

Nomor Daftar FPIPS : 5877/UN40.A2.5/PT/2025

PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN
SOSIAL TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN
IPS UPI DALAM MENYUSUN SKRIPSI

SKRIPSI



*Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial*

Oleh:

Regina Putri Rahmawati

2104399

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL
FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025

PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN IPS UPI
DALAM MENYUSUN SKRIPSI

Oleh:

Regina Putri Rahmawati

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial

© Regina Putri Rahmawati 2025

Universitas Pendidikan Indonesia

Maret 2025

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.

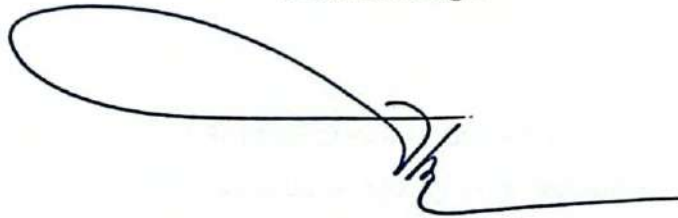
LEMBAR PENGESAHAN

Regina Putri Rahmawati

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN IPS UPI
DALAM MENYUSUN SKRIPSI**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Prof. Dr. H. Aim Abdulkarim, M.Pd

NIP. 195907141986011001

Pembimbing II



Muhammad Arief Rakhman, S.E., M.Pd.

NIP. 198901052019031012

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial



Prof. Dr. Sapriya, M.Ed

NIP. 196308201988031001

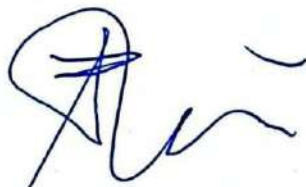
LEMBAR PERSETUJUAN

Regina Putri Rahmawati

**Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial terhadap Stres
Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI Dalam Menyusun Skripsi**

Disetujui dan disahkan oleh:

Penguji I



Prof. Dr. Saptiwa, M.Ed.
NIP. 196308201988031001

Penguji II



Prof. Dr. Hj. Kokom Komalasari,
M.Pd.
NIP. 197210012001122001

Penguji III



Drs. H Faqih Samlawi, M.A.
NIP. 196004081988031001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial



Prof. Dr. Saptiwa, M.Ed.
NIP. 196308201988031001

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Regina Putri Rahmawati
NIM : 2104399
Program Studi : Pendidikan IPS
Judul Karya : Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ini merupakan hasil kerja sendiri.

Saya menjamin bahwa seluruh isi karya ini, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan merupakan plagiarisme dari karya orang lain, kecuali pada bagian yang Telah dinyatakan dan disebutkan sumbernya dengan jelas. Jika dikemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika akademik atau unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas Pendidikan Indonesia

Bandung, Maret 2025



Regina Putri Rahmawati

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kekuatan dan kemudahan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul “PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN IPS UPI DALAM MENYUSUN SKRIPSI”. Tujuan dari dilaksanakannya penelitian ini yaitu untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial di Universitas Pendidikan Indonesia.

Saya mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada diri saya sendiri atas usaha, dedikasi dan ketekunan yang telah diberikan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Terima kasih juga saya sampaikan kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan dan motivasi baik itu secara langsung maupun secara tidak langsung, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Setiap bantuan yang diberikan sangat berarti dan berperan dalam penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penyusunan ini masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu segala macam bentuk kritik, saran dan masukan yang membangun akan sangat bermanfaat bagi peneliti untuk menyempurnakan skripsi ini agar dapat memberikan kebermanfaatan bagi semua pihak.

