

## **Hubungan antara Persepsi Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas HKBP Nommensen Medan**

**Miranda Samosir<sup>1\*</sup>, Hotpascaman Simbolon<sup>2</sup>**

Universitas HKBP Nommensen Medan

Email: [miranda.samosir@student.uhn.ac.id](mailto:miranda.samosir@student.uhn.ac.id)<sup>1\*</sup>

Received 07 April 2025 | Revised 10 April 2025 | Accepted 22 April 2025

\*Korespondensi Penulis

---

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara persepsi dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas HKBP Nommensen Medan. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan analisis deskriptif dan statistik inferensial menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik. Data empiris menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial teman sebaya serta tingkat stres akademik mahasiswa berada pada kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun mahasiswa merasa mendapat dukungan sosial yang tinggi dari teman sebaya, hal tersebut tidak secara langsung mempengaruhi tingkat stres akademik mereka. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan lain dalam mengelola stres akademik, seperti keterampilan manajemen waktu dan teknik relaksasi.

**Kata Kunci:** Dukungan Sosial; Teman Sebaya; Stres Akademik; Mahasiswa Skripsi.

### **PENDAHULUAN**

Mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi sering kali mengalami stres akibat tekanan yang besar dan tuntutan dari diri sendiri untuk segera menyelesaikan studi dan lulus (Nur, 2022). Menurut (Giyarto & Uyun, 2018), mahasiswa adalah status yang diberikan kepada seseorang yang sedang menempuh pendidikan di program studi tertentu di perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta, serta di lembaga lain yang setara dengan perguruan tinggi. Oleh karena itu, akhir dari seluruh tugas perkuliahan adalah tugas akhir berupa karya ilmiah yang biasa dikenal sebagai skripsi.

Masalah umum yang sering dihadapi oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi meliputi kurangnya kemampuan menulis, keterbatasan kemampuan akademis, dan minimnya ketertarikan terhadap penelitian (Gunawati,dkk, 2006). Mahasiswa yang menulis tugas akhir berupa skripsi sangat rentan mengalami stres karena menghadapi berbagai masalah, termasuk kesulitan dalam menemukan sumber materi seperti buku dan jurnal yang relevan dengan topik atau judul penelitian mereka. Skripsi seringkali menjadi hal yang menakutkan bagi sebagian mahasiswa S-1, meskipun sebenarnya skripsi merupakan bentuk nyata dari seluruh studi yang telah dipelajari selama masa kuliah, yang diaplikasikan dalam bentuk penelitian (Iswidharmanjaya, 2006).

Skripsi adalah tugas akhir yang menjadi syarat untuk menyelesaikan dan memperoleh gelar sarjana. Proses penyusunannya sering dianggap sebagai beban yang cukup berat bagi mahasiswa karena mereka harus lebih mandiri dan disiplin dalam mengatur jadwal untuk mencapai target yang berkaitan dengan skripsi. Hal ini mencakup pelaksanaan penelitian lapangan, pemikiran ilmiah, penulisan, dan berbagai kesulitan lainnya yang dihadapi oleh mahasiswa (Fara, 2022).

Mahasiswa yang kesulitan memahami materi yang disampaikan sering kali mengalami gangguan psikologis berupa stres akademik (Basith dkk, 2021). Gangguan ini dapat berdampak negatif pada perilaku belajar mahasiswa. Fenomena mahasiswa yang mengalami stres akademik dalam penyusunan skripsi dapat dilihat dari berbagai aspek, seperti kesulitan dalam mencari literatur, ketidakbiasaan dalam menulis, masalah dana, kurang terbiasa dengan sistem kerja yang terjadwal dan



pengaturan waktu yang ketat, serta kesulitan dalam membangun komunikasi yang konstruktif dengan pembimbing (Darmono dalam Rahmawan & Selviana, 2021).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stres adalah dukungan yang diberikan oleh teman sebaya. (Smet, 1994) menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap stres. Dukungan sosial ini dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk pasangan hidup, keluarga, pacar, teman, dan organisasi komunitas. Teman sebaya (peers) didefinisikan sebagai sekelompok individu yang memiliki tingkat kedewasaan yang sama (Sanrock, 2014). Terdapat banyak faktor yang dapat menyebabkan stres di kalangan mahasiswa, yang mencakup faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi pola pikir, kepribadian, dan keyakinan individu. Sementara itu, faktor eksternal meliputi beban pelajaran yang lebih padat, tekanan untuk mencapai prestasi tinggi, dorongan untuk meraih status sosial, serta kompetisi antar orangtua. Dukungan sosial dari teman, yang merupakan bentuk dukungan terdekat bagi mahasiswa selama di perkuliahan, juga memainkan peran penting dalam mengatasi stress (Nadya dkk, 2023).

Dukungan sosial adalah bentuk perhatian, penghargaan, semangat, penerimaan, atau bantuan lainnya yang diberikan oleh orang-orang yang memiliki hubungan sosial dekat, seperti orang tua, saudara, anak, sahabat, teman, maupun orang lain. Tujuan dari dukungan ini adalah untuk membantu seseorang yang sedang menghadapi permasalahan (Taylor, 2012 dalam Rahakratat dkk 2021). Dukungan sosial adalah bentuk dukungan emosional yang diberikan ketika seseorang menghadapi masalah, yang biasanya berasal dari anggota keluarga, pemberi perawatan kesehatan, dan teman. Individu yang menerima dukungan emosional dan fungsional terbukti memiliki kesehatan yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak menerima dukungan tersebut. Hubungan sosial yang bermakna dengan keluarga atau teman juga terbukti dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan individu (Irfana, 2019).

Persepsi dukungan sosial memang sangat penting dan efektif sebagai cara yang sehat untuk mengatasi stres akademik pada mahasiswa. Menurut Rayle & Chung (2007), mahasiswa yang merasa didukung cenderung memiliki pandangan positif terhadap diri mereka sendiri dan merasa lebih berarti dalam menjalani kehidupan perkuliahan. Ketika mahasiswa merasa bahwa keluarga, teman, atau orang-orang yang memiliki peran khusus dalam hidup mereka memberikan dukungan yang nyata, hal ini dapat membantu mereka dalam menghadapi tekanan akademik, terutama saat mengerjakan tugas akhir seperti skripsi.

