

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Skala Dukungan Teman Sebaya

	Aspek	Pernyataan	Favorable	Unfavorable	Keterangan
1	Dukungan Emosional	Teman saya selalu memberi motivasi ketika saya menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan skripsi	✓		
2		Teman saya selalu siap mendampingi dan membantu saya dalam pengerjaan skripsi	✓		
3		Teman saya meledek saya ketika saya tidak paham materi		✓	
4		Saya merasa nyaman ketika bercerita apapun kepada teman saya	✓		
5	Dukungan Penghargaan	Teman saya memberikan perhatian dan dukungan lebih kepada saya ketika saya	✓		

		mengerjakan skripsi			
6		Teman saya sering memberi pujian yang tulus ketika saya mencapai suatu pencapaian	✓		
7		Teman saya merendahkan saya ketika saya gagal		✓	
8		Teman saya tidak peduli dengan saya		✓	
9	Dukungan Instrumental	Teman saya ikut menyediakan fasilitas yang saya butuhkan dalam proses pengerjaan skripsi	✓		
10		Teman saya memberi pinjaman buku untuk pengerjaan skripsi	✓		
11		Teman saya memberi pinjaman uang ketika saya kesusahan	✓		
12		Teman saya mengganggu saya dalam proses		✓	

		pengerjaan skripsi			
13	Dukungan Informasi	Teman saya akan memberikan nasehat ketika saya malas mengerjakan skripsi	✓		
14		Teman saya tidak memberikan saran apapun jika saya sedang kesulitan dalam mengerjakan skripsi		✓	
15		Teman saya memberi informasi terkait dengan materi skripsi saya	✓		
16		Saya suka berdiskusi dengan teman saya	✓		
17	Dukungan Jaringan Sosial	Teman saya mengajak saya berdiskusi serta mengerjakan skripsi bersama	✓		
18		Teman saya mengajak saya untuk mencari buku referensi	✓		

		bersama di perpustakaan			
19		Saya dan teman saya tidak saling membantu dalam hal pengerjaan skripsi		✓	
20		Teman saya tidak mengajak saya mencari buku referensi bersama		✓	

Skala Stres

No	Aspek	Pernyataan	Favorable	Unfavorable	keterangan
1	Reaksi Biologis	Saya sering merasa sakit kepala ketika sedang mengerjakan skripsi	✓		
2		Saya merasakan sakit perut ketika akan bimbingan skripsi dengan dosen pembimbing	✓		
3		Jantung saya berdebar-debar ketika menemui	✓		

		dosen pembimbing			
4		Saya sering sekali insomnia ketika memikirkan skripsi saya	✓		
5		Saya mudah lelah dan selalu ingin beristirahat ketika kesulitan mengerjakan skripsi	✓		
6		Saya selalu mengeluarkan keringat dingin ketika saya berhadapan dengan dosen pembimbing	✓		
7		Selama pengerjaan skripsi selera makan saya jadi menurun	✓		
8	Reaksi Emosi	Saya merasa cemas dan marah ketika teman lebih dahulu mengerjakan skripsi	✓		
9		Saya merasa bersemangat untuk mengerjakan skripsi saya tanpa peduli pada		✓	

		pencapaian orang lain			
10		Saya merasa tersinggung ketika orang lain menanyakan tentang skripsi dan menyuruh saya untuk mengerjakan skripsi	✓		
11		Saya selalu gelisah memikirkan skripsi saya yang belum selesai	✓		
12		Saya merasa cemas dan panik ketika teman saya mengajukan untuk sidang skripsi	✓		
13	Reaksi Kognitif	Saya percaya dengan hasil skripsi yang saya kerjakan sendiri		✓	
14		Saya merasa malu dan takut untuk memperlihatkan skripsi saya kepada orang lain karena merasa banyak kesalahan	✓		
15		Saya sering lupa	✓		

