

Dukungan sosial teman sebaya berkorelasi terhadap stres akademik pada mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi

Fivie Puji Lestari¹, Raihanatu Binqalbi Ruzain², Rosyida³

Progam Studi Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau, Jl. Kaharuddin Nst No.113, Simpang Tiga, Kec. Bukit Raya, Kota Pekanbaru, Riau 28284, Indonesia
Email: raihanatu.binqolbi@psy.uir.ac.id

Abstrak

Dukungan sosial teman sebaya dapat memberikan dampak positif terhadap mahasiswa yang menulis skripsi dan mempunyai kecenderungan untuk berada dalam kondisi stres sebab tekanan selama proses penyusunan skripsi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa menyusun skripsi di Universitas Islam Riau. Sampel dalam penelitian ini 258 responden, teknik *Non Probability Sampling* (*purposive sampling*), data kuesioner yang mengukur tingkat stres dan dukungan sosial, dengan reliabilitas kuesioner yang diukur menggunakan koefisien Cronbach's alpha sebesar 0,738 dan 0,748. Hasil uji kolerasi *non parametric spearman* didapatkan nilai kolerasi $r = -0,377$ dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,005$), terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres pada mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Saran untuk mahasiswa mencari ataupun meminta dukungan sosial dari teman sebaya, manajemen waktu yang baik, istirahat cukup, dan konsumsi makanan sehat.

Kata Kunci: Dukungan sosial teman sebaya, mahasiswa akhir menyusun skripsi, tingkat stres

Abstract

Peer social support has positive impacts on students who are writing their theses and tend to experience stress due to the pressures involved in the thesis writing process. The objective of this research is to investigate the relationship between peer social support and stress levels among students who were working on their theses at the Islamic University of Riau. The sample for this study consisted of 258 respondents who were selected using a Non-Probability Sampling technique (purposive sampling). Data was collected through questionnaires measuring stress levels and social support with questionnaires' reliability measured using Cronbach's alpha coefficients of 0.738 and 0.748, respectively. The results of the non-parametric Spearman correlation test showed a correlation coefficient of $r = -0.377$ and a p-value of 0.000 ($p < 0.005$), indicating a significant negative relationship between peer social support and stress levels among students in the final stages of writing their theses. The findings suggest that higher levels of social support are associated with lower levels of stress among students working on their theses. It is recommended to further expand the research to provide comprehensive information about the stress levels among students in the final stages of writing their thesis.

Keywords: *Peers' social support, senior students completing thesis, stress*

Pendahuluan

Mahasiswa (peserta pendidikan di universitas) pada semester akhir saat menulis tugas akhir berupa skripsi mempunyai kemungkinan lebih sering menghadapi tekanan emosional berupa stres, tekanan emosional berupa stres ini muncul

diakibatkan permasalahan-permasalahan dalam proses pembuatan tugas akhir ini berupa skripsi. Respons stres terhadap tubuh muncul berupa detak jantung berdetak lebih cepat dan lebih kuat dari detak jantung normalnya manusia anggota gerak berupa otot-otot menjadi kaku serta terkadang diikuti



bergetar, minat terhadap makanan berkurang atau bahkan sangat meningkat yang muncul dengan keinginan untuk makan terus. Tekanan emosional atau juga muncul pada kondisi psikologis berupa perasaan atau *mood* yang sangat cepat berubah-ubah (*mood swing*) dan gugup. Tanda atau gejala tubuh lainnya dapat dilihat dari tubuh yang mudah cepat capek dan rasa berputang (pusing), tanda atau gejala kognitif (proses berfikir) yang muncul berupa mudah lupa atau tidak ingat terhadap sesuatu yang pernah dipelajari dan sulit berkonsentrasi (Sarafino & Smith, 2012).