Studi Cohen & McKay (1984) menunjukkan bahwa keyakinan akan menerima bantuan dari orang terdekat dapat mengalihkan perhatian individu dari tuntutan yang membebani menuju upaya penyelesaian masalah, sehingga membantu fokus dari stres ke solusi.

Arif Widodo (2011) menemukan bahwa persepsi dukungan sosial berpengaruh pada tingkat stres seseorang. Ketika individu merasa didukung, stres berkurang dan kemampuan menyesuaikan diri meningkat, sedangkan kurangnya dukungan sosial dapat memperburuk stres serta memengaruhi perilaku dan adaptasi individu.

Kuntjoro (2002) menyatakan bahwa dukungan sosial tidak hanya berupa bantuan langsung, tetapi lebih pada bagaimana individu memaknai dan merasakan bantuan tersebut. Persepsi penerima menjadi kunci utama efektivitas dukungan dalam membantu mereka menghadapi masalah.

Penelitian Namira Salsabila Aprilia dan Nono Hery Yoenanto (2022), menunjukkan bahwa regulasi emosi dan persepsi dukungan sosial berperan penting dalam menurunkan stres akademik pada mahasiswa. Mahasiswa disarankan untuk mengembangkan kemampuan regulasi emosi dan memanfaatkan dukungan sosial agar lebih efektif menghadapi stres selama penyusunan skripsi.

Penelitian yang telah disampaikan sebelumnya mendukung fenomena yang telah dijelaskan oleh peneliti. Untuk memperkuat temuan tersebut, peneliti berencana melakukan penelitian tentang hubungan antara persepsi dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas HKBP Nommensen.

## **Landasan Teori Stres Akademik**

Menurut Sarafino dan Smith (2014), stres akademik merupakan bentuk stres yang dialami individu dalam lingkungan pendidikan, khususnya yang berkaitan dengan tuntutan akademik, seperti penyelesaian tugas, pelaksanaan ujian, serta tekanan untuk mencapai prestasi tertentu. Stres akademik dapat bersumber dari berbagai faktor, termasuk tingginya beban belajar, ekspektasi dari diri sendiri



maupun orang lain, serta keterbatasan dalam manajemen waktu dan penyelesaian tugas akademik. Kondisi ini berpotensi memengaruhi kesehatan mental dan fisik individu, serta menghambat kemampuan mereka dalam beradaptasi dan berfungsi secara optimal di lingkungan akademik.

### Dukungan Sosial Teman Sebaya

Sarafino dan Smith (2014) mendefinisikan dukungan sosial teman sebaya sebagai bentuk dukungan yang diberikan oleh individu dengan usia atau status sosial serupa. Dukungan ini mencakup aspek emosional, instrumental, informasi, serta penilaian positif, yang dapat diwujudkan melalui kata-kata, tindakan, atau sekadar kehadiran yang memberikan rasa aman dan penghargaan kepada penerima. Dukungan sosial teman sebaya berperan signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, mengurangi stres, dan memperbaiki kualitas hidup individu.

Sarafino & Smith (2014) mengidentifikasi empat aspek dukungan sosial (*social support*) yang berperan dalam membantu individu mengatasi stres. Pertama, dukungan emosional (*emotional support*), yaitu bentuk dukungan yang diberikan melalui empati (*empathy*), kepedulian (*care*), perhatian positif (*positive regard*), serta dorongan emosional (*emotional encouragement*) kepada individu yang mengalami tekanan. Kedua, dukungan instrumental (*tangible or instrumental support*), yang mencakup bantuan nyata, seperti pemberian atau peminjaman uang (*financial assistance*), serta bantuan dalam menyelesaikan tugas (*task assistance*) ketika individu berada dalam kondisi stres. Ketiga, dukungan informasi (*informational support*), yaitu pemberian nasihat (*advice*), saran (*suggestions*), atau umpan balik (*feedback*) yang bertujuan membantu individu memahami dan mengelola tekanan yang dialaminya. Keempat, dukungan jaringan sosial (*network support*), yang memberikan individu rasa keterikatan dengan kelompok sosial (*social group*), memperkuat rasa kebersamaan (*sense of belonging*), serta menumbuhkan perasaan bahwa mereka memiliki minat dan tujuan yang sama (*shared interests and goals*) dengan anggota kelompok lainnya.

## METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas HKBP Nommensen Medan. Populasi ini terdiri dari 24 Program Studi dengan jumlah keseluruhan mahasiswa sebanyak 1.421 orang (Pusat sistem informasi psi semester genap tahun 2024). Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling*, dengan jumlah sampel ditentukan melalui perangkat lunak G\*Power. Berdasarkan hasil perhitungan ditentukan jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 114 mahasiswa tingkat akhir Universitas HKBP Nommensen Medan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis deskriptif dan statistik inferensial. Analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan data yang telah dikumpulkan tanpa menarik kesimpulan yang berlaku secara umum. Sementara itu, analisis inferensial digunakan untuk menguji hipotesis penelitian melalui uji korelasi Spearman (*Spearman's correlation test*).

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi (*assumption test*) yang mencakup uji normalitas (*normality test*) dan uji linearitas (*linearity test*) guna memastikan bahwa data memenuhi persyaratan analisis statistik yang digunakan. Setelah uji asumsi terpenuhi, tahap selanjutnya adalah pengujian hipotesis untuk menganalisis hubungan antara variabel yang diteliti.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Deskripsi Hasil Penelitian

Tabel 1. Data Hipotetik dan Empirik

Data Hipotetik				
Variabel	x-min	x-max	Mean	Std.Dev
Dukungan sosial teman sebaya	18	72	45	9
Stres akademik	16	64	40	8
Data Empirik				
Variabel	x-min	x-max	Mean	Std.Dev
Dukungan sosial teman sebaya	39	67	45.95	5,74
Stres akademik	16	55	41.32	5.839

Data empirik menunjukkan distribusi yang lebih sempit dibandingkan data hipotetik pada kedua variabel. Dukungan sosial teman sebaya memiliki rata-rata empirik (45,95) sedikit lebih tinggi dari rata-



rata hipotetik (45), dengan standar deviasi yang lebih kecil (5,74 dibanding 9), menunjukkan data lebih terkonsentrasi.