		belakangan ini akan banyak hal			
16		Pikiran saya tidak terganggu sama sekali ketika pengerjaan skripsi		✓	
17		Saya selalu merasa kurang terhadap skripsi yang saya kerjakan	✓		
18		Saya merasa tidak ada harapan untuk bisa selesai pada semester ini	✓		
19		Saya selalu menanyakan pendapat orang lain ketika ingin mengambil keputusan, karena saya merasa sulit mengambil keputusan	✓		
20	Reaksi Perilaku Sosial	Saya gugup ketika dosen pembimbing memeriksa skripsi saya	✓		
21		Saya percaya diri terhadap skripsi yang sudah saya kerjakan		✓	
22		Saya mengerjakan	✓		

		skripsi ketika saya merasa bersemangat saja			
23		Ketika mengerjakan skripsi saya selalu menggerutu karena tidak memahaminya	✓		
24		Saya sering sekali ingin menyendiri karena stres memikirkan skripsi	✓		
25		Saya merasa lebih menyenangkan ketika mengerjakan skripsi bersama dengan teman-teman		✓	
26		Saya takut bertemu dosen sehingga sering menunda untuk bimbingan dengan dosen pembimbing	✓		

1. Tabulasi Skor Uji Coba Dukungan Sosial Teman Sebaya

1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	4
4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3
3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4
4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4
3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3
3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4
3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3
3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2
4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4
3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4
1	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3
3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4
3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4
4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2
3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4
3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4
4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3
3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3
3	3	1	4	4	3	3	4	3	2	1	3	4	4	3	3	4	3	4	3
3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4
3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3
3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	2
3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4
4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3

3 1 4 4 4 4 3 4 3 2 4 4 4 3 3 3 4 4 3 4

2. Tabulasi Data Dukungan Sosial Teman Sebaya

1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1
4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4
3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3
4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4
3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3
3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4
3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3
4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4
3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4
1	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3
3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3
3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4
4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3
3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4
4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3
3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4
3	3	1	4	4	3	3	4	3	2	1	3	4	4	3	3	4	3
3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4
3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4
3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4
3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3
4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4

1	1	4	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	3	4	4
3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3
3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3
3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4
4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4
3	4	2	3	3	4	2	2	3	4	3	3	2	3	4	4	2	3
4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	3	4
4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3
3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3
3	1	3	3	4	1	3	4	4	3	3	1	3	3	4	4	4	3
3	1	1	4	1	3	3	4	3	4	4	3	1	1	3	4	4	4
3	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	4	1	4	2	3
3	3	2	1	4	4	4	3	3	4	2	3	3	1	3	4	4	4
3	1	3	2	1	3	3	3	4	4	3	3	1	3	3	3	1	3
3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	1	3	3	3	3
4	4	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3
3	4	3	3	1	3	3	1	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3
3	1	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	1	3	3	3	3
4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4
4	4	3	4	1	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3
4	1	3	2	4	4	3	4	3	3	4	4	1	3	4	3	4	4
4	4	4	3	1	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
3	3	3	3	4	1	3	4	3	4	4	4	3	1	4	4	4	3
3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4
4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4
3	4	4	1	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3
4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	1	4	3	4	4	3
3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3
4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3

3 4 4 3 3 4 3 3 3 4 4 3 4 4 4 4 3 4

No Aitem	R Hitung	R Tabel Signifikansi 5%	Keterangan
1	0,266	0,531	Valid
2	0,266	0,274	Valid
3	0,266	0,660	Valid
4	0,266	0,461	Valid
5	0,266	0,423	Valid
6	0,266	0,504	Valid
7	0,266	0,630	Valid
8	0,266	0,506	Valid
9	0,266	0,149	Tidak Valid
10	0,266	0,321	Valid
11	0,266	0,273	Valid
12	0,266	0,571	Valid
13	0,266	0,304	Valid
14	0,266	0,548	Valid
15	0,266	0,578	Valid
16	0,266	-0,049	Tidak Valid
17	0,266	0,481	Valid
18	0,266	0,629	Valid

3. Uji Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	55	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.746	18

		Unstandardized Residual
N		55
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.57144737
Most Extreme Differences	Absolute	.060
	Positive	.058
	Negative	-.060
Test Statistic		.060
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

4. Tabulasi Uji Coba Tingkat Stres

4	1	1	1	1	3	3	4	1	3	4	3	3	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4
3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4
3	3	4	3	3	4	4	3	1	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3
3	1	1	1	3	1	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4

3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4
3	3	4	3	1	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4
3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4
3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3
4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3
4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3
3	3	4	3	1	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3
4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3
4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3
3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	2	2	4	3
3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3
3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3
4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3
3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3
3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4
3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3
3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	1	3
4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4
4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4
3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4
3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	4	4	4

5. Tabulasi Data Tingkat Stres

4	1	1	1	1	3	3	4	1	3	4	3	3	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4
3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4
3	3	4	3	3	4	4	3	1	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3
3	1	1	1	3	1	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4
3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4
3	3	4	3	1	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4

3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4
3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3
4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3
4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3
3	3	4	3	1	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3
4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3
4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3
3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	2	2	4	3
3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3
3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3
4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4
3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3
3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3
4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4
3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3
3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	1	3
4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4
4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3
3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4
3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	4	4	4
4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3
4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4
4	4	4	4	3	4	3	4	3	1	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3
3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4
3	3	3	1	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3
3	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	1	4	4
3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3
1	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3

3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	3	4	4	2	3	3	3	1	4	4
3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3
3	3	3	1	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3
3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3
3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4
4	4	3	1	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3
4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3
4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3
3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4
4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4
4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3
4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4
3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3
4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4

No Aitem	R Hitung	R Tabel Signifikansi 5%	Keterangan
1	0,266	0,350	Valid
2	0,266	0,472	Valid
3	0,266	0,503	Valid
4	0,266	0,601	Valid
5	0,266	0,520	Valid
6	0,266	0,410	Valid
7	0,266	0,469	Valid
8	0,266	0,319	Valid
9	0,266	0,411	Valid
10	0,266	0,296	Valid
11	0,266	0,134	Tidak Valid
12	0,266	0,331	Valid

13	0,266	0,409	Valid
14	0,266	0,342	Valid
15	0,266	0,272	Valid
16	0,266	0,349	Valid
17	0,266	0,010	Tidak Valid
18	0,266	0,533	Valid
19	0,266	0,311	Valid
20	0,266	0,392	Valid
21	0,266	0,499	Valid
22	0,266	0,288	Valid

6. Uji Reliabilitas Tingkat Stres

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	55	100.0

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.722	22

7. Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		55
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.57144737
Most Extreme Differences	Absolute	.060
	Positive	.058

	Negative	-.060
Test Statistic		.060
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

8. Uji Linieritas

Tingkat Stres-Dukungan Sosial Dari Teman Sebaya	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups (Combined)	698.371	15	46.558	2.399	.014
Linearity	326.846	1	326.846	16.839	.000
Deviation from Linearity	371.525	14	26.538	1.367	.215
Within Groups	756.974	39	19.410		
Total	1455.345	54			

9. Uji Kolerasi Produk Momen

		DTS	TS
Dukungan Sosial Dari Teman Sebaya	Pearson Correlation	1	.474**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	55	55
Tingkat Stres	Pearson Correlation	.474**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	55	55

Surat Keterangan Expert Judgement

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mubarak, S.T.h.I, M.A

Jabatan/Instansi : Dosen Psikologi Islam

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Rida Amelia

NIM : 190103040242

Judul Penelitian : PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DARI TEMAN SEBAYA
TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA YANG SEDANG
MENERJAKAN SKRIPSI DI PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
ISLAM UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN

Obyek Penilaian : variabel bebas : dukungan sosial, variabel terikat : stres

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.
(terlampir)

Banjarmasin, 1 Desemberr 2024

Expert Judgement



Mubarak, S.T.h.I, M.A



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3296093
Website: www.uin-antasari.ac.id E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Lampiran:

Rekomendasi dan Hasil Expert Judgement

Instrumen Skala

Secara umum Instrumen Skala "variabel bebas : dukungan sosial, variabel terikat : stres" pada Desain Penelitian a.n. Rida Amelia (NIM: 190103040242) tersebut*):

- a. Belum layak digunakan dan masih memerlukan konsultasi
- b. Dapat digunakan dengan banyak revisi
- ☒ c. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- d. Dapat digunakan tanpa revisi

Komentar dan Saran Perbaikan:

Beberapa catatan sudah saya lampirkan di lembar masukan.....silahkan pelajari, konsultasikan dengan dosen pembimbing dan putuskan apa hendak diapaki atau dibuang

Semangat dan sukses selalu

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Banjarmasin, 1 Des 2024
Expert Judgement

Mubarak, S.T.h.I., M.A

*) lingkariilah sesuai dengan penilaian bapak/ibu secara obyektif.

Hal : Permohonan *Expert Judgement*
 Lampiran : 1 Bundel Skala

Yth. Ibu Miftahul aulaa sa'adah, M.Psi Psikolog
 di Tempat

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan hormat,
 Kami mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin:
 Nama : Rida Amelia
 NIM : 190103040242
 Prodi : Psikologi Islam (PI)

Dengan ini bermaksud mengajukan *Expert Judgement* Instrumen Skala untuk penelitian tugas akhir/skripsi saya dengan Judul "PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DARI TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN".

Dengan permohonan ini atas kesediaan Ibu kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Mengetahui,
 Dosen Pembimbing Akademik

Banjarmasin, 28 November 2024
 Hormat Kami,

Musfichin, M.A

Rida Amelia



**KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) ANTASARI BANJARMASIN
NOMOR: 1000 TAHUN 2023**

Tentang

**PERSETUJUAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA
DAN PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING**

- Menimbang** : a. Bahwa proposal skripsi yang berjudul: *"PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DARI TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA YANG SEDANG MENERJAKAN SKRIPSI DI PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM UIN ANTASARI BANJARMASIN"* telah ditelaah oleh Dosen Penelaah;
b. Bahwa persetujuan atau penolakan judul skripsi mahasiswa perlu dituangkan dalam sebuah surat keputusan.
- Memperhatikan** : Hasil sidang Program Studi Psikologi Islam yang diselenggarakan pada tanggal 09 September 2023
- Mengingat** : 1. Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Sistem Pendidikan Nasional;
2. Peraturan Pemerintah No. 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
3. Peraturan Presiden No. 36 Tahun 2017 tentang Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin;
4. Peraturan Menteri Agama No. 20 Tahun 2017 tentang Organisasi dan tata Kerja UIN Antasari Banjarmasin;
5. Peraturan Menteri Agama No. 29 Tahun 2017 tentang Statuta UIN Antasari Banjarmasin;
6. Keputusan Direktur jenderal Pendidikan Islam No. 102 Tahun 2019 tentang Standar Keagamaan Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam;
7. Keputusan Rektor UIN Antasari No. 289 Tahun 2018 tentang Pedoman Pelaksanaan Sistem Kredit Semester UIN Antasari Banjarmasin.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan Pertama** : Menerima dan menyetujui proposal skripsi mahasiswa yang berjudul: *"PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DARI TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA YANG SEDANG MENERJAKAN SKRIPSI DI PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM UIN ANTASARI BANJARMASIN"* untuk digarap oleh mahasiswa/i:
Nama/NIM : **Rida Amelia/190103040242**
Program Studi : **Psikologi Islam**
Untuk menjadi skripsi yang baik.
- Kedua** : Menunjuk dan menetapkan **Anwar Fuadi, M.A** sebagai Dosen Pembimbing I dan **Musfichin, M.A** sebagai Dosen Pembimbing II untuk mahasiswa tersebut di atas;
- Ketiga** : Apabila terdapat kekeliruan dalam keputusan ini akan dibetulkan sebagaimana mestinya.



Ditetapkan di : Banjarmasin
Pada tanggal : 14 September 2023
Dekan,

Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag
NIP. 1978122120031210022

Tembusan:

1. Program Studi
2. Dosen Pembimbing
3. Arsip



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Nomor : 3271/Un.14/III.3/PP.00.9/09/2023
Lamp. : -
Hal : Pelaksanaan Seminar Desain Operasional
a.n. Rida Amelia

14 September 2023

YTH. Bapak/Ibu

1. Anwar Fuadi, M.A
2. Musfichin, M.A

di Banjarmasin

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan disetujui Proposal Skripsi mahasiswa :

Nama : Rida Amelia
NIM : 190103040242
Prodi : Psikologi Islam
Judul : PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DARI TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM UIN ANTASARI BANJARMASIN

Dengan ini, diberitahukan bahwa proposal tersebut setelah diubah menjadi desain operasional akan diseminