

Nomor: 073/BK/08/S/2023

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES  
AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

**SKRIPSI**

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan dalam Bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling



oleh  
Siti Ajeng Tasya Ayu Rusliati  
1909066

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2023**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SITI AJENG TASYA AYU RUSLIATI  
NIM 1909066**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK  
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

**disetujui dan disahkan oleh:**

**Pembimbing Skripsi I**



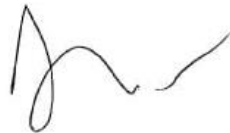
Dr. Ilfiandra, M.Pd.  
NIP 19721124 199903 1 003

**Pembimbing Skripsi II**



Dr. Iqah Saripah, M.Pd.  
NIP 19771014 200112 2 001

**Mengetahui,  
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Indonesia**



Prof. Dr. Achmad Juntika Nurihsan, M.Pd.  
NIP 19660601 199103 1 005

# **HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

oleh  
Siti Ajeng Tasya Ayu Rusliati

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana  
Pendidikan dalam Bidang Bimbingan dan Konseling

© Siti Ajeng Tasya Ayu Rusliati  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Agustus 2023

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak  
ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini, saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau terdapat klaim dari pihak lain terhadap keaslian saya.

Bandung, 21 Agustus 2023



Siti Ajeng Tasya Ayu Rusliati  
NIM 1909066

## ABSTRAK

Hampir seluruh mahasiswa tingkat akhir cenderung dan rentan mengalami stres akademik, namun hanya intensitas stresnya saja yang berbeda. Dengan itu, tentunya diperlukan adanya penanggulangan agar fungsi pribadi dan performa akademiknya tidak terganggu. Salah satu faktor yang dianggap dapat menanggulangi stres akademik yang dirasakan mahasiswa adalah dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Subjek penelitian melibatkan 278 sampel mahasiswa S1 tingkat akhir Angkatan 2019 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, yang ditentukan dengan menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Pendekatan yang digunakan yaitu kuantitatif, dengan metode pengumpulan data dalam bentuk kuesioner berdasarkan skala dukungan sosial (MSPSS) dan stres akademik (SLSI). Analisis data menggunakan korelasi *Spearman's Rho* dengan bantuan SPSS versi 22 *for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $r = -0,162$  dengan signifikansi  $p = 0,003$  yang berarti dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir Angkatan 2019 Fakultas Ilmu Pendidikan Indonesia Universitas Pendidikan Indonesia. Rekomendasi dalam penelitian diberikan kepada beberapa pihak seperti kepada dosen pembimbing untuk senantiasa memberikan dukungan sosial kepada mahasiswa dalam bentuk dukungan emosional, nyata, dan informasi, serta peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian dengan mempertimbangkan subjek penelitian secara merata dan meneliti hubungan dengan faktor lain yang berkaitan dengan stres akademik, khususnya faktor internal.

Kata kunci: Stres Akademik, Dukungan Sosial, Mahasiswa Tingkat Akhir

## **ABSTRACT**

*Almost all final-year undergraduate students tend and are prone to experiencing academic stress, but only the stress intensity is different. With that, of course, it is necessary to have countermeasures so that personal function and academic performance are not disturbed. One of the factors considered to be able to overcome academic stress felt by students is social support. This study aims to determine the relationship between social support and academic stress in final-year undergraduate students. The research subjects involved 278 samples of undergraduate students in the final year of the Class of 2019, Faculty of Educational Science, Universitas Pendidikan Indonesia, which were determined using a non-probability sampling technique with a purposive sampling method. The approach used is quantitative, with data collection methods in the form of a questionnaire based on the scale of social support (MSPSS) and academic stress (SLSI). Data analysis used Spearman's Rho correlation with the help of SPSS version 22 for Windows. The results of the study showed that  $r = -0.162$  with a significance of  $p = 0.003$ , which means that it can be concluded that there is a negative and significant relationship between social end support and academic stress in class 2019 students of the Faculty of Educational Science, Universitas Pendidikan Indonesia. Recommendations in research are given to several parties such as supervisor to always provide social support to final-year undergraduate students in the form of emotional, real, and informational support, as well as future researchers to develop research by considering research subjects equally and examining relationships with other factors related to academic stress, especially internal factors.*

*Keywords: Academic Stress, Social Support, Final Year Undergraduate Students*

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt. atas karunia, rahmat, serta nikmat-Nya yang telah diberikan. Sehingga, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir” sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bidang Keilmuan Bimbingan dan Konseling. Tidak lupa shalawat serta salam senantiasa tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad saw beserta keluarga dan para sahabatnya.

Stres akademik merupakan hal yang sering terjadi pada mahasiswa. Stres akademik merupakan tekanan berlebih dibandingkan dengan kapasitas yang dimiliki dan bersumber dari akademik. Faktor eksternal berupa dukungan sosial merupakan salah satu yang sering dianggap dapat meminimalisir stres akademik pada mahasiswa. Berkaitan dengan adanya permasalahan sebelumnya, topik dalam skripsi ini penting dikaji untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Dengan itu, penulisan skripsi ini ditujukan untuk memberikan gambaran kesimpulan dan saran bagi pihak terkait dalam membantu mahasiswa agar perkembangannya berkaitan dengan akademik tidak terganggu.

Pada penyusunan skripsi, penulis menyadari bahwa penelitian ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca sebagai bahan perbaikan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan memberikan kontribusi untuk berbagai pihak khususnya bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling di masa yang akan datang.

Bandung, 21 Agustus 2023



Siti Ajeng Tasya Ayu Rusliati  
NIM 1909066

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah Swt. atas rahmat, karunia, dan kuasa-Nya penulis mendapatkan kesempatan untuk mengenyam pendidikan di Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia. Proses penyelesaian studi dan penulisan skripsi melibatkan berbagai pihak yang telah mengorbankan waktu, pikiran, emosional, dan finansial. Berkaitan dengan hal tersebut, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ilfiandra, M.Pd. selaku Pembimbing I sekaligus Dosen Pembimbing Akademik yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, serta mendorong penulis selama proses penyelesaian penelitian dan penulisan skripsi.
2. Dr. Ipah Saripah, M.Pd. selaku Pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktu untuk memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan kepada penulis selama proses menyelesaikan penelitian dan penulisan skripsi.
3. Prof. Juntika Nurihsan M.Pd. selaku Ketua Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd. selaku Dosen Statistika yang telah meluangkan waktu untuk membantu mengolah dan menginterpretasikan data penelitian skripsi.
5. Seluruh Dosen Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling yang telah tulus mendidik, membimbing, dan memberikan pengajaran kepada penulis selama masa perkuliahan.
6. Staf Administrasi Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling yang telah banyak membantu dalam memberikan berbagai informasi dan kemudahan administrasi.
7. Seluruh responden penelitian mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia yang telah bersedia untuk meluangkan waktunya dan berpartisipasi dalam proses pelaksanaan penelitian.



8. Kedua orang tua tercinta, Bapak Endi Rusli Sungkawa (alm) dan Ibu Ati Sundayati, serta saudara penulis Intan Ayu Pratiwi, Muhamad Vidia Adhiyaksa, dan Mochamad Selo Adhiwicaksana yang senantiasa memberikan dukungan dan kasih sayang tiada henti. Terima kasih atas perjuangan, pengorbanan, dan doa yang diberikan untuk mengantarkan penulis menyelesaikan studi.
9. Sahabat dan teman seperjuangan Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019 khususnya Citra Khoirun Nisa, Elva Nurpadillah, Muhamad Fathur Nur Rahman, Valya Salsabilla, dan Recita Widyan Morteza yang telah menemani bertumbuh dan berproses selama masa perkuliahan dari awal hingga penyusunan skripsi.
10. Semua pihak terlibat yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam penulisan dan penyelesaian skripsi ini.

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis selama masa perkuliahan hingga selesainya penulisan skripsi. Semoga segala bantuan dari berbagai pihak menjadi amal baik dan mendapat balasan dari Allah Swt.