Stres akademik juga memiliki rata-rata empirik (41,32) lebih tinggi dari rata-rata hipotetik (40), tetapi dengan rentang nilai yang lebih sempit dan standar deviasi lebih kecil (5,839 dibanding 8). Hal ini mengindikasikan bahwa responden cenderung memiliki persebaran nilai yang lebih terpusat dibandingkan asumsi teoritis.

**Tabel 2.** Pedoman pengukuran Kategorisasi

No	Kategori	Rumus Kategori
1	Rendah	$X < M - SD$
2	Sedang	$M - SD \leq X < M + SD$
3	Tinggi	$M + SD \leq X$

Tabel pedoman pengukuran kategorisasi digunakan untuk menentukan tingkat suatu variabel berdasarkan nilai rata-rata (M) dan standar deviasi (SD). Kategorisasi ini membagi data ke dalam tiga kelompok utama berdasarkan rumus berikut:

1. Kategori Rendah ditentukan apabila skor responden (X) berada di bawah rata-rata dikurangi satu kali standar deviasi ( $X < M - SD$ ).
2. Kategori Sedang mencakup skor yang berada dalam rentang satu standar deviasi di bawah hingga satu standar deviasi di atas rata-rata ( $M - SD \leq X < M + SD$ ).
3. Kategori Tinggi ditetapkan apabila skor responden lebih besar atau sama dengan rata-rata ditambah satu kali standar deviasi ( $X \geq M + SD$ ).

Kategorisasi ini digunakan untuk menginterpretasikan tingkat dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa, sehingga hasil analisis dapat diklasifikasikan dengan lebih sistematis sesuai dengan distribusi data penelitian.

### Kategorisasi Variabel Persepsi Dukungan Sosial Teman Sebaya

**Tabel 3.** Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Subjek

No	Skor	Kategorisasi	Orang	%
1	$X < 36$	Rendah	0	0
2	$36 \leq X < 54$	Sedang	115	88.5
3	$54 \leq X$	tinggi	15	11.5
Jumlah			130	100.0

Berdasarkan kriteria kategorisasi dukungan sosial teman sebaya pada subjek yang ada pada tabel diatas terlihat bahwa subjek yang memiliki dukungan sosial teman sebaya dalam kategorisasi rendah tidak ada, kategorisasi sedang sebanyak 115 orang (88.5%), dalam kategorisasi tinggi sebanyak 15 orang (11.5%).

**Tabel 4.** Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kategorisasi	Orang	%
Perempuan	Rendah	0	0
	Sedang	29	69%
	Tinggi	13	31%
	Jumlah	42	100%
Laki-laki	Rendah	0	0
	Sedang	86	97.7%
	Tinggi	2	2.3%
	Jumlah	88	100%

Berdasarkan kategorisasi jenis kelamin dapat dilihat pada tabel diatas bahwa jenis kelamin perempuan kategori rendah tidak ada, dalam kategorisasi sedang sebanyak 29 orang (69.0%), dalam kategorisasi tinggi sebanyak 13 orang (31.0%). Sedangkan pada jenis kelamin laki-laki dalam kategorisasi rendah tidak ada, sedang sebanyak 86 orang (97.7%), dan dalam kategorisasi tinggi ada sebanyak 2 orang (2.3%).



**Tabel 5.** Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Berdasarkan Usia

<b>Usia</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
20 Tahun	Rendah	0	0%
	Sedang	4	100%
	Tinggi	0	0.0 %
	Total	4	100%
21 Tahun	Rendah	0	0%
	Sedang	33	86.8%
	Tinggi	5	13.2%
	Total	38	100%
22 Tahun	Rendah	0	0%
	Sedang	37	92.5%
	Tinggi	3	7.5%
	Total	40	100%
23 Tahun	Rendah	0	0%
	Sedang	34	85.0%
	Tinggi	6	15.0%
	Total	40	100%
24 Tahun	Rendah	0	0%
	Sedang	7	87.5%
	Tinggi	1	12.5%
	Total	8	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel dukungan sosial teman sebaya diketahui bahwa subjek pada usia 20 tahun pada kategori rendah tidak ada, sedang sebanyak 4 orang (100%) dan pada kategori tinggi tidak ada, pada usia 21 tahun tidak ada pada kategori rendah, 33 orang (86.8%) pada kategori sedang dan 5 orang (13.2%) pada kategori tinggi, pada usia 22 tahun pada kategori rendah terdapat tidak ada, terdapat 37 orang (92.5%) pada kategori sedang dan pada kategori tinggi 3 orang (7.5%), pada usia 23 tahun dalam kategori rendah tidak ada, 34 orang (85.0%) pada kategori sedang dan kategori tinggi 6 orang (12.5), pada usia 24 tahun pada kategori rendah tidak ada, 7 orang (87.5%) pada kategori sedang dan kategori tinggi 1 orang (12.5).

**Tabel 6.** Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Berdasarkan Fakultas

<b>Fakultas</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Bahasa dan Seni	Rendah	0	0%
	Sedang	14	93.3%
	Tinggi	1	6.7 %
	Total	15	100%
Ekonomi dan Bisnis	Rendah	0	0%
	Sedang	24	92.3%
	Tinggi	2	7.7%
	Total	26	100%
Hukum	Rendah	0	0%
	Sedang	17	89.5%
	Tinggi	2	10.5%
	Total	19	100%
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	Rendah	0	0%
	Sedang	14	93.3%
	Tinggi	1	6.7%
	Total	15	100%
Kedokteran	Rendah	0	0%
	Sedang	3	100%
	Tinggi	0	0%
	Total	3	100%
Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Rendah	0	0%
	Sedang	1	100%



Fakultas	Kategori	Frekuensi	%
Pertanian	Tinggi	0	0%
	Total	1	100%
	Rendah	0	0%
	Sedang	5	100%
Teknik	Tinggi	0	0%
	Total	5	100%
	Rendah	0	5%
	Sedang	18	100%
Psikologi	Tinggi	0	0%
	Total	18	100%
	Rendah	0	0%
	Sedang	18	69.2%
Pertanian	Tinggi	8	30.8%
	Total	26	100%
	Rendah	0	0%
	Sedang	1	50%
	Tinggi	1	50%
	Total	2	100%

Distribusi kategori berdasarkan fakultas menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada dalam kategori sedang, dengan variasi pada kategori tinggi dan tidak adanya kategori rendah di sebagian besar fakultas. Pada Fakultas Bahasa dan Seni, Ekonomi dan Bisnis, Hukum, serta Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, seluruh responden berada dalam kategori sedang dengan persentase masing-masing 93.3%, 92.3%, 89.5%, dan 93.3%, sedangkan kategori tinggi berkisar antara 6.7%–10.5%. Fakultas Kedokteran, Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Pertanian, dan Teknik seluruhnya berada dalam kategori sedang (100%) tanpa adanya kategori rendah atau tinggi. Pada Fakultas Psikologi, 69.2% mahasiswa berada dalam kategori sedang, sementara 30.8% masuk dalam kategori tinggi. Di Fakultas Peternakan, distribusi kategori sedang dan tinggi masing-masing 50%, tanpa adanya kategori rendah.

Dengan demikian, mayoritas mahasiswa dari berbagai fakultas berada dalam kategori sedang, menunjukkan tingkat variabel penelitian yang relatif stabil di seluruh fakultas dengan sedikit variasi di kategori tinggi.

**Tabel 7.** Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Berdasarkan Stambuk

Stambuk	Kategori	Frekuensi	%
Stambuk 2019	Rendah	0	0%
	Sedang	27	100%
	Tinggi	0	0%
	Total	27	100%
Stambuk 2020	Rendah	0	0%
	Sedang	38	86.4%
	Tinggi	6	13.6%
	Total	44	100%
Stambuk 2021	Rendah	0	0%
	Sedang	50	84.7%
	Tinggi	9	15.3%
	Total	59	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel stres akademik, distribusi kategori berdasarkan stambuk menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam kategori sedang, tanpa adanya kategori rendah di seluruh stambuk. Pada stambuk 2019, seluruh responden (100%, 27 orang) berada dalam kategori sedang, tanpa adanya kategori rendah maupun tinggi. Pada stambuk 2020, sebanyak 86.4% (38 orang) masuk dalam kategori sedang, sementara 13.6% (6 orang) berada dalam kategori tinggi. Sementara itu, pada stambuk 2021, sebanyak 84.7% (50 orang) termasuk dalam kategori sedang, dan 15.3% (9 orang) berada dalam kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat stres akademik mahasiswa cenderung berada pada kategori sedang, dengan proporsi kategori tinggi yang meningkat pada stambuk yang lebih baru.

**Tabel 4.** Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Berdasarkan Bulan Mengerjakan Skripsi



Lama Penggerjaan	Kategori	Frekuensi	%
1 - 6 bulan	Rendah	0	0%
	Sedang	42	79.2%
	Tinggi	11	20.8 %
	Total	53	100%
07 - 12 bulan	Rendah	0	0%
	Sedang	28	93.3%
	Tinggi	2	6.7%
	Total	30	100%
13 - 18 bulan	Rendah	0	0%
	Sedang	15	88.2%
	Tinggi	2	11.8%
	Total	17	100%
19 - 24 bulan	Rendah	0	0%
	Sedang	30	100%
	Tinggi	0	0%
	Total	30	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel stres akademik berdasarkan lama penggerjaan skripsi, mayoritas responden berada dalam kategori sedang, tanpa adanya kategori rendah di seluruh kelompok waktu penggerjaan. Pada kelompok 1–6 bulan, sebanyak 79.2% (42 orang) masuk dalam kategori sedang, sementara 20.8% (11 orang) berada dalam kategori tinggi. Pada kelompok 7–12 bulan, 93.3% (28 orang) termasuk dalam kategori sedang, dan 6.7% (2 orang) berada dalam kategori tinggi. Sementara itu, pada kelompok 13–18 bulan, sebanyak 88.2% (15 orang) termasuk dalam kategori sedang, dan 11.8% (2 orang) berada dalam kategori tinggi. Pada kelompok 19–24 bulan, seluruh responden (100%, 30 orang) berada dalam kategori sedang, tanpa adanya kategori rendah maupun tinggi.

Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat stres akademik cenderung berada dalam kategori sedang, dengan kecenderungan meningkat ke kategori tinggi pada responden dengan durasi penggerjaan skripsi lebih singkat.

**Tabel 9. Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Berdasarkan Penggerjaan Skripsi Saat Ini**

Tahapan Penggerjaan	Kategori	Frekuensi	%
Belum seminar proposal	Rendah	0	0%
	Sedang	28	87.5%
	Tinggi	4	12.5 %
	Total	32	100%
Sudah seminar proposal	Rendah	0	0%
	Sedang	35	83.3%
	Tinggi	7	16.7%
	Total	42	100%
Belum seminar hasil	Rendah	0	0%
	Sedang	16	88.9%
	Tinggi	2	11.1%
	Total	18	100%
Sudah Seminar hasil	Rendah	0	0%
	Sedang	15	93.8%
	Tinggi	1	6.3%
	Total	16	100%
Menunggu sidang skripsi	Rendah	0	0%
	Sedang	21	95.5%
	Tinggi	1	4.5%
	Total	22	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel stres akademik berdasarkan status penggerjaan skripsi, seluruh subjek penelitian berada dalam kategori sedang dan tinggi, tanpa adanya kategori rendah. Pada kelompok belum seminar proposal, sebanyak 87.5% (28 orang) termasuk dalam kategori sedang, sementara 12.5% (4 orang) berada dalam kategori tinggi. Pada kelompok sudah seminar proposal, 83.3%



(35 orang) berada dalam kategori sedang, dan 16.7% (7 orang) masuk dalam kategori tinggi. Sementara itu, pada kelompok belum seminar hasil, 88.9% (16 orang) berada dalam kategori sedang, dan 11.1% (2 orang) dalam kategori tinggi. Pada kelompok sudah seminar hasil, 93.8% (15 orang) masuk dalam kategori sedang, sedangkan 6.3% (1 orang) berada dalam kategori tinggi. Pada kelompok menunggu sidang skripsi, mayoritas subjek berada dalam kategori sedang sebanyak 95.5% (21 orang), sementara 4.5% (1 orang) termasuk dalam kategori tinggi.

Hasil ini menunjukkan bahwa stres akademik cenderung berada dalam kategori sedang pada seluruh tahap pengerjaan skripsi, dengan tingkat stres tinggi lebih banyak ditemukan pada kelompok yang berada pada tahap awal penyusunan skripsi.

### Kategorisasi Variabel Stres Akademik

**Tabel 10.** Kategorisasi Stres Akademik Pada Subjek

No	Skor	Kategorisasi	Orang	%
1	X < 32	Rendah	7	5.4%
2	32 ≤ X < 48	Sedang	106	81.5%
3	48 ≤ X	tinggi	17	13.1%
Jumlah			130	100%

Berdasarkan kriteria kategorisasi stres akademik yang ada pada tabel diatas terlihat bahwa subjek yang memiliki stres akademik dalam kategorisasi rendah sebanyak 7 orang (5.4%) kategorisasi sedang sebanyak 106 orang (81.5%), dalam kategorisasi tinggi sebanyak 17 orang (13.1%).

**Tabel 11.** Kategorisasi Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kategorisasi	Orang	%
Perempuan	Rendah	4	9.5%
	Sedang	37	88.1%
	Tinggi	1	2.4%
	Jumlah	88	100%
Laki-laki	Rendah	3	3.4%
	Sedang	69	78.4%
	Tinggi	16	18.2%
	Jumlah	88	100%

Berdasarkan kategorisasi stress akademik berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel diatas bahwa jenis kelamin perempuan kategori rendah sebanyak 4 orang (9.5%), dalam kategorisasi sedang sebanyak 37 orang (88.1%), dalam kategorisasi tinggi sebanyak 1 orang (2.4%). Sedangkan pada jenis kelamin laki-laki dalam kategorisasi rendah sebanyak 3 orang (3.4%), sedang sebanyak 69 orang (78.4%), dan dalam kategorisasi tinggi ada sebanyak 16 orang (18.2%).

**Tabel 12.** Kategorisasi Stres Akademik Berdasarkan Usia

Usia	Kategori	Frekuensi	%
Usia 20 tahun	Rendah	0	0%
	Sedang	4	100%
	Tinggi	0	0.0 %
	Total	4	100%
Usia 21 tahun	Rendah	2	5.3%
	Sedang	31	81.6%
	Tinggi	5	13.2%
	Total	38	100%
Usia 22 tahun	Rendah	1	2.5%
	Sedang	32	80.0%
	Tinggi	7	5.7%
	Total	40	100%
Usia 23 tahun	Rendah	2	5.0%
	Sedang	33	82.5%
	Tinggi	5	12.5%
	Total	40	100%
Usia 24 tahun	Rendah	2	25.0%



Usia	Kategori	Frekuensi	%
	Sedang	6	75.0%
	Tinggi	0	0.0%
	Total	8	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel stres akademik berdasarkan usia, mayoritas subjek penelitian berada dalam kategori sedang, dengan sebagian kecil dalam kategori rendah dan tinggi. Pada usia 20 tahun, seluruh subjek (100%, 4 orang) berada dalam kategori sedang. Pada usia 21 tahun, sebanyak 5.3% (2 orang) berada dalam kategori rendah, 81.6% (31 orang) dalam kategori sedang, dan 13.2% (5 orang) dalam kategori tinggi. Pada usia 22 tahun, 2.5% (1 orang) masuk dalam kategori rendah, 80.0% (32 orang) dalam kategori sedang, dan 17.5% (7 orang) dalam kategori tinggi. Sementara itu, pada usia 23 tahun, 5.0% (2 orang) berada dalam kategori rendah, 82.5% (33 orang) dalam kategori sedang, dan 12.5% (5 orang) dalam kategori tinggi. Pada usia 24 tahun, 25.0% (2 orang) masuk dalam kategori rendah, dan 75.0% (6 orang) dalam kategori sedang, dengan tidak ada subjek dalam kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa stres akademik cenderung berada dalam kategori sedang di semua kelompok usia, dengan sedikit variasi pada kategori rendah dan tinggi.

**Tabel 13.** Kategorisasi Stres Akademik Berdasarkan Fakultas

Fakultas	Kategori	Frekuensi	%
Bahasa dan Seni	Rendah	0	0%
	Sedang	15	100%
	Tinggi	0	0.0 %
	Total	15	100%
Ekonomi dan Bisnis	Rendah	1	3.8%
	Sedang	25	96.2%
	Tinggi	0	0%
	Total	26	100%
Hukum	Rendah	1	5.3%
	Sedang	17	89.5%
	Tinggi	1	5.3%
	Total	19	100%
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	Rendah	1	6.7%
	Sedang	1	6.7%
	Tinggi	13	86.7%
	Total	15	100%
Kedokteran	Rendah	0	0%
	Sedang	2	66.7%
	Tinggi	1	33.3%
	Total	3	100%
Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Rendah	0	0%
	Sedang	1	100%
	Tinggi	0	0%
	Total	1	100%
Pertanian	Rendah	0	0%
	Sedang	5	100%
	Tinggi	0	0%
	Total	5	100%
Teknik	Rendah	0	5%
	Sedang	17	94.4%
	Tinggi	1	5.6%
	Total	18	100%
Psikologi	Rendah	3	11.5%
	Sedang	22	84.6%
	Tinggi	1	3.8%
	Total	26	100%
Peternakan	Rendah	1	50.0%
	Sedang	1	50.0%
	Tinggi	0	0%
	Total	2	100%



Berdasarkan hasil kategorisasi variabel stres akademik berdasarkan fakultas, mayoritas subjek penelitian berada dalam kategori sedang, dengan beberapa fakultas memiliki subjek dalam kategori rendah dan tinggi. Seluruh mahasiswa dari Fakultas Bahasa dan Seni (100%, 15 orang), Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (100%, 1 orang), serta Fakultas Pertanian (100%, 5 orang) berada dalam kategori sedang. Pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis, 3.8% (1 orang) masuk dalam kategori rendah, sementara 96.2% (25 orang) dalam kategori sedang. Fakultas Hukum memiliki 5.3% (1 orang) dalam kategori rendah, 89.5% (17 orang) dalam kategori sedang, dan 5.3% (1 orang) dalam kategori tinggi. Di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, 6.7% (1 orang) masuk kategori rendah, 6.7% (1 orang) dalam kategori sedang, dan mayoritas (86.7%, 13 orang) dalam kategori tinggi. Fakultas Kedokteran memiliki 66.7% (2 orang) dalam kategori sedang, dan 33.3% (1 orang) dalam kategori tinggi. Pada Fakultas Teknik, 94.4% (17 orang) berada dalam kategori sedang, sementara 5.6% (1 orang) masuk kategori tinggi. Fakultas Psikologi memiliki 11.5% (3 orang) dalam kategori rendah, 84.6% (22 orang) dalam kategori sedang, dan 3.8% (1 orang) dalam kategori tinggi. Terakhir, Fakultas Peternakan memiliki 50% (1 orang) dalam kategori rendah, serta 50% (1 orang) dalam kategori sedang, tanpa ada subjek dalam kategori tinggi.

Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa dari berbagai fakultas mengalami stres akademik dalam kategori sedang, dengan beberapa fakultas menunjukkan proporsi yang lebih tinggi dalam kategori rendah maupun tinggi.

**Tabel 14.** Kategorisasi Stres Akademik Berdasarkan Stambuk

Stambuk	Kategori	Frekuensi	%
Stambuk 2019	Rendah	0	0%
	Sedang	23	85.2%
	Tinggi	4	14.8 %
Total		27	100%
Stambuk 2020	Rendah	3	6,8%
	Sedang	35	39.8%
	Tinggi	6	13.6%
Total		44	100%
Stambuk 2021	Rendah	4	4.5%
	Sedang	48	81.4%
	Tinggi	7	11.9%
Total		59	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel stres akademik diketahui bahwa subjek pada stambuk 2019 pada kategori rendah tidak ada, sedang sebanyak 23 orang (85.2%) dan pada kategori tinggi sebanyak 4 orang (14.8%), pada stambuk 2020 terdapat 3 orang (6,8%) pada kategori rendah, 31 orang (81.6%) pada kategori sedang dan 35 orang (39.8%) pada kategori tinggi sebanyak 6 orang (13.6%), pada stambuk 2021 pada kategori rendah terdapat 4 orang (4.5%) , terdapat 48 orang (81.4%) pada kategori sedang dan pada kategori tinggi 7 orang (11.9%).

**Tabel 15.** Kategorisasi Stres Akademik Berdasarkan Bulan Menggerjakan Skripsi

Lama Penggerjaan	Kategori	Frekuensi	%
1-6 bulan	Rendah	4	7.5%
	Sedang	47	88.7%
	Tinggi	2	3.8 %
Total		4	100%
07-12 bulan	Rendah	1	3.3%
	Sedang	28	93.3%
	Tinggi	1	3.3%
Total		30	100%
13-18 bulan	Rendah	2	11.8%
	Sedang	15	88.2%
	Tinggi	0	0%
Total		17	100%
19-24 bulan	Rendah	0	0%
	Sedang	16	53.3%
	Tinggi	14	46.7%
Total		30	100%



Berdasarkan hasil kategorisasi variabel stres akademik diketahui bahwa subjek pada kategori belapa bulan mengerjakan skripsi, 1-6 bulan pada kategori rendah sebanyak 4 orang (75%), sedang sebanyak 47 orang (88.7%) dan pada kategori tinggi sebanyak 2 orang (3.8%), pada 7-12 bulan terdapat 1 orang (3,3%) pada kategori rendah, 28 orang (93,3%) pada kategori sedang 28 orang (93.3%) pada kategori tinggi sebanyak 1 orang (3.3%), pada 13-18 bulan pada kategori rendah terdapat 2 orang (11.8%) , terdapat 15 orang (88.2%) pada kategori sedang dan pada kategori tinggi tidak ada, pada 19-24 bulan pada kategori rendah tidak ada, terdapat 16 orang (53.3%) pada kategori sedang dan pada kategori tinggi 14 orang (46.7%).

**Tabel 16.** Kategorisasi Stres Akademik Berdasarkan Penggerjaan Skripsi Saat Ini

<b>Tahapan Pengerjaan</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Belum seminar proposal	Rendah	1	0%
	Sedang	29	87.5%
	Tinggi	2	12.5 %
	Total	32	100%
Sudah seminar proposal	Rendah	4	0%
	Sedang	38	83.3%
	Tinggi	0	16.7%
	Total	42	100%
Belum seminar hasil	Rendah	1	0%
	Sedang	17	88.9%
	Tinggi	0	11.1%
	Total	18	100%
Sudah Seminar hasil	Rendah	1	0%
	Sedang	0	93.8%
	Tinggi	15	6.3%
	Total	16	100%
Menunggu sidang skripsi	Rendah	0	0%
	Sedang	22	95.5%
	Tinggi	0	4.5%
	Total	22	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel stres akademik diketahui bahwa subjek pada kategori status penggerjaan skripsi, belum seminar proposal pada kategori rendah sebanyak 1 orang (3.1%), sedang sebanyak 29 orang (90.6%) dan pada kategori tinggi sebanyak 2 orang (6.3%), pada sudah seminar proposal terdapat 4 orang (9,5%) pada kategori rendah, 38 orang (90,5%) pada kategori sedang, pada kategori tinggi tidak ada, pada belum seminar hasil pada kategori rendah terdapat 1 orang (6.3%) , terdapat 17 orang (94.4%) pada kategori sedang dan pada kategori tinggi tidak ada, pada sudah seminar hasil pada kategori rendah sebanyak 1 orang (6.3%), pada kategori sedang tidak ada dan pada kategori tinggi 15 orang (93.8%), pada menunggu sidang skripsi pada kategori rendah tidak ada, pada kategori sedang sebanyak 22 orang dan pada kategori tinggi tidak ada.

## Uji Asumsi Klasik

### Uji Normalitas

**Tabel 17.** Hasil Uji Normalitas

<b>Variabel</b>	<b>Sig (2 tailed)</b>
Dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik	.000

Diketahui nilai signifikansi dari variabel dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik 0.000 yang berarti  $0.000 < 0.05$ , dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi tidak normal.

### Uji Linearitas

**Tabel 4.** Hasil Uji Linearitas

<b>Variabel</b>	<b>F</b>	<b>Sig</b>
Dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik	65.510	.000

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai koefisien  $F = 65.510$  dan signifikansi atau  $p$  yang diperoleh sebesar .000 atau  $p < 0.05$  pada skala dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua skala tersebut terdapat hubungan yang tidak linear.



## Uji Hipotesa

**Tabel 18.** Hasil Uji Hipotesa

Variabel	Spearman Correlation	Sig (2-tailed)	N
Dukungan sosial teman sebaya	0,137	0,12	130
Stres akademik			

Dari hasil analisis uji hipotesis diketahui nilai signifikan adalah 0.120 ( $p > 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditoak dan  $H_1$  diterima yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial teman sebaya dan stress akademik dengan nilai *Spearman Correlation* sebesar 0,137. Adapun klasifikasi dari nilai *Spearman Correlation* dapat dilihat pada tabel koefisien korelasi Rank Spearman berikut.

**Tabel 19.** Tabel Klasifikasi Nilai Koefisien Korelasi Rank *Spearman*

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,80-1,000	Sangat Kuat
0,60-0,799	Kuat
0,40-0,599	Cukup Kuat
0,20-0,399	rendah
0,00-0,199	Sangat rendah

## Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi dukungan sosial teman sebaya dan stress akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di universitas di universitas nommensen. Berdasarkan uji hipotesis menggunakan korelasi *spearman* menemukan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik yaitu dengan 0,137 dengan tingkat hubungan sangat rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa tidak semua dukungan sosial dapat mengurangi stres akademik secara signifikan. Misalnya, penelitian oleh Sarafino (2002) yang menunjukkan bahwa meskipun dukungan sosial dapat bertindak sebagai *buffer* terhadap stres, dalam beberapa kasus, pengaruhnya terbatas dan tergantung pada kualitas dukungan serta jenis stres yang dihadapi individu. Selain itu, penelitian oleh Young & McLeod (2001) juga menyatakan bahwa jenis dukungan yang diterima mempengaruhi apakah dukungan sosial dapat mengurangi stres akademik atau tidak. Dalam konteks ini, dukungan sosial dari teman sebaya mungkin tidak cukup kuat atau relevan untuk mengatasi stres akademik yang lebih bersifat praktis dan teknis.

Berdasarkan hasil kategorisasi responden berdasarkan jenis kelamin, ditemukan mahasiswa yang Menyusun skripsi ialah mahasiswa berjenis kelamin Perempuan sebanyak 112 orang (32.3%) dan berjenis kelamin Laki-laki 38 orang (67.7%).

Berdasarkan tabel usia dapat dilihat bahwa sampel dengan usia 20 tahun berjumlah 4 orang (3.1%), sampel dengan usia 21 tahun berjumlah 38 orang (29.2%), sampel dengan usia 22 tahun berjumlah 40 orang (30.8%), sampel dengan usia 23 tahun berjumlah 40 orang (30.8%) dan sampel dengan usia 24 tahun berjumlah 8 orang (6.2%). Berdasarkan kategori tinggi pada usia 22 tahun dan usia 23 tahun pada dewasa awal bahwasanya perjuangan skripsi sesuai tugas perkembangan adalah lebih mandiri dan kontribusi dukungan sosial teman sebaya tidak berdampak. Pada usia 22 dan usia 23 lingkungan pertemanan menjadi lebih sedikit dikarekan dibutuhkan konsentrasi dan kemandirian dalam Menyusun skripsi.

Berdasarkan data empirik pada variabel dukungan sosial diperoleh bahwa mean hipotetik dukungan sosial teman sebaya lebih rendah dari mean empirik ( $45 < 45.95$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya pada responden penelitian berada pada kategori tinggi. Pada skala stres akademik dapat dilihat bahwa mean hipotetik stres akademik lebih rendah dari mean empirik ( $40 < 41.32$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa stres akademik pada responden penelitian berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil subjek penelitian berdasarkan berapa bulan penggerjaan skripsi Berdasarkan tabel berapa bulan sudah mengerjakan skripsi dapat dilihat bahwa sampel dengan penggerjaan skripsi 1-6 bulan berjumlah 53 orang (40.8%), sampel dengan penggerjaan skripsi 7-12 bulan berjumlah 30 orang (23.1%), sampel dengan penggerjaan skripsi 13-18 bulan berjumlah 17 orang (13.1%), sampel dengan



pengerjaan skripsi 19-24 bulan berjumlah 30 orang (23.1%). Dapat disimpulkan bahwa pengerjaan skripsi dapat dilihat pengerjaan skripsi 1-6 bulan lebih tinggi dari yang lainnya.

Berdasarkan kategorisasi berapa bulan pengerjaan skripsi dapat dilihat bahwa sampel dengan belum seminar proposal berjumlah 32 orang (24.6%), sampel dengan sudah seminar proposal berjumlah 42 orang (32.3%), sampel dengan belum seminar hasil berjumlah 18 orang (13.8%), sampel dengan sudah seminar hasil berjumlah 16 orang (12.3%), sampel dengan menunggu sidang skripsi berjumlah 22 orang (16.9%). Dapat disimpulkan bahwa pengerjaan sudah seminar proposal lebih tinggi dari yang lainnya.

Pada penelitian sebelumnya terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik dan peneliti menolak adanya hubungan karena berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti bahwasannya tidak ada hubungan dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di hkbp nommensen medan, hal ini juga dikarenakan mahasiswa yang lebih mandiri mengerjakan skripsi dengan manajemen waktu dengan sebaiknya

Young & McLeod (2001) juga menyatakan bahwa jenis dukungan yang diterima mempengaruhi apakah dukungan sosial dapat mengurangi stres akademik atau tidak. Dalam konteks ini, dukungan sosial dari teman sebaya mungkin tidak cukup kuat atau relevan untuk mengatasi stres akademik yang lebih bersifat praktis dan teknis. Young & McLeod (2001) menunjukkan bahwa kualitas dukungan sosial yang diterima dapat mempengaruhi tingkat stres yang dialami. Dukungan sosial yang bersifat emosional, seperti memberikan semangat atau perhatian, mungkin tidak cukup efektif dalam mengatasi stres akademik yang berhubungan dengan tugas yang berat atau masalah teknis dalam penyusunan skripsi. Oleh karena itu, meskipun mahasiswa mungkin merasa didukung secara emosional oleh teman sebaya, dukungan tersebut tidak cukup untuk mengurangi tingkat stres yang mereka alami.