Stres (tekanan emosional) merupakan hal umum yang ditemui dalam kehidupan manusia sepanjang umur dari lahir dan sampai tua serta. Stres merupakan bentuk respons (tanggapan cepat) dari tubuh seseorang ketika ia menghadapi sesuatu hal yang dianggapnya ancaman sedangkan orang lain menganggap hal tersebut bukanlah ancaman atau sesuatu yang membahayakan (Pittara, 2022). Saat respons biologis serta mentalnya melebihi kemampuannya, maka yang bersangkutan akan merasa di bawah tekanan (desakan) yang dapat menimbulkan stres. Kondisi kesehatan tubuh (fisik) mental, serta tingkah lakunya biasanya diakibatkan oleh kondisi stres. Saat sesuatu yang dibutuhkan dan diinginkannya tidak dapat dipenuhi atau diatasi mereka menggambarkan dirinya sedang merasa stres (Widyarini, 2019).

Mahasiswa melakukan penulisan tugas akhir berupa skripsi sangat riskan alami stres dikarenakan menghadapi berbagai masalah, kendala menemukan sumber materi penulisan berupa buku dan jurnal yang terkait topik atau judul. Mahasiswa yang sedang menulis skripsi seringkali alami dari diri sendiri dan di luar dirinya, contohnya merasa gelisah, cemas, was-was, kawatir saat menulis skripsi. Ini yang merupakan salah satu kendala yang mengakibatkan keterlambatan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi pada waktunya.

Hasil penelitian Putri, Sambodo, dan Retna (2019) di kampus Universitas Muhammadiyah kota Magelang, ditemukan

mahasiswa-mahasiswa yang alami kondisi tingkat stres berat sejumlah 6,9%. Mahasiswa yang alami kondisi tingkat stres sedang sejumlah 57,4%. Serta mahasiswa-mahasiswa yang alami kondisi tingkat stres ringan sebanyak 35,6%. Kondisi tingkat stres tertinggi banyak ditemukan pada mahasiswa wanita yakni 4%.

Berdasarkan penelitian Carsita (2019) di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Kota Indramayu, menyatakan bahwa 28 (44,4%) mahasiswa mengalami stres berat karena menulis skripsi. Sebanyak 25 orang (39,4%) mengalami stres sedang dan 10 orang (15,9%) mengalami stres ringan. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres berat masih cukup tinggi.

Saat pengamatan awal yang dilaksanakan peneliti di tanggal 15 Juli 2022 sampai 25 Juli 2022 pada 100 mahasiswa Universitas Islam Riau yang berasal dari Fakultas Hukum, Ilmu Komunikasi dan Pertanian didapatkan bahwa mahasiswa mengungkapkan tugas akhir berupa skripsi merupakan hal yang membuat mahasiswa tertantang dan mengalami kesulitan pada saat pengambilan data atau sampel. Hasil pengamatan awal ini ditemukan 58 orang dengan kesulitan tidur, 35 orang mahasiswa merasakan tubuhnya tidak bersemangat dan lemas, 37 orang mahasiswa dengan kondisi penurunan stamina (daya tahan tubuh), 28 orang mengalami kesulitan untuk fokus (konsentrasi). Ditemukan 30 orang mahasiswa sering mengalami pusing atau sakit kepala. Serta 60 mahasiswa menyatakan berkurangnya minat terhadap makanan.

Menurut (Maharani et al., 2022) dukungan sosial yang sangat tinggi dari teman sebaya yang diberikan kepada mahasiswa dalam penelitian dapat memberikan dampak positif bagi mahasiswa dan membantu dalam meningkatkan coping positif. Teman sebaya merupakan salah satu sumber penting yang dapat memberikan dorongan sosial untuk menumbuhkan rasa percaya diri pada seseorang. Dukungan emosional yang terbentuk dengan persetujuan sosial yang ditegaskan dalam diri sendiri sehingga dapat

memunculkan kepercayaan, perhatian, meningkatkan harga diri dan penerimaan diri seseorang (Rahmanda, 2020). Dukungan sosial yang tinggi terhadap mahasiswa yang sedang menulis skripsi memberikan dampak yang baik bagi mahasiswa karena dapat menimbulkan rasa optimis dan terampil dalam memecahkan masalah saat menulis skripsi.

Dukungan ini dapat berupa saran terhadap permasalahan yang dihadapi dan dukungan emosional (perhatian) yang dapat menghindarkan mahasiswa dari rasa stres, jenuh, serta putus asa. Dukungan sosial teman sebaya artinya teman sebaya memberikan dorongan moral dan spiritual, perhatian, dan informasi guna meningkatkan intensitas perilaku pada waktu tertentu (Rahmawan & Selviana, 2020).

Salah satu bentuk dukungan sosial datang dari teman sebaya dan orang-orang terkasih yang mampu memberikan bantuan dalam memecahkan masalah (Khalika, 2019). Individu dapat memperoleh dukungan sosial dalam bentuk pengetahuan, perilaku, atau materi yang membantu mereka hingga merasa dicintai, diperhatikan, dan merasa dirinya bernilai (Muchlisin, 2017). Dini dan Iswanto (2019) menyatakan dukungan sosial berkorelasi terhadap tingkat stres mahasiswa saat menyusun tugas akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudi Waluyo Unggaran.

Hasil penelitian yang berbeda ditemukan oleh (Wulandari, 2011), terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dan stres mahasiswa penulisan skripsi.

Berdasarkan studi pendahuluan kepada mahasiswa yang sedang proses penyusunan skripsi, bentuk dukungan yang diterima dari teman sebaya adalah memberikan semangat dan motivasi, membantu dalam proses pengerjaan skripsi berupa pencarian referensi, pengumpulan data, analisis data dan juga dengan menemani saat konsultasi. Dukungan ini berimplikasi positif terhadap mahasiswa dalam proses pengerjaan skripsi dan akan mengurangi stress. Oleh sebab itu, penting dilakukan penelitian tentang hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stres pada mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Riau.

Metode penelitian

Metode penelitian pengujian korelasi kuantitatif dipergunakan pada penelitian ini. Dukungan sosial sebagai variabel bebas dan stres sebagai variabel terikat.

Mahasiswa-mahasiswi semester akhir yang melakukan penulisan tugas akhir berupa skripsi di kampus universitas Islam Riau sebagai populasi penelitian ini dengan jumlah 723 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 258 orang, dengan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan karakteristik pemilihan sampel ini adalah mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknik kampus Universitas Islam Riau.

Peneliti melakukan penyebaran kuesioner secara *offline* dan *online* dalam proses mengumpulkan data. Kuesioner tersebut mencakup informasi seperti nama, npm, jenis kelamin, agama, fakultas, prodi, usia, tinggi badan, berat badan, nomor hp/wa, urutan kelahiran, serta jumlah saudara. Untuk mengukur variabel dukungan sosial, peneliti menggunakan skala teman sebaya yang dikembangkan oleh Muhammad Syihabuddin Idris. Sementara itu, skala stres yang digunakan berasal dari skripsi oleh Dinda Pratiwi Nababan dan berfokus pada tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. Nilai uji validitas dan reliabilitas kuesioner stres adalah sebesar 0,738 untuk nilai koefisien reliabilitas *cronbach alpha* dan dukungan sosial teman sebaya memiliki nilai sebesar 0,743. Analisis data menggunakan uji korelasi *Non Parametrik Spearman*.

Hasil

Hasil penelitian disajikan pada tabel berikut ini:

A. Analisa Univariat

1. Karakteristik responden

Tabel 1
Karakteristik responden

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	134	51,9
Perempuan	124	48,1
Usia		
21 tahun	6	2,3
22 tahun	122	47,3
23 tahun	82	31,8
24 tahun	22	8,5
25 tahun	19	7,4
26 tahun	7	2,7
Agama		
Islam	245	95
Kristen	13	5
Fakultas		
Ekonomi dan	81	31,4
Bisnis	68	26,4
Psikologi	109	42,2
Teknik		

Tabel 1 diketahui jumlah responden terbanyak adalah laki-laki sebanyak 134 orang (51,9%), sebagian besar berusia 22 tahun sebanyak 122 orang (47,3%). Berdasarkan agama, mayoritas Islam 245 orang (95%), dan sebagian besar mahasiswa berasal dari Fakultas Teknik yakni 109 orang (42,2%).

Tabel 2
Rumus tabel penomoran

Kategori	Norma katogorisasi
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$
Sangat Tinggi	$M + 1,5 SD < X$

Berdasarkan data yang disajikan diatas, kategorisasi dalam penelitian ini dapat dibagi menjadi lima kelompok sesuai dengan variabel stres.

- Gambaran stres dan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Tabel 3
Distribusi responden berdasarkan tingkat dukungan sosial

Dukung an sosial	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	$X < 63$	13	5
Rendah	$63 < X \leq 70$	65	25
Sedang	$70 < X \leq 78$	121	47
Tinggi	$78 < X \leq 86$	38	15
Sangat Tinggi	$X > 86$	21	8
Total		258	100

Berdasarkan tabel 3 menggambarkan jumlah persentase mahasiswa terbanyak mendapatkan dukungan sosial yakni 121 orang (47%).

Tabel 4
Distribusi responden berdasarkan tingkat stres

Tingkat stres	Interval	Frekuensi	Presentase (%)
Sangat Rendah	$X < 83$	13	5
Rendah	$83 < X \leq 101$	65	25
Sedang	$101 < X \leq 119$	107	41
Tinggi	$119 < X \leq 136$	60	23
Sangat Tinggi	$X > 136$	13	5
Total		258	100

Tabel 4 menjelaskan tingkat stres sedang yang banyak dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (41%).

B. Analisa Bivariat Tabel 5

Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stress mahasiswa yang sedang melakukan skripsi

Variabel	Koefisien Kolerasi <i>Spearmen (r)</i>	Koefisien Signifikan (P)
Stres	-0,377	0,000
Dukungan Sosial	-0,377	0,000

Tabel 5 menunjukkan hasil uji statistik hubungan dukungan sosial teman sebaya

dengan mahasiswa yang sedang melakukan skripsi, didapatkan hasil nilai signifikansi pada uji *spearman rho* adalah $p=0,000$. Nilai $p<0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa korelasi antara dukungan teman sebaya dengan stres adalah bermakna. Nilai korelasi *spearman* sebesar $-0,3777$ menunjukkan bahwa arah korelasi negatif dengan kekuatan korelasi yang lemah. Artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka akan semakin rendah pula tingkat stres mahasiswa yang sedang melakukan skripsi.

Pembahasan

Penelitian ini terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres pada mahasiswa yang melakukan skripsi ($p=0,000$). Hasil ini sesuai dengan penelitian (Rahakratat et al., 2021) terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penelitian (Hasibuan, 2019) menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka akan semakin rendah stres pada mahasiswa saat menyusun skripsi. Semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

Faktor penyebab stres terjadi karena kondisi biologis, psikologis dan sosio-kultural, dimana kondisi biologis yang dapat menyebabkan stres adalah penyakit infeksi, trauma, kekacauan fungsi biologis yang berkelanjutan serta kelelahan fisik dan kerusakan pada organ biologis. Sedangkan pada kondisi psikologis yang dapat menyebabkan stres ialah karena suatu kondisi yang membuat seseorang frustrasi, perasaan rendah diri karena gagal dalam mencapai target yang diinginkan seperti gagal dalam mencapai target untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu, kurang mampu atau memahami masalah atau situasi yang sedang dijalankannya, memiliki perasaan bersalah yang menyangkut dengan etika dan moral. Pada kondisi sosio-kultural ialah seseorang yang sulit beradaptasi dengan lingkungannya (Santrock et al., 2012).

Hal-hal yang dapat menyebabkan stres tersebut dapat di atasi dengan cara meningkat hubungan dukungan sosial di lingkungan sekitar. Seperti halnya mahasiswa yang melakukan penulisan tugas akhir berupa skripsi diharapkan untuk meningkatkan dukungan sosial dikalangan teman-teman.

Seperti yang dijelaskan oleh Tylor, seseorang yang mendapat dukungan sosial yang tinggi akan mengalami lebih sedikit stres dan lebih efektif dalam melakukan coping. Sebab individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi akan mendapatkan lebih banyak informasi mengenai permasalahan yang dihadapinya (Cohen & Syme, 2018). Menurut (Sestiani & Muhid, 2022) bahwa dukungan sosial dapat membantu individu meningkatkan cara menghadapi atau memecahkan masalah terkait pengurangan gejala stres dengan memberikan informasi, perhatian, dan umpan balik yang diperlukan untuk melakukan coping stres.

Bentuk dukungan sosial sebaya terbagi menjadi beberapa yaitu, dukungan penilaian yang dapat berupa bantuan nasehat untuk menjadi solusi permasalahan yang dihadapi agar membantu menurunkan stres. Dukungan nyata yang dapat berupa tindakan atau bantuan yang dilakukan secara langsung dalam menyelesaikan suatu masalah. Dukungan harga diri yang dapat berupa dukungan yang diberikan oleh suatu individu terhadap perasaan seseorang sebagai bagian dari sebuah kelompok dimana para individu maupun anggota kelompoknya mempunyai dukungan yang berkaitan dengan *self-esteem* seseorang. Dukungan milik yaitu berupa dukungan yang menyatakan perasaan diterima pendapatnya oleh seseorang secara individu maupun kelompok (Cohen & Syme, 2018).

Dukungan-dukungan tersebut bisa didapatkan dari teman sebaya dimana teman sebaya akan berpengaruh dalam kondisi mahasiswa saat menyusun skripsi. Dari penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa, dukungan-dukungan sosial yang dirasakan mahasiswa yang sedang menulis tugas akhir berupa skripsi dari teman sebaya adalah saling membantu dalam mengerjakan skripsi, memberi nasehat,

membantu mencari sumber, memberi semangat, selalu ada disaat merasa kesulitan, membantu dalam mencari judul, membantu saat mengolah data, membantu dalam mengurus surat-surat, saling berkomunikasi, meluangkan waktu, mengingatkan ketika mulai lalai, meminjamkan uang saat sedang tidak ada, membantu dilaboraturim saat penelitian, membantu mencari bahan untuk penelitian, dan saling bertukar pendapat mengenai skripsi yang dikerjakan.

Dukungan sosial yang baik yang didapatkan oleh mahasiswa yang menulis tugas akhir berupa skripsi tentunya akan membantu meminimalisir tingkat stres mahasiswa. Apabila seorang mahasiswa tidak menerima dukungan sosial yang baik yang berasal dari teman sebaya maka mahasiswa tersebut akan merasa kesulitan dalam menulis skripsi sehingga dapat menyebabkan stres. Salah satu hal yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami stres pada saat menyusun skripsi adalah karena kurangnya dukungan sosial dari teman sebaya. Sesuai dengan temuan (Dini & Iswanto, 2019b) bahwa mahasiswa yang mendapat dukungan sosial dari teman sebayanya lebih mampu mengatasi stres menulis skripsi. Stres terkait penulisan skripsi diperparah dengan kurangnya dukungan sosial dari teman sebaya.

Sejalan juga dengan penelitian (Tamika, 2021) terdapat hubungan negatif yang signifikan diantara dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa. Maka disimpulkan semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin rendah kondisi stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Begitu pula sebaliknya apabila semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka akan semakin tinggi stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Menurut penelitian Afifah (Afifah & Negoro, 2023) dukungan sosial berpengaruh terhadap coping stress. pada mahasiswa tahun terakhir.

Dukungan sosial memiliki aspek yang terbagi atas lima jenis berupa dukungan emosional yang mencakup ekspresi perhatian, peduli, kepedulian dan kasih sayang pada seseorang. Dukungan instrumental berupa

bantuan atau pemberian secara langsung materi atau keuangan, dan bantuan secara langsung melalui tindakan. Dukungan informasi yaitu bantuan menyelesaikan masalah dan memberi nasehat atau solusi. Dukungan penghargaan yaitu sikap menghargai, diterima oleh teman sebaya, dan memberikan atau mendapatkan penilaian yang positif. Dukungan jaringan sosial yaitu dukungan yang menimbulkan rasa kekeluargaan; keakrapan dan kebersamaan dalam kelompok serta berbagi dalam minat dan aktivitas sosial yang digeluti oleh individu (Idris & Mulyadi, 2018) .

Hasil penelitian (Dini & Iswanto, 2019a) menemukan bahwa mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudi Waluyo Ungaran yang mendapat dukungan sosial dari teman sebayanya melaporkan tingkat stres yang lebih rendah saat menyelesaikan tugas akhir mereka 52,8% dan 43,1% dari mereka yang mengalami stres sedang.

Simpulan

Terdapat hubungan yang negatif pada dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres pada mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi. Hal inilah yang menunjukkan individu yang memiliki dukungan sosial dari teman sebaya yang cukup bagus kecil kemungkinan alami stres. Dukungan sosial dari teman sebaya sangat membantu para mahasiswa saat mengerjakan skripsi, sehingga mahasiswa menulis tugas akhir berupa skripsi mengalami stres sesedikit mungkin.

Saran

Kepada mahasiswa diharapkan mampu untuk mencari ataupun meminta dukungan sosial dari teman sebaya (seumuran) pada saat menyusun atau mengerjakan skripsi agar meminimalisir tingkat stres pada mahasiswa tersebut seperti manajemen waktu yang baik, istirahat cukup, konsumsi makanan sehat, dan dukungan dari teman. Selanjutnya pihak Fakultas agar memberikan arahan tentang pentingnya dukungan teman sebaya dalam proses penyusunan skripsi.

Daftar pustaka

- Afifah, P. N., & Negoro, N. B. (2023). *Pengaruh dukungan sosial terhadap coping stress mahasiswa tingkat akhir bimbingan dan penyuluhan Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta* [UIN Syarif Hidayatullah]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/70747/1>
- Cohen, S., & Syme, S. (2018). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap motivasi dalam mengerjakan skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2013*. Universitas Islam Negeri Maulana Mlik Ibrahim Malang.
- Dini, P. R., & Iswanto, A. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Stres dalam Menyusun Tugas Akhir Pada Mahasiswa Stikes Ngudi Waluyo Ungaran. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, 10(2), 88–148.
- Hasibuan, N. J. (2019). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres yang sedang menyelesaikan skripsi pada mahasiswa angkatan 2014 di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*. Universitas Medan Area.
- Idris, M. S., & Mulyadi. (2018). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap motivasi dalam mengerjakan skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2013 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Khalika, N. (2019). *Depresi karena skripsi, kampus dan dosen wajib menolong mahasiswa*.
- Maharani, F. A., Ikhtiarini Dewi, E., & Hadi Kurniyawan, E. (2022). The Correlation of Peer Social Support with Anxiety Levels of Students Working on Undergraduate Thesis at The Faculty of Nursing, University of Jember. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, 2(2), 56–62. <https://doi.org/10.53713/nhs.v2i2.92>
- Muchlisin, R. (2017). *Pengertian, bentuk dan manfaat dukungan sosial*. Diakses pada tanggal 2 Maret 2022 dari <https://www.kajianpustaka.com>
- Pittara. (2022). *Stres*. Alodokter. <https://www.alodokter.com/stres>
- Rahakratat, B., Wuisang, M., & Tendean, A. F. (2021). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan UNKLAB. *Klabat Journal of Nursing*, 3(2), 10. <https://doi.org/10.37771/kjn.v3i2.573>
- Rahmanda, R. (2020). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menghadapi presentasi pada mahasiswa UIN Suska Riau*. Universitas Islam Sultan Syarif Kasim.
- Rahmawan, F., & Selviana. (2020). Hubungan adversity quotient dan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa yang menyelesaikan skripsi. *IKRA-ITH Humaniora*, 5(1), 67–75.
- Santrock, J. W.; B. W. N. I. S., Benedictine Widyasinta, & Novietha I.Sallama. (2012). *Life-Span development perkembangan masa hidup* (Novietha I.Sallama, Ed.; 13th ed.). Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sestiani, R. A., & Muhid, A. (2022). Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying: Literature Review. *Jurnal Tematik*, 3(2), 245–251.
- Tamika, D. A. (2021). *Hubungan dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa*. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Widyarini. (2019). *Kunci pengembangan diri*. PT Elek Media Komputindo.
- Wulandari, Y. (2011). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Binus University*. Binus University.