Bandung, 21 Agustus 2023



Siti Ajeng Tasya Ayu Rusliati  
NIM 1909066

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN .....	i
ABSTRAK .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.5 Struktur Organisasi Skripsi .....	7
BAB II KONSEP TEORI STRES AKADEMIK DAN DUKUNGAN SOSIAL....	9
2.1 Konsep Dasar Stres Akademik .....	9
2.1.1 Definisi Stres .....	9
2.1.2 Definisi Stres Akademik.....	13
2.1.3 Jenis-jenis Stres Akademik.....	15
2.1.4 Aspek-aspek Stres Akademik .....	16
2.1.5 Faktor yang Memengaruhi Stres Akademik .....	20
2.2 Konsep Dasar Dukungan Sosial.....	28
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial .....	28
2.2.2 Bentuk Dukungan Sosial .....	29
2.2.3 Dimensi Dukungan Sosial .....	31
2.2.4 Manfaat Dukungan Sosial.....	33
2.2.5 Faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial .....	33
2.3 Pengukuran.....	35
2.4 Posisi Teoretis Penelitian .....	40
2.5 Hipotesis Penelitian.....	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	42
3.1 Desain Penelitian.....	42
3.2 Partisipan.....	42
3.3 Instrumen Penelitian .....	45
3.3.1 Variabel Penelitian.....	45
3.3.2 Definisi Operasional Variabel .....	46
3.3.3 Kisi-kisi Instrumen Penelitian .....	47
3.3.4 Uji Validitas .....	48
3.3.5 Uji Reliabilitas .....	50
3.3.6 Kisi-kisi Instrumen setelah Uji Coba.....	51
3.4 Prosedur Penelitian .....	52
3.5 Analisis Data .....	53
3.5.1 Verifikasi Data.....	53

3.5.2	Penskoran Data .....	53
3.5.3	Uji Perbandingan .....	54
3.5.4	Uji Korelasi.....	54
3.5.5	Uji Hipotesis .....	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		57
4.1	Gambaran Umum Dukungan Sosial dan Stres Akademik Berdasarkan Program Studi dan Jenis Kelamin .....	57
4.2	Gambaran Kecenderungan Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir FIP UPI Angkatan 2019.....	60
4.3	Gambaran Kecenderungan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2019 FIP UPI berdasarkan Aspek .....	65
4.4	Gambaran Kecenderungan Dukungan Sosial Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2019 FIP UPI.....	70
4.5	Gambaran Kecenderungan Dukungan Sosial Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2019 FIP UPI berdasarkan Aspek .....	74
4.6	Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2019 FIP UPI.....	79
4.7	Keterbatasan Penelitian.....	85
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI .....		86
5.1	Simpulan .....	86
5.2	Rekomendasi.....	87
DAFTAR PUSTAKA .....		89
LAMPIRAN.....		99

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Jumlah Mahasiswa Aktif Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Angkatan 2019 .....	43
Tabel 3.2	Distribusi Sampel Setiap Prodi .....	44
Tabel 3.3	Kisi-kisi Instrumen Stres Akademik .....	47
Tabel 3.4	Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial .....	48
Tabel 3.5	Kategori Nilai Validitas .....	48
Tabel 3.6	Butir Item Hasil Uji Validitas Instrumen Stres Akademik .....	49
Tabel 3.7	Butir Item Hasil Uji Validitas Instrumen Dukungan Sosial .....	50
Tabel 3.8	Kriteria Nilai Reliabilitas .....	50
Tabel 3.9	Hasil Uji Reliabilitas .....	51
Tabel 3.10	Kisi-kisi Instrumen Stres Akademik Setelah Uji Coba.....	51
Tabel 3.11	Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial Setelah Uji Coba.....	52
Tabel 3.12	Rincian Skor Instrumen Stres Akademik.....	53
Tabel 3.13	Rincian Skor Instrumen Dukungan Sosial.....	54
Tabel 4.1	Gambaran Umum Tingkat Stres Akademik berdasarkan Program Studi.....	58
Tabel 4.2	Gambaran Umum Tingkat Dukungan Sosial berdasarkan Program Studi .....	58
Tabel 4.3	Gambaran Umum Dukungan Sosial dan Stres Akademik berdasarkan Jenis Kelamin.....	59
Tabel 4.4	Gambaran Kecenderungan Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir FIP UPI Angkatan 2019 berdasarkan Banyaknya Item yang Dipilih .....	61
Tabel 4.5	Gambaran Kecenderungan Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2019 FIP UPI berdasarkan berdasarkan Aspek dan Banyaknya Item yang Dipilih .....	65
Tabel 4.6	Gambaran Kecenderungan Dukungan Sosial Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2019 FIP UPI berdasarkan Banyaknya Item yang Dipilih .....	71
Tabel 4.7	Gambaran Kecenderungan Aspek Dukungan Sosial Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2019 FIP UPI berdasarkan Banyaknya Item yang Dipilih .....	75
Tabel 4.8	Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial dengan Stres Akademik .....	80