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan judul penelitian Hubungan antara persepsi dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di universitas nommensen, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan social teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa .
2. Berdasarkan data empirik pada variabel dukungan sosial diperoleh bahwa mean hipotetik dukungan sosial teman sebaya lebih rendah dari mean empirik ( $45 < 45.95$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya pada responden penelitian berada pada kategori tinggi. Pada skala stres akademik dapat dilihat bahwa mean hipotetik stres akademik lebih rendah dari mean empirik ( $40 < 41.32$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa stres akademik pada responden penelitian berada pada kategori tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Fitri, S. S. (2013). *The Relationship Between Peer Social Support and Adolescent Self-Identity at the Sinar Melati Orphanage* (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Alvin. (2007). *Handling Study Stress: Panduan agar Anda Bisa Belajar bersama Anak-anak Anda*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40–47.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 5(3), 143–148.
- Basith, A., & Rahmawati, I. (2021). Kontribusi Penyesuaian Diri Sebagai Alternatif Penurunan Stres Belajar Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *FENOMENA*, 13(2), 235–260.
- Cohen, S., & McKay. (1984). Measuring The Functional Components of Social Support. *Social Support: Theory, Research and Applications*, 73–94.
- Dony, D., Sagita, Daharnis, D., & Syahniar, s. (2017). Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik, dan Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 1(2), 37–72.
- Drajat, E. K. (2022). Pengaruh Metode Pembelajaran Online Terhadap Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 8(1).



- Fairbrother, K., & Warn, J. (2004). Workplace Dimensions, Stress and Job Satisfaction. *Managerial Psychol*, 18(1), 8–21.
- Fara, O. P. (2022). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stress Akademik Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Di Universitas Semarang* (Skripsi). Universitas Islam Sultan Agung, Semarang.
- Faulkner, A. (2013). *Mental health peer support in England: Piecing together the jigsaw*. London.
- Febrianti, N. R., & Surur, N. (2023). Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Siswa. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 7(1), 1–8.
- Gadzella, B. M., Baloglu, M., Masten, W. G., & Wang, Q. (2012). Evaluation of the student life-stress inventory-revised. *Journal of Instructional Psychology*, 39(2).
- Giyarto, G., & Uyun, Z. (2018). *Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta Dalam Menggerjakan Skripsi* (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Gunawati, R. S., & Listiara, A. (2006). Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa. dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 3(2), 93–115.
- Hartono, D. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan: Psikologi*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Hasanah, U. (2017). Hubungan antara stres dengan strategi coping mahasiswa tahun pertama akademi keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 2(1), 16–20.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Indah, I. (2019). Hubungan antara kesabaran dengan stres akademik pada mahasiswa di pekanbaru. *An-Nafs*, 13(01), 21–34.
- Iswidharmanjaya. (2006). *Membuat Skripsi Dengan Open Office*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)* (5 ed.). Jakarta: Pusat Bahasa Kementerian Pendidikan Nasional.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19–28.
- Kuntjoro, S. (2002). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Situasional, Budaya Organisasi dan Komitmen Organisasi Terhadap Kinerja Pegawai. *Celebes Equilibrium Journal*, 1(02), 1–11.
- Lailatul, R. (2013). *Hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas unggulan* (Skripsi). Universitas Negeri Surabaya, Surabaya.
- Martha, E., Alifta, & Fenindra, A. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Selama Masa Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa Program Ekstensi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(1), 1–2.
- Mead, S., Hilton, D., & Curtis, L. (2001). Peer Support -A Theoretical Perspective. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(02), 134–141.
- Nadya, W. N., Rini, A. P., Rina, A. P., & Pratitis, N. (2023). Psychological well-being korban pelecehan seksual: Menguji peranan resiliensi dan dukungan sosial. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(2), 312–322.
- Nur, U. N. A. (2022). *Pengaruh Kesepian dan Kecerdasan Emosional Terhadap Penyesuaian Psikologis Mahasiswa* (Skripsi). Universitas Mercu Buana, Jakarta.
- Papilaya, J. O., & Huliselan, N. (2016). Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 56–63.
- Pittara. (2022). Stres, Gejala, Penyebab, dan Cara Mengobati.
- Purwati, M., & Rahmandani, A. (2020). Hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa teknik perencanaan wilayah dan kota Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 456–466.
- Puspita, B. K., & Kumalasari, D. (2022). Prokrastinasi dan stres akademik mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 79–87.
- Putri, D. R. (2016). Peran dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja awal. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 12–22.



- Rahakratat, B., Wuisang, M., & Tendean, A. F. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Keperawatan Unklab. *Klabat Journal of Nursing*, 3(2), 10–16.
- Rahmawan, F. R., & Selviana, S. (2021). Hubungan Adversity Quotient dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa yang Menyelesaikan Skripsi. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 5(1), 1–9.
- Rayle, A. D., & Chung, K.-Y. (2007). Revisiting first-year college students' mattering: Social support, academic stress, and the mattering experience. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 9(1), 21–37.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescent- Perkembangan Remaja* (6 ed.). Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2014). *Psikologi Pendidikan* (5 ed., Vol. 1). Jakarta: Salemba Humanika.
- Sarafino, & Smith. (2014). *Health psychology: biopsychosocial interactions* (5 ed.). New Jersey: John Wiley and Sons Inc.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Widodo, A. (2011). *Hubungan Persepsi Mengenai Dukungan Sosial dengan Burnout pada Perawat Unit Gawat Darurat Rumah Sakit Bhayangkara Tulungagung* (Skripsi). Universitas Negeri Surabaya, Surabaya.
- Yasin, A. S., & Dzulkifli, M. A. (2010). The Relationship Between Social Support And Psychological Problems Among Students. *International Journal Business and Social Science*, 1(3).