Bandung, Maret 2025

Peneliti

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa adanya dukungan, bimbingan, bantuan dan nasihat dari berbagai pihak selama penulisan. Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. M. Solehuddin, M.Pd., M.A., selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak Prof. Dr. Cecep Darmawan, S.H., S.I.P., S.A.P., S.Pd., M.Si., M.H.,CPM. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Pendidikan Indonesia
3. Bapak Prof. Dr. H. Sapriya, M.Ed. selaku ketua Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Bapak Prof. Dr. H. Aim Abdulkarim, M.Pd. selaku dosen pembimbing I dan Bapak Muhammad Arief Rakhman, S.E., M.Pd selaku dosen pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, masukan, arahan, serta saran yang membangun sehingga penulis bisa termotivasi dan bisa menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas waktu, bimbingan dan dukungannya semoga kebaikan Bapak dibalas dengan yang berlipat ganda oleh Allah SWT;
5. Segenap dosen dan staf program studi Program Studi Pendidikan IPS UPI yang membimbing dan membantu peneliti dalam memberikan ilmu, fasilitas yang menunjang penyusunan skripsi hingga akhir.
6. Keluarga khususnya kedua orang tua saya Bapak Pupun Saripudin dan ibu Munigar, kakak perempuan saya Indah Suci Amalia dan adik laki-laki saya Arka Gifaro Nugraha, serta seluruh anggota keluarga besar yang telah memberikan dukungan material dan moral, serta selalu mendoakan dan memberikan motivasi hingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini.

7. Partner saya Ariz Najib yang memberikan motivasi, perhatian, masukan dan doa kepada peneliti hingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas kebersamaan, kepercayaan, dan ketulusan yang selalu diberikan. Semoga Allah membalas setiap kebaikan yang diberikan dengan kemudahan dan kelancaran dalam segala urusan, serta semoga langkah kita ke depan selalu diberkahi.
8. Sahabat perantauan terkasih, Annisa Salsabila, Daine Zahra Hindami, dan Indah Afriliani, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, serta kehangatan yang telah dibangun sejak awal perkuliahan hingga saat ini. Setiap momen, tawa, dan perjuangan yang telah dilalui bersama akan selalu saya kenang. Semoga persahabatan ini tetap terjaga hingga nanti, di mana pun langkah membawa kita.
9. Teman-teman mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS Angkatan 2021, atas kebersamaan, dan semangat yang telah dijalani sejak awal perkuliahan hingga saat ini. Saya juga sangat menghargai kesediaan teman-teman sebagai subjek penelitian dalam penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini, dari awal hingga akhir. Semoga setiap kebaikan yang diberikan mendapatkan balasan yang berlipat dari Allah SWT. Peneliti juga berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat, baik bagi diri sendiri maupun bagi pihak lain di masa yang akan datang.

Bandung, Maret 2025

Regina Putri Rahmawati

ABSTRAK
PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN IPS UPI
DALAM MENYUSUN SKRIPSI

Penyusunan skripsi merupakan tahap akhir dalam studi sarjana yang menuntut mahasiswa untuk memiliki kemandirian tinggi dalam mengelola waktu, menyusun rencana, serta menyelesaikan tugas akademik. Namun, dalam prosesnya, banyak mahasiswa mengalami berbagai tantangan yang dapat memicu stres akademik, seperti kesulitan mencari literatur, kendala dalam bimbingan, serta tekanan untuk menyelesaikan studi tepat waktu. Stres akademik yang tidak terkelola dengan baik dapat menghambat penyelesaian skripsi dan berdampak pada kesehatan mental mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional sebagai faktor internal dan dukungan sosial sebagai faktor eksternal terhadap stres akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS UPI dalam menyusun skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Sampel penelitian diambil dari mahasiswa Pendidikan IPS UPI yang sedang menyusun skripsi, dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil analisis data menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap stres akademik, dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan F hitung (46,944) lebih besar dari F tabel (3,156). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional dan dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa, semakin rendah tingkat stres akademik yang mereka alami. Penelitian ini menegaskan pentingnya kecerdasan emosional dan dukungan sosial dalam membantu mahasiswa mengelola stres akademik selama penyusunan skripsi. Oleh karena itu, upaya peningkatan kedua faktor tersebut dapat menjadi strategi dalam membantu mahasiswa menyelesaikan studinya dengan lebih baik.

Kata Kunci : kecerdasan emosional, dukungan sosial, stres akademik, mahasiswa tingkat akhir, skripsi.

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND SOCIAL SUPPORT ON ACADEMIC STRESS OF IPS EDUCATION STUDENTS UPI IN PREPARING A UNDERGRADUATE THESIS

Thesis preparation is the final stage in undergraduate studies that requires students to have high independence in managing time, planning, and completing academic tasks. However, in the process, many students experience various challenges that can trigger academic stress, such as difficulties in finding literature, obstacles in guidance, and pressure to complete their studies on time. Academic stress that is not well managed can hinder the completion of the thesis and impact students' mental health. Therefore, this study aims to determine the effect of emotional intelligence as an internal factor and social support as an external factor on the academic stress of UPI Social Studies Education Study Program students in preparing a thesis. This study uses a quantitative approach with a survey method. The research sample was taken from UPI Social Studies Education students who were preparing a thesis, using data collection techniques and a questionnaire. The results of data analysis showed that emotional intelligence and social support have a negative and significant influence on academic stress, with a significance value of $0.000 < 0.05$ and F count (46.944) greater than F table (3.156). This shows that the higher the emotional intelligence and social support that students have, the lower the level of academic stress they experience. This research confirms the importance of emotional intelligence and social support in academic stress.

Keywords: *emotional intelligence, social support, academic stress, final year students, undergraduate thesis.*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
UCAPAN TERIMAKASIH.....	ii
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR GRAFIK	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
2.1 Kecerdasan Emosional	12
2.1.1 Definisi Kecerdasan Emosional	12
2.1.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi Kecerdasan Emosional	14
2.1.3 Dimensi Kecerdasan Emosional	15
2.2 Dukungan Sosial	17
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial	17
2.2.2 Jenis-jenis Dukungan Sosial	18
2.2.3 Sumber-sumber Dukungan Sosial.....	20
2.2.4 Dimensi Dukungan Sosial.....	21
2.3 Stres Akademik	21
2.3.1 Pengertian Stres Akademik	21
2.3.2 Faktor yang Memengaruhi Stres Akademik.....	22
2.3.3 Aspek-aspek Stres Akademik.....	26
2.3.4 Dimensi Stres Akademik.....	28
2.4 Peranan Pendidikan IPS dalam Pengembangan Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial.....	29
2.5 Penelitian Terdahulu.....	32

2.6	Kerangka Berpikir	36
2.7	Hipotesis.....	37
BAB III METODE PENELITIAN		38
3.1	Desain Penelitian.....	38
3.2	Lokasi dan Partisipan	39
3.2.1	Lokasi penelitian	39
3.2.2	Partisipan penelitian	39
3.3	Populasi dan sampel	39
3.3.1	Populasi	39
3.3.2	Sampel.....	40
3.4	Definisi Operasional Variabel	41
3.5	Instrumen Penelitian.....	43
3.5.1	Kisi-kisi instrumen	45
3.5.2	Pengujian Instrumen.....	46
3.6	Prosedur Penelitian.....	50
3.7	Analisis Data	51
3.7.1	Analisis Deskriptif	51
3.7.2	Uji Normalitas	53
3.7.3	Uji Multikolinieritas	54
3.7.4	Uji Heteroskedastisitas	54
3.7.5	Uji Linieritas	54
3.7.6	Analisis Regresi Linier Berganda	55
3.7.7	Uji t	55
3.7.8	Uji F	56
3.7.9	Koefisien Determinasi (R^2)	57
3.8	Uji Hipotesis	57
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		59
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	59
4.2	Gambaran Umum Responden	60
4.2.1	Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin	60
4.3	Analisis Deskriptif	61
4.3.1	Deskripsi Kategorisasi Gambaran Variabel Penelitian.....	61

4.3.2	Deskripsi Tanggapan Responden	67
4.4	Uji Asumsi Klasik	84
4.4.1	Uji Normalitas	84
4.4.2	Uji Linieritas	85
4.4.3	Uji Multikolinieritas	86
4.4.4	Uji Heteroskedastisitas	87
4.5	Uji Korelasi	88
4.6	Uji Hipotesis	89
4.6.1	Uji Regresi Berganda	89
4.6.2	Uji T (Parsial)	91
4.6.3	Uji F (Simultan)	92
4.6.4	Uji R^2 (Koefisien Determinasi)	93
4.7	Pembahasan Hasil Penelitian	94
4.7.1	Tingkat Kecerdasan Emosional Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi	95
4.7.2	Tingkat Dukungan Sosial Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi	97
4.7.3	Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi	99
4.7.4	Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS dalam Menyusun Skripsi	102
4.7.5	Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS dalam Menyusun Skripsi	104
4.7.6	Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS dalam Menyusun Skripsi	105
BAB V	SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	107
5.1	Kesimpulan	107
5.2	Implikasi	108
5.2.1	Implikasi Secara Teoritis	108
5.2.2	Implikasi Secara Praktis	109
5.3	Rekomendasi	109
DAFTAR PUSTAKA		111
LAMPIRAN		119

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Penelitian	40
Tabel 3. 2 Definisi Operasional Variabel	41
Tabel 3. 3 Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosional	45
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial	45
Tabel 3. 5 Kisi-kisi Instrumen Stres Akademik	46
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Variabel (X1) Kecerdasan Emosional	47
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Variabel (X2) Dukungan Sosial	47
Tabel 3. 8 Hasil Uji Validitas Variabel (Y) Stres Akademik	48
Tabel 3. 9 Pedoman Tingkat Keandalan Instrumen dari Cronbach	49
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas	50
Tabel 3. 11 Tabel Kategorisasi Responden	52
Tabel 3. 12 Tabel Kategorisasi Berdasarkan Persentase Indikator	52
Tabel 4. 1 Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin	60
Tabel 4. 2 Analisis Deskriptif Kategorisasi Tingkat Variabel	61
Tabel 4. 3 Kategorisasi Responden	62
Tabel 4. 4 Kategorisasi Kecerdasan Emosional	62
Tabel 4. 5 Kategorisasi Dukungan Sosial	63
Tabel 4. 6 Kategorisasi Stres Akademik	64
Tabel 4. 7 Kategorisasi berdasarkan Persentase	64
Tabel 4. 8 Tabel Kategorisasi berdasarkan Persentase Indikator Variabel X1	65
Tabel 4. 9 Tabel Kategorisasi berdasarkan Persentase Indikator Variabel X2	65
Tabel 4. 10 Tabel Kategorisasi berdasarkan Persentase Indikator Variabel Y	66
Tabel 4. 11 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Kecerdasan Emosional (X1)	68
Tabel 4. 12 Hasil Analisis Deskriptif Pernyataan Variabel Kecerdasan Emosional (X1)	70
Tabel 4. 13 Hasil Analisis Deskriptif variabel Dukungan Sosial (X2)	72
Tabel 4. 14 Hasil Analisis Deskriptif Pernyataan Variabel Dukungan Sosial (X2)	74
Tabel 4. 15 Hasil Analisis Deskriptif variabel Stres Akademik (Y)	77
Tabel 4. 16 Hasil analisis Deskriptif Pernyataan	79
Tabel 4. 17 Hasil Uji Normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov	84
Tabel 4. 18 Hasil Uji Linieritas X1 Terhadap Y	86
Tabel 4. 19 Hasil Uji Linieritas X2 Terhadap Y	86
Tabel 4. 20 Hasil Uji Multikolinearitas	87
Tabel 4. 21 Hasil Uji Heteroskedastisitas	87
Tabel 4. 22 Pedoman Derjat Hubungan Koefisien Korelasi	88
Tabel 4. 23 Hasil Uji Korelasi	88
Tabel 4. 24 Hasil Uji Regresi Linier Berganda	90
Tabel 4. 25 Hasil Uji T Parsial	91
Tabel 4. 26 Hasil Uji F (Simultan)	92
Tabel 4. 27 Hasil Uji R^2 X1 terhadap Y	93
Tabel 4. 28 Hasil Uji R^2 X2 terhadap Y	94
Tabel 4. 29 Hasil Uji R^2 X1 dan X2 terhadap Y	94

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	37
------------------------------------	----

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	61
Grafik 4. 2 Distribusi Frekuensi Variabel Kecerdasan Emosional (X1)	63
Grafik 4. 3 Distribusi Frekuensi Variabel Dukungan Sosial (X2)	63
Grafik 4. 4 Distribusi Frekuensi Variabel Stres Akademik (Y)	64
Grafik 4. 5 Hasil Uji Normalitas dengan Probability Plot	85

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner dan Hasil Pra-Penelitian.....	120
Lampiran 2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	129
Lampiran 3. Kuesioner dan Hasil Penelitian	137
Lampiran 4. Surat Penelitian dan Hasil Expert Judgement.....	148
Lampiran 5. Dokumentasi Objek Penelitian	150
Lampiran 6. Daftar Riwayat Hidup	153

DAFTAR PUSTAKA

Sumber Buku

- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian: Sebuah Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Aryani, F. (2019). *Stres Belajar Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*. Edukasi Mitra Grafika.
- Azwar, S. (2021). *Sikap Manusia Terori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research (Fourth Edi)*. Pearson Education.
- Darmawan, D. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. PT Remaja Rosdakarya.
- Gafur, H. (2015). *Mahasiswa dan Dinamika Dunia Kampus*. CV Rasi Terbit.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25* (edisi 9). Badan Penerbit Universita Diponogoro.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. Bantam Books.
- Goleman, D. (2004). *Emotional Intelligence; Kecerdasan Emosional Mengapa Lebih Penting dari IQ*. Gramedia Pustaka Utama.
- Hardini, T. I. (2020). *Buku Saku Informasi Akademik Bagi Mahasiswa Baru*.
- Ibrahim, M. (2007). *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Sinar Baru Algensindo.
- Kurniawan, A., & Puspitaningtyas, Z. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Kurniawan, R., & Yuniarto, B. (2016). *Analisis Regresi: Dasar dan Penerapannya dengan R (Edisi ke-1)*. Kencana.
- Priyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Zifatama Publishing.
- Riduwan. (2008). *Dasar-dasar Statistika*. Alfabeta.
- Rohmana, Y. (2010). *Ekonometrika Teori dan Aplikasi dengan Eviews*. Laboratorium Pendidikan Ekonomi dan Koperasi UPI.
- Sapriya. (2017). *Pendidikan IPS*. PT Remaja Rosdakarya.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (5th

ed).

- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology : Biopsychosocial Interactions* (7th Edition (ed.)). John Wiley & Sons.
- Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Graha Ilmu.
- Simamarta, & Dkk. (2021). *Metodologi riset bidang sistem informasi dan komputer*. Yayasan Kita Menulis.
- Singarimbun, M., & Effendi, S. (1982). *Metode Penelitian Survei*. Lembaga Penelitian, Pendidikan dan Penerangan Ekonomi dan Sosial (LP3ES).
- Siregar, S. (2014). *Metode Penelitian kuantitatif; Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*. Kencana.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. PT Grasindo.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Alfabeta.
- Sumarto, H. S. (2003). *Inovasi, Partisipasi dan Good Governance 20 Prakarsa Inovatif dan Partisipatif di Indonesia*. Yayasan Obor Indonesia.
- Taylor, S. E. (2003). *Health psychology* (5th editio). McGraw-Hill.
- Tika, P. (1997). *Metode Penelitian Geografi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Trijayanti, U. dkk. (2022). *Diseminasi Peneitian Spiritualitas dan Kesejahteraan Psikologis*. Zahir Publishing.
- Walgito, B. (2004). *Pengantar Psikologi Umum*. Andi.

Sumber Artikel Jurnal

- Afryan, M., Saputra, O., Lisiswanti, R., & Ayu, P. R. (2019). Hubungan Tingkat Stres terhadap Motivasi Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Kesehatan dan Agromedicine*, 6(1), 63–67.
- Ansyah, E. H., & Susanti, P. N. (2023). Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *Jurnal*

- Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 6(2), 214–223.
<https://doi.org/10.56013/jcbkp.v6i2.1996>
- Aprilia, N. S., & Yoenanto, N. H. (2022). Pengaruh Regulasi Emosi dan Persepsi Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik Mahasiswa yang Menyusun Skripsi. *Buletin Riset Psikologi Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 19–30.
- Aribowo. (2020). Pengaruh Loyalitas dan Integritas terhadap Kebijakan Pimpinan di PT Quantum Training Center Medan. *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Bisnis (JIMBI)*, 1(1), 1–18.
<https://doi.org/10.24127/diversifikasi.v4i1.5274>
- Arselina, Rahman, S., & Mohtar, M. S. (2024). Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Stres Dan Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(1), 161–168.
- Arum, R. P., & Wibawanti, I. (2023). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UPI YAI. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 7384.
<https://journals.upiyai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/article/view/2144>.
- Bar-on, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. *Psicothema*, 18, 13–25.
- Barseli, M., & Ifdil. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.
<https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/viewFile/198/209>
- Daga, R., Ismail, N., & Maddatuang, B. (2020). Analisis Efektivitas Program Mandiri Dagang Untung pada PT.Bank Mandiri (Persero), Tbk. Kanwil Regional X Sulawesi dan Maluku. *SEIKO: Journal Pf Management & Business*, 3(3), 69–70.
- Fernandez, G. L., Gonzalez, H. A., & Trianes, T. M. . (2015). Relationships between academic stress, social support, optimism-pessimism and self-esteem in college students. *Electronic Journal of Research in Educational*

Psychology, 13(1), 111–130.

Gadzella, B. M. (1991). *Student-Life Stress Inventory*.

Gadzella, B. M. (1994). Student-Life Stress Inventory: identification of and reactions to stressors. *Psychological reports*, 74(2), 395–402.
<https://doi.org/10.2466/pr0.1994.74.2.395>

Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An analysis of the categories in the student-life stress inventory. *American journal of psychological research*, 1(1), 1–10.

Indria, I., Siregar, J., & Herawaty, Y. (2019). Hubungan Antara Kesabaran Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Pekanbaru. *An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*, 13(1), 21–34.

Indriana, I. H., Doho, Y. D. B., Oktara, T. W., Putri, D. M., Sitio, H., Irwanto, Masruroh, F., Sidik, N. A. H., & Cahyadiana, W. (2023). Kecerdasan Emosional (TEORI DAN APLIKASI). In *Andrew's Disease of the Skin Clinical Dermatology*.
<https://repository.penerbitwidina.com/media/publications/564440-kecerdasan-emosional-teori-dan-aplikasi-1c333955.pdf>

Kadir, A. M., Widyastuti, & Ridfah, A. (2024). Pengaruh Kecerdasan Emosional Dengan Stres Akademik Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Negeri Makassar. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 3(6), 783–797.

Kuntjoro, Z. A. (2002). *Dukungan Sosial Pada Lansia*.

Lena, S. (2021). Perancangan Dan Implementasi Sistem Manajemen Proposal Skripsi (Studi Kasus Jurusan Manajemen Informatika Politeknik Negeri Sambas). *Klik -Kumpulan Jurnal Ilmu Komputer*, 8(1), 73.
<https://doi.org/10.20527/klik.v8i1.373>

Mariamah, Faridah, F., Ratnah, & Suratman. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Mahasiswa STKIP Taman Siswa Bima Menggunakan Jasa Konsultan dalam Penyusunan Skripsi Tahun Akademik 2015. *Jurnal Pendidikan MIPA*, 6(2), 121–128.
<https://www.ejournal.tsb.ac.id/index.php/jpm/article/view/45>

- Muhniah, M., Isnah, W. O. N., & Hapsah, H. (2019). Relationship Between Emotional Intelligence With Stress Level of First Year Student in Nursing Program Study Medical Faculty Hasanuddin University. *Indonesian Contemporary Nursing Journal (ICON Journal)*, 2(2), 1. <https://doi.org/10.20956/icon.v2i2.7675>
- Pradiri, A. P., Hendriani, W., & Surjaningrum, E. R. (2021). Studi Kualitatif dalam Kajian Stres Akademik. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 6(2), 79. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v6i22021.79-89>
- Rahmawati, T., Wicaksono, A. S., & Sholichah, I. F. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2019 Program Studi Teknik Informatika Di Universitas Muhammadiyah Gresik Universitas Muhammadiyah Gresik. *Univeritas Muhammadiyah Gresik*, 2, 107–116.
- Ramadhani, I. R. (2022). Hubungan antara Stres Akademik dengan Emotional Eating pada Mahasiswa [Universitas Airlangga]. In *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* (Vol. 2, Nomor 1). <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.36545>
- Ramli, R., & Prianto, N. (2019). Peranan Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Pembinaan Kecerdasan Emosional (The Role Of Islamic Islamic Education Teachers Development Of Emotional Intelligence). *Jurnal Al-Ibrah*, 3(Vol 8 No 1 (2019): AL-IBRAH), 14–15. <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/ibrah/article/view/18>
- Rustam, H. K., & Tentama, F. (2020). Creating academic stress scale and the application for students: Validity and reliability test in psychometrics. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 9(1), 661–667.
- Safitri, D., Purwandari, D., Yuniani, H., & Siregar, D. (2021). Model of Empathic Communication for Final Year Students Suffering Anxiety from Final Assignment During Covid-19 Pandemic. *Proceedings of the 2nd International Conference on Law, Social Sciences and Education, ICLSSE 2020*, 10 November, Singaraja, Bali, Indonesia.

<https://doi.org/10.4108/eai.10-11-2020.2303361>

- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211.
<https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Simbolon, I., & Limbong, A. (2022). Tingkat Stres Mahasiswa Pada Pembelajaran Luring Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Informasi dan Teknologi*, 4(4), 7–10. <https://doi.org/10.37034/jidt.v4i4.239>
- Tanjung, R. F., Neviyarni, N., & Firman, F. (2018). Layanan Informasi Dalam Peningkatan Keterampilan Belajar Mahasiswa Stkip Pgri Sumatera Barat. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 3(2), 155–164.
<https://doi.org/10.30870/jpbk.v3i2.3937>
- Taufik, T. . (2013). Kondisi Stress Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 143–150.
- Yusuf, W. F. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Acceptance Dengan Motivasi Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Nurul Huda Singosari Malang. *Jurnal Psikologi*, III(1), 1–11.
<http://jurnal.yudharta.ac.id/v2/index.php/ILMU-PSIKOLOGI/article/view/763%0Ahttp://jurnal.yudharta.ac.id/v2/index.php/ILMU-PSIKOLOGI/article/download/763/618>
- Zimet, G., Dahlem, N., Zimet, S., & Farley, G. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30–41.

Sumber dari Internet

- BPS. (2019). *Prevalensi Gangguan Jiwa*. Jakart: BPS.
- PIPS. (2023a). *Profil Program Studi Pendidikan IPS Jenjang Sarjana*. pips.upi.edu. <https://pips.upi.edu/deskripsi-profil/>. Diakses pada 20 Maret 2025
- PIPS. (2023b). *Visi & Misi*. pips.upi.edu. <https://pips.upi.edu/visi-misi/>. Diakses pada Maret 2025
- Kemendikbud. (2021). *Sistem Pendidikan Nasional, Kategori Tingkat Pendidikan*.

Umar, F., Torro, S., Suhaeb, F., Yamin, M. N., Ahmadin, A., Ibrahim, I., Ilham, L., Darwis, M., Junaedah, S., & Syukur, M. (2022). Pedoman Penulisan SKRIPSI Fakultas Ilmu Sosial Dan Hukum. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* (Vol. 7, Nomor 2).

WHO. (2020). *Mental Health: Strengthening Our Response*.
<https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/mentalhealthstrengthening-our-response>

Sumber Skripsi

Darmayasa, I. P. (2019). *Pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tingkat stres menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat iv program studi ilmu keperawatan stikes bali*.

Husna, A. (2024). *Pengaruh Kecerdasan Emosional, Efikasi Diri Dan Literasi Digital Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Fpeb Upi)*. Universitas Pendidikan Indonesia.

Kaffah, N. S. (2024). *Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Stres Akademik Siswa Kelas Xii Di Sman 1 Puri Mojokerto*. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Kautsarani, D. F., & Pratisti, W. D. (2023). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kecerdasan Emosi Dengan Stres Akademik Mahasiswa*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Larasati, B. R. (2020). *Pengaruh Stres Akademik Dan Coping Strategies Terhadap Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Universitas Pendidikan Indonesia*. Universitas Pendidikan Indonesia.

Latifah, A. U. (2022). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di UIN Walisongo Semarang*. Universitas Islam Negeri Walisongo.

Maulana, M. I., & Lestari, R. (2023). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa New Normal*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Mirwan, H. (2020). *Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Stres Akademik Siswa Di Pesantren Ma Al-Mukhlisin Kecamatan Tanjung Tiram Kabupaten Batubara Dan Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling Islam*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Putri, E. S. (2020). Hubungan Antara Perceived Social Support Dengan Selfcompassion Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Program Studi Psikologi Pada Universitas Di Surabaya [Universitas Airlangga]. In *Repository Universitas Airlangga*. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/98615>
- Rahmawati, T., Wicaksono, A. S., & Sholichah, I. F. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2019 Program Studi Teknik Informatika Di Universitas Muhammadiyah Gresik Universitas. *Univeritas Muhammadiyah Gresik*, 2, 107–116.
- Rusliati, S. A. T. A. (2023). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*.