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Administrasi Peneliti .....	100
1. 1 Surat Keterangan Pengangkatan Dosen.....	100
1. 2 Surat Izin Melakukan Penelitian .....	101
1. 3 Surat Telah Melaksanakan Penelitian .....	102
1. 4 Lembar Bimbingan Skripsi .....	103
1. 5 Surat Pernyataan Persetujuan Peminjaman Instrumen.....	107
1. 6 Surat Rekomendasi Uji Plagiarisme .....	108
1. 7 Surat Rekomendasi Ujian Sidang .....	109
Lampiran 2 Instrumen Penelitian .....	109
2. 1 Instrumen Stres Akademik.....	109
2. 2 Instrumen Dukungan Sosial .....	111
Lampiran 3 Hasil Olah Data Penelitian.....	113
3. 1 Data Responden .....	113
3. 2 Uji Validitas .....	146
3. 3 Uji Reliabilitas .....	153
3. 4 Uji Kruskal Wallis .....	154
3. 5 Uji Mann Whitney .....	155
3. 6 Uji Korelasi .....	156
Lampiran 4 Riwayat Hidup.....	157
4. 1 Riwayat Hidup Penulis.....	157

## DAFTAR PUSTAKA

- Abuhamdah, S., Naser, A. Y., Abdelwahab, G. M., & AlQatawneh, A. (2021). The prevalence of mental distress and social support among University Students in Jordan: a Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), 11622.
- Agolla, J.E, & Ongori, H. (2009). An assasment of academic stress among undergraduate student. *Academic Journal, Educational research and review*, 4 (2), 063-067.
- Aihie, O. N., & Ohanaka, B. I. (2019). Perceived academic stress among undergraduate students in a Nigerian University. *Journal of Educational and Social Research*, 9(2), 56. doi: 10.2478/jesr-2019-0013
- Alimah, C., & Khoirunnisa, N. R. (2012). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1).
- Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D., & Wadman, R. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(4), 484-496.
- Ambarwati et al. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. doi: <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *J. Clin. Psychol*, 61, 1–20.
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri. *Jurnal Widya Warta*, 2, 255-271.
- Aryani, F. (2016). *Stres Belajar "Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling"*. Makassar: Edukasi Mitra Grafika, 12-13.
- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (studi fenomenologis pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP). *Jurnal Psikologi Undip*, 12(1), 1-13.
- Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara hardiness dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi covid 19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 212-223.
- Barani, S. G., & Salamor, J. M. (2022). Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi Di Universitas Hein Namotemo. *Leleani: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 35-40.

- Bartlett, D. (1998). *Stress: Perspectives and processes*. Philadelphia, USA: Open University Press.
- Bastaman, H. (2007). *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup Dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Bataineh, M. Z. (2013). Academic stress among undergraduate students: the case of education faculty at King Saud University. *International interdisciplinary journal of education*, 1(1033), 1-7.
- Busari, A. O. (2014). Academic stress among undergraduate students: Measuring the Effects of Stress Inoculation Techniques. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(27), 599–609. doi: <https://doi.org/10.5901/mjss.2014.v5n27p599>
- Candiawan, A. W. (2021). *Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa dan Implikasinya Pada Layanan Bimbingan Pribadi Studi deskriptif terhadap Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling S-1 angkatan 2018 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia*. (Doctoral dissertation). Universitas Pendidikan Indonesia.
- Chaplin, J.P. (1997). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Cohen, A. N., Hammen, C., Henry, R. M., & Daley, S. E. (2004). Effects of stress and social support on recurrence in bipolar disorder. *Journal of affective disorders*, 82(1), 143-147.
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99–125. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1983.tb02325.x>
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). *Social support and health*. New York: Academic Press.
- Cranwell-Ward, J. (1990). *Thriving on Stress*. London: Routledge.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research 4th ed*. Pearson.
- Cutrona, C. E., & Gardner, K. A. (2004). Social support In Encyclopedia of Health Psychology. *Kluwer Academic/Plenum Publishers*. doi: <https://doi.org/10.1007/978-0-387-22557-9>
- Dambi, JM, Corten, L., Chiwaridzo, M., Jack, H., Mlambo, T., dan Jelsma, J. (2018). Tinjauan sistematis tentang sifat psikometrik dari terjemahan lintas budaya dan adaptasi dari Skala Dukungan Sosial Multidimensi yang Dirasakan (MSPSS). *Health and quality of life outcomes*, 16(1), 1-19. doi: [10.1186/s12955-018-0912-0](https://doi.org/10.1186/s12955-018-0912-0)

- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik; Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak, Usia SD, SMP, dan SMA*. Bandung: Resmaja Rosdakarya.
- Estiane, U. (2015). Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(1), 29-40.
- Evianty, A. (1997). *Stres, dukungan sosial, dan hubungan antara keduanya pada manajer madya pria*. (Skripsi).
- Faqih, M. F. (2020). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa Malang yang bekerja*. (Doctoral dissertation). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Feldman, R.S. (2012). *Pengantar Psikologi: Understanding Psychology edisi 10*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ferdiyanto, F., & Muhid, A. (2020). Stres akademik pada siswa: Menguji peranan iklim kelas dan school well-being. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 140-156. doi: <https://doi.org/10.30996/persona.v9i.3523>
- Friedman, M. M. (2013). *Buku Ajar Keperawatan keluarga : Riset, Teori, dan Praktek (5th ed.)*. Jakarta: EGC.
- Gadzella, B. M. (1991). Differences. Between men and women on stress producers and coping strategies. *Psychological reports*, 69(2), 561-562. doi: <https://doi.org/10.2466%2Fpr0.1991.69.2.561>
- Gadzella, B. M. (1994). Student-life stress inventory: Identification of and reactions to stressors. *Psychological reports*, 74(2), 395-402.
- Gadzella, B. M., & Baloglu, M. (2001). Confirmatory factor analysis and internal consistency of the Student-life Stress Inventory. *Journal of Instructional Psychology*, 28(2), 84-84.
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An analysis categories in the student-life stress inventory. *American Journal of Psychological Research*, 1(1), 1-10.
- 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).
- Hamdan-Mansour, A. M., & Dawani, H. A. (2008). Social support and stress among university students in Jordan. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 6, 442-450.
- Hamzah, B., & Hamzah, R. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa stikes graha medika. *Indonesian Journal*



for *Health Sciences*, 4 (2), 59-67. doi:  
<http://dx.doi.org/10.24269/ijhs.v4i2.2641>

