental kategori sedang yaitu 67%.

Tabel 2. Kategori Kecerdasan Spiritual, Daya Juang dan Kesehatan Mental

Variabel	Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
Kecerdasan Spiritual	X > 128,4	Tinggi	117	66%
	81,4 – 128,3	Sedang	60	34%
	X < 81,3	Rendah	0	0%
Daya Juang	X > 91	Tinggi	159	90%
	71 – 90	Sedang	18	10%
	X < 70	Rendah	0	0
Kesehatan Mental	X > 102,7	Tinggi	55	31%
	65,5 – 102,6	Sedang	118	67%
	X < 65,4	Rendah	4	2%

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan korelasi product moment Adapun hasil uji hipotesis minor pertama dan kedua yang ditunjukkan pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 3. Uji Hipotesis hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kesehatan mental

		Kecerdasarn spitual (X1)	**Kesehatan Mental (Y)**
Kecerdasarn spitual (X1)	Pearson Correlation	1	.714**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	177	177
Kesehatan Mental (Y)	Pearson Correlation	.714**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	177	177

Tabel 4. Uji Hipotesis hubungan antara daya juang dengan kesehatan mental

		Daya Juang (X2)	Kesehatan Mental (Y)
Daya Juang (X2)	Pearson Correlation	1	.862**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	177	177
Kesehatan Mental (Y)	Pearson Correlation	.862	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	177	177

Hasil analisis uji hipotesis minor pertama, diperoleh signifikansi sebesar 0,05 (r 0,714). Nilai r berada pada kategori 0,51 – 0,75, hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kecerdasan spritual dan kesehatan mental serta memiliki keeratan antara variabel yang tinggi. Analisis terhadap hipotesis minor kedua diperoleh taraf signifikansi 0,000 < 0,05 (r 0,862). Nilai r berada pada kategori 0,51–0,75, hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara daya juang dan kesehatan mental serta memiliki keeratan antara variabel yang tinggi. Hasil keduanya tersebut menunjukan bahwa ada hubungandan arah hubungan positif dan singnifikan.

Hipotesis mayor yang berbunyi hubungan antara kecerdasan spiritual dan daya juang dengan kesehatan mental pada mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir. Dianalisis dengan teknik korelasi berganda. diperoleh nilai R sebesar 0,864. Nilai F Change sebesar 255,581 dan nilai signifikansi yang menunjukan bahwa 0,000. F. hitung yang diperoleh 255,581 > 3,040. Menunjukan hipotesis mayor penelitian diterima sehingga ada hubungan kecerdasan spiritual dan daya juang dengan kesehatan mental. Selanjutnya hasil uji determinasi didapatkan R. Square sebesar 0,746 atau 74,6%, menunjukkan bahwa prosentase sumbangan efektif kecerdasan spiritual dan daya juang dengan kesehatan mental sebesar 74,6%. Sedangkan 25,4% lainnya diprediksi berasal dari variabel lain yang tidak berada dalam cakupan penelitian ini. Uji hipotesis mayor ditunjukkan tabel 5 berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Regresi hubungan antara kecerdasan spirirual dan daya juang dengan kesehatan mental

	R	R Square	Adjusted R Square	F Chage	Sig.
Model 1	.864a	0,746	0,743	255,581	0.000a

Pembahasan

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa kondisi kesehatan mental mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi sangat dipengaruhi oleh kekuatan psikologis internal, khususnya kecerdasan spiritual dan daya juang. Kedua variabel ini tidak hanya berperan sebagai penyangga ketika tekanan akademik meningkat, tetapi juga menjadi faktor yang membentuk daya tahan emosional mahasiswa dalam menghadapi kompleksitas proses penyelesaian tugas akhir.

Kecerdasan spiritual memungkinkan mahasiswa untuk menemukan makna mendalam dari proses akademik yang dijalani. Dalam konteks penyelesaian skripsi yang penuh tekanan, mahasiswa yang memiliki dimensi spiritual yang kuat cenderung lebih tenang, reflektif, serta mampu melihat kegagalan atau hambatan sebagai bagian dari perjalanan hidup yang perlu dijalani dengan kesabaran. Hal ini selaras dengan temuan Paulina dan Janrosl (2023) yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kecerdasan spiritual tinggi memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres akademik dan menjaga keseimbangan emosi. Sikap spiritual ini juga membangun keyakinan bahwa perjuangan akademik memiliki nilai transendental, bukan hanya pencapaian administratif.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Oktapiani, 2020) juga menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual berkorelasi dengan kemampuan mahasiswa untuk mengembangkan pandangan positif terhadap tekanan akademik, serta meningkatkan kualitas hubungan interpersonal yang menjadi penyangga kesehatan mental. Dalam hal ini, spiritualitas menjadi ruang batin yang memberi arah dan penguatan moral untuk tetap bertahan, bahkan saat kondisi akademik terasa tidak mendukung.

Sementara itu, daya juang atau *adversity quotient* terbukti menjadi fondasi penting dalam menjaga ketahanan psikologis mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki daya juang tinggi mampu mempertahankan semangat, menunda kepuasan sesaat, serta memiliki keuletan untuk menyelesaikan tanggung jawab meskipun dalam tekanan. Daya juang sebagai "penentu utama keberhasilan dalam situasi sulit", dan hal ini terlihat relevan dalam konteks mahasiswa yang menghadapi beban akademik tinggi dan tuntutan waktu (Stoltz, 2000).

Temuan ini mendukung penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa mahasiswa dengan daya juang rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami stagnasi dalam proses penyelesaian skripsi, dan menunjukkan bahwa daya juang berkorelasi positif dengan motivasi berprestasi dan kemampuan adaptasi dalam situasi akademik yang menantang (Maulina, 2023; Putri & Akbar, 2022). Dalam penelitian ini, meskipun sebagian besar mahasiswa memiliki daya juang tinggi, sebagian dari mahasiswa juga belum menunjukkan kesehatan mental yang

optimal — yang mengindikasikan perlunya sinergi antara ketangguhan dan keseimbangan spiritual. Dengan kata lain, daya juang dan kecerdasan spiritual bekerja secara komplementer. Daya juang memberikan energi untuk terus maju, sedangkan kecerdasan spiritual memberi arah dan makna. Tanpa spiritualitas, daya juang dapat menjadi kaku dan tanpa makna. Sebaliknya, tanpa daya juang, nilai-nilai spiritual hanya menjadi refleksi tanpa tindakan nyata. Oleh karena itu, kombinasi keduanya penting untuk membentuk mahasiswa yang tidak hanya tangguh, tetapi juga tenang, terarah, dan sehat secara mental.

Implikasi dari hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan pendidikan di perguruan tinggi — khususnya di lingkungan Program Studi Psikologi Islam — perlu dirancang secara holistik. Penguatan daya juang dan kecerdasan spiritual dapat difasilitasi melalui program pembinaan karakter, mentoring spiritual, pelatihan resiliensi, serta layanan konseling yang memberi ruang pada dimensi religius dan makna hidup. Dengan demikian, mahasiswa akan lebih siap menghadapi tantangan akademik tanpa kehilangan stabilitas psikologisnya.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dan daya juang merupakan dua faktor internal yang memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa, khususnya dalam proses penyelesaian skripsi. Mahasiswa dengan kecerdasan spiritual tinggi mampu memaknai tekanan akademik sebagai bagian dari perjalanan hidup yang bernilai, sehingga mahasiswa lebih siap secara emosional dalam menghadapi tantangan. Sementara itu, daya juang menjadi penopang utama yang memungkinkan mahasiswa untuk tetap bertahan, beradaptasi, dan menyelesaikan tugas akademik meskipun berada dalam kondisi yang sulit.

Kombinasi antara kecerdasan spiritual dan daya juang membentuk ketahanan psikologis yang komprehensif. Ketika keduanya berjalan beriringan, mahasiswa tidak hanya mampu menyelesaikan skripsi secara teknis, tetapi juga mampu melaluinya dengan ketenangan, arah, dan makna. Hal ini menunjukkan pentingnya memperhatikan aspek psikologis dan spiritual dalam pengembangan mahasiswa tingkat akhir, karena keberhasilan akademik tidak cukup ditentukan oleh kemampuan intelektual semata.

Daftar Pustaka

Agustian, A.G. (2008). *ESQ, Emotional spiritual quotient*. Arga Publishing:Jakarta

Akademik IAIN Kediri. (2024). *Data kemahasiswaan*. IAIN Kediri. https://iainkediri.ac.id/

Buss, A. R. (1978). The structure of psychological revolutions. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, *14*(1), 57–64.

Khadijah, L. P. (2023). Efektivitas terapi musik untuk menurunkan tingkat stres dan kecemasan pada pasien stroke. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, *1*(3), 91–95.

Machali, I. (2015). Statistik itu mudah, menggunakan spss sebagai alat bantu statistik. Lembaga Ladang kata: Yogyakarta. https://www.researchgate.net/publication/309464242%0astatistik

Maulina, B. (2023). Profil adversity quotient mahasiswa fakultas kedokteran yang sedang menyelesaikan skripsi. *Majalah Ilmiah METHODA*, *13*(1), 27–31. https://doi.org/10.46880/methoda.vol13no1.pp27-31

Oktapiani, M. (2020). Tingkat kecerdasan spiritual dan kemampuan menghafal al-qur'an. *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam*, *3*(1), 95–108. https://doi.org/10.34005/tahdzib.v3i1.861

Paulina, P., & Janrosl, V. S. E. (2023). Pengaruh kecerdasan emosional, kecerdasan spiritual dan kecerdasan intelektual terhadap pemahaman akuntansi pada mahasiswa prodi akuntansi di kota Batam. *SCIENTIA JOURNAL : Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, *5*(3), 440–448. https://doi.org/10.33884/scientiajournal.v5i3.7642

Purwanti, S., & Rohmah, A.N (2020). Mahasiswa dan bunuh diri: resiliensi mahasiswa dalam menghadapi skripsi. *Abdi Dosen : Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, *4*(4), 371. https://doi.org/10.32832/abdidos.v4i4.702

Putri, T.W.N.A. (2019). *Hubungan ketidakberdayaan yang dipelajari dengan daya juang mahasiswa* [Skripsi Universitas Islam Riau Pekanbaru]. https://doi.org/http://repository.uir.ac.id/id/eprint/1816

Putri, Y. K., & Akbar, S. (2022). Adversity quotient dan kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik*, *5*(1), 50–54. https://doi.org/10.30743/stm.v5i1.259

Rasyidin, U., Jasmadi, J., & Yasa, R. B. (2023). Adversity quotient dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, *3*(1s), 243–249. https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12365

Ratnasari, S. L., Supardi, S., & Nasrul, H. W. (2020). Kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional, kecerdasan spiritual, dan kecerdasan linguistik terhadap kinerja karyawan. *Journal of Applied Business Administration*, *4*(2), 98–107. https://doi.org/10.30871/jaba.v4i2.1981

Siregar, S. H. (2021). Hubungan sabar dengan kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. (Skripsi universitas islam riau pekanbaru).

Stoltz, P. G. (2000). *Adversity quotient: Mengubah hambatan menjadi peluang*. Grasindo: Yogyakarta

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D* . Alfabeta: Bandung

Vitalonary, H. (2022). *Hubungan burnout akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa kuliah online*. (Skripsi universitas islam sultan agung)

Wahab, A., & Umiarso. (2010). *Kepemimpinan pendidikan dan kecerdasan spiritual*. Ar Ruzz Media: Yogyakarta