- Hariza, A. (2021). *Pengaruh perceived social support terhadap self esteem mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi*. (Doctoral dissertation). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, F. (2018). Hubungan antara amanah dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 101-116. doi: 10.21580/pjpp.v3i1.2214
- Hidayat, E., & Darmawanti, I. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8 (9),166-178.
- Hinkle, L. E. (1974). The concept of stress in the biological and social sciences. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 5(4), 335-357. doi: 10.2190/91dk-nkad-1xp0-y4rg
- House, J. S. (1981). *Work Stress and social support*. MA: Addison-Wesley.
- House, J. S. (1989). *Social Relationship and Health: Theory, Evidence and Implications for Public Health Policy*. University of Michigan, Institute for Social Research.
- Jannah, S. M., & Widodo, P. B. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran jarak jauh akibat covid-19. *Jurnal empati*.
- Jeffrey, S., Nevid. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Jemmott, J. B., & Magloire, K. (1988). Academic stress, social support, and secretory immunoglobulin A. *Journal of personality and social psychology*, 55(5), 803. doi: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.55.5.803>
- Johnson, D. W & Johnson, F. P. (1991). *Joining Together Group Theory and Group Skill Fourth Edition*. New York: Prentice Hall International.
- Khaq, A. A., dkk. (2014). Analisis Hubungan Antara Efikasi Diri Pada Stres Melalui Dukungan Sosial Sebagai Variabel Moderasi (Studi Pada Mahasiswa Unnes Fakultas Ekonomi Jurusan Manajemen Angkatan 2011). *Jurnal: Dimensi*, 4.
- Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8 (2), 160-170.

- Khuram, W., Wang, Y., & Khalid, A. (2021). Moderating Impact of Positive Emotion between Academic Stress, and Academic Performance of Students: A Conceptual Framework. *Proceedings of INTCESS (8th)*.
- Kountul, Y. P., Kolibu, F. K., & Korompis, G. E. (2018). Hubungan jenis kelamin dan pengaruh teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas sam ratulangi Manado. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 7(5).
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- Laksmi, O. D., Chung, M. H., Liao, Y. M., & Chang, P. C. (2020). Multidimensional Scale of Perceived Social Support in Indonesian adolescent disaster survivors: A psychometric evaluation. *PLoS One*, 15(3). doi: 10.1371/journal.pone.0229958
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company, 135.
- Lyon, B. L. (2012). *Stress, coping, and health*. In Rice, H. V. (Eds.) *Handbook of stress, coping and health: Implications for nursing research, theory, and practice*, 3-23. USA: Sage Publication, Inc.
- Majrika, R. Y. (2018). *Hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada remaja SMA di SMA Yogyakarta*. (Skripsi). Fakultas Psikologi dan Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.
- Maisa, E. A., Andrial, A., Murni, D., & Sidaria, S. (2021). Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Program Alih Jenjang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 438-444.
- Marhamah, F., & binti Hamzah, H. (2017). The relationship between social support and academic stress among first year students at syiah kuala university. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1).
- McLean, L., Gaul, D., & Penco, R. (2022). Perceived social support and stress: a study of 1st year students in Ireland. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-21. doi: <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00710-z>
- Munir, T., Shafiq, S., Ahmad, Z., & Khan, S. (2015). Impact of loneliness and academic stress on psychological well being among college students. *Academic Research International*, 6(2), 343.

- Oktavia, W. K., Fitroh, R., Wulandari, H., & Feliana, F. (2019). Faktor-faktor yang memengaruhi stres akademik. *In Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 142-149.
- O'Neill, M., Yoder Slater, G., & Batt, D. (2019). Socialwork student self-care and academic stress. *Journal of Social Work Education*, 55(1), 141-152.
- Pajarianto, H., Kadir, A., Galugu, N., Sari, P., dan Februanti, S. (2020). Study From Home In The Middle Of The COVID-19 Pandemic: Analysis Of Religiosity, Teacher, and Parents Support Against Academic Stress. *Journal of Talent Development and Excellence*, 12(2): 1791–1807.
- Pragholapati, A., Suparto, T. A., Puspita, A. P. W., & Sulastri, A. (2021). Indonesian adaptation of the Student-Life Stress Inventory: Psychometric properties and factor structure. *Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(3), 36-47.
- Peer, J. W., Hillman, S. B., & Van Hoet, E. (2015). The effects of stress on the lives of emerging adult college students: An exploratory analysis. *Adultspan Journal*, 14(2), 90-99.
- Pluut, H., Curşeu, P. L., & Fodor, O. C. (2022). Development and validation of a short measure of emotional, physical, and behavioral Markers of Eustress and Distress (MEDS). *In Healthcare*, 10 (2), 339. doi: <https://doi.org/10.3390/healthcare10020339>
- Poole, J. C. (2019). Coping with Distal and Proximal Stressors: A Transactional Model of Stress Among First-Year Undergraduate Students. *Arts*.
- Poon, W. C., Lee, C. K. C., & Ong, T. P. (2012). Undergraduates' perception on causes, coping and outcomes of academic stress: Its foresight implications to university administration. *International Journal of Foresight and Innovation Policy*, 8(4), 379-403.
- Poots, A., & Cassidy, T. (2020). Academic expectation, self-compassion, psychological capital, social support and student wellbeing. *International Journal of Educational Research*, 99, 101506. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2019.101506>
- Pramanasari, S. F. (2019). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kematangan karier mahasiswa perantau. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(8), 542-555.
- 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.

- Quincho, F. S., Rodríguez Galán, D. B., Farfán Pimentel, J. F., Yolanda Josefina, H. F., Arenas, R. D., Crispín, R. L., & Navarro, E. R. (2021). Academic Stress in University Students: Systematic Review. *Ilkogretim Online*, 20(5).
- Rahmawati, W. K. (2017). Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Menangani Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Indonesia*, 2.
- 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.
- Rahmawati, I., Farida, P., & Nurhalimah. (2014). Sumber Stress Akademik dan Pengaruhnya Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Keperawatan DKI Jakarta. *Jurnal Keperawatan*, 2 (3), 72–84.
- Ramachandiran, M., & Dhanapal, S. (2018). Academic Stress Among University Students: A Quantitative Study of Generation Y and Z's Perception. *Pertanika Journal of Social Sciences & Humanities*, 26(3).
- Ramli, N. H., Alavi, M., Mehrinezhad, S. A., & Ahmadi, A. (2018). Academic stress and self-regulation among university students in Malaysia: Mediator role of mindfulness. *Behavioral Sciences*, 8(1), 12. Doi: <https://doi.org/10.3390/bs8010012>
- Reeve, K. L., Shumaker, C. J., Yearwood, E. L., Crowell, N. A., & Riley, J. B. (2013). Perceived stress and social support in undergraduate nursing students' educational experiences. *Nurse education today*, 33(4), 419-424. doi: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2012.11.009>
- Refri, F.M., Syafitri, N., Putri, S.A., & Nashori, F. (2021). Tawakal dan stres akademik Mahasiswa pada mahasiswa yang mengikuti kuliah secara daring. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1).
- Renk, K., & Smith, T. (2007). Predictors of academic-related stress in college students: An examination of coping, social support, parenting, and anxiety. *Naspa Journal*, 44(3), 405-431. doi: <https://doi.org/10.2202/1949-6605.1829>
- Rizkia, S. R. (2017). Analisis Perbandingan Kehilangan Prategang Akibat Metode Stressing Satu Arah dan Dua Arah Pada Jembatan Beton Prategang.
- Rosyidah, I. (2020). Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa program studi ilmu keperawatan fakultas keperawatan unhas. *Jurnal ABDI (Sosial, Budaya dan Sains)*, 2(1).
- Rumbrar, D. M. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Papua Program PKP3N Di Universitas Kristen Satya Wacana. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(3), 446-451. doi: <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i3.40878>

- Sabirova, R. S., Umurkulova, M. M., & Kuo, B. C. (2020). Academic stress at different years of study, 4 (100), 71-78. doi: 10.31489/2020Ped4/71-78
- Safitri, R. I., & Dewi, D. K. (2020). Perbedaan Perceived Academic Stress Ditinjau Dari Tahun Angkatan Pada Mahasiswa Fakultas X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2).
- Salmon, A. G., & Santi, D. E. (2021, June). Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Mahasiswa Perantau Dalam Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *In Seminar Nasional Psikologi UM*. 1(1), 128-135.
- Sancahya, A. A. G. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2014). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan self esteem pada remaja akhir di kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(3), 440-450.
- Santo, A. T., & Alfian, I. N. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1), 370-378.
- Santrock, J. W. (2016). *Adolescence (16th ed.)*. UK: McGraw-Hill Education.
- Sarafino, E. (2006). *Health Psychology. Biopsychosocial Interaction*. New Jersey: John Wiley & Sons Inc.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology, 7th editions*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Amerika Serikat: John Wiley & Sons Inc.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of personality and social psychology*, 44(1), 127.
- Schwarzer, R., Knoll, N., & Rieckmann, N. (2004). Social support. *Health psychology*, 158-181.
- Selye, H. (1950). *Stress. Montreal: Acta*, 10.
- Selye, H. (1974). *Stress without Distress*. Philadelphia, PA: Lippincott.
- Sheperis, C. J., Drummond, R. J., & Jones, K. D. (2016). *Assessment Procedures for Counselors and Helping Professionals*. In Pearson Education.
- Siraj, H. H., Salam, A., Roslan, R., Hasan, N. A., Jin, T. H., & Othman, M. N. (2014). Stress and its association with the academic performance of undergraduate fourth year medical students at Universiti Kebangsaan Malaysia. *IJUM Medical Journal Malaysia*, 13(1). Doi: <https://doi.org/10.31436/imjm.v13i1.488>

- Stankovska, G., Dimitrovski, D., Angelkoska, S., Ibraimi, Z., & Uka, V. (2018). Emotional Intelligence, Test Anxiety and Academic Stress among University Students. *Bulgarian Comparative Education Society*, 16.
- Stuart, G.W., and Sundenen, S.J. (2013). *Buku saku keperawatan jiwa the 6 editon*. St. Louis: Mosby Year Book.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. Y., & Xu, A. Q. (2011). Educational stress scale for adolescents: development, validity, and reliability with Chinese students. *Journal of psychoeducational assessment*, 29(6), 534-546.
- Susanti, R., Maulidia, S., Ulfah, M., & Nabila, A. (2021). Pandemi dan Tingkat Stress Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Kuliah: Studi Analitik pada Mahasiswa FKM Universitas Mulawarman. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman (JKMM)*, 3(1), 01-08.
- Talwar, P., Othman, M. K., Ghan, K. A., Wah, T. K., Aman, S., & Yusoff, N. F. M. (2017). The role of social support in mediating stress and depression. *Online J. Health Allied. Scs*, 16(4), 1-4.
- Taraj, P. (2013). The relationship between academic stress of students and the factors that affect on it. *In Proceedings of the 1st International Conference on Research and Education-Challenges Toward the Future*, 23-34.
- Taylor, S.E. (2003). *Health Psychology: Fifth Edition*. United States of America: Mc Graw-Hill, Inc.
- Taylor, E. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana.
- Taylor, S. E. (2011). Social support: A review. In H. S. Friedman (Ed.), *The Oxford handbook of health psychology*. Oxford University Press, 189–214.
- Thoits, P. A. (1994). Stress, coping, and social support processes: where are we? What next?. *Journal of health and social behavior*, 35, 53-79. doi: <http://www.jstor.org/stable/2626957>
- Widyasri, N. I., & Heng, P. H. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Tingkat Pertama (Studi Pada Masa Pandemi Covid-19). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(2).
- Wilks, S. E. (2008). Resilience amid academic stress: The moderating impact of social support among social work students. *Advances in social work*, 9(2), 106-125. doi: <https://doi.org/10.18060/51>
- Wistarini, N. N. I. P., & Marheni, A. (2019). Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018. *Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Pendidikan*, 164-173.

- Yasin, M. A. S. M., & Dzulkifli, M. A. (2011). Differences in depression, anxiety and stress between low-and high-achieving students.
- Yikealo, D., Tareke, W., & Karvinen, I. (2018). The level of stress among college students: A case in the college of education, Eritrea Institute of Technology. *Open Science Journal*, 3(4). doi: <https://doi.org/10.23954/osj.v3i4.1691>
- Yousif, M. A., Arbab, A. H., & Yousef, B. A. (2022). Perceived Academic Stress, Causes, and Coping Strategies Among Undergraduate Pharmacy Students During the COVID-19 Pandemic. *Advances in Medical Education and Practice*, 13, 189. doi: <https://doi.org/10.2147/AMEP.S350562>
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. W. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi stres akademik. *Psyche Journal*, 235-239
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. doi: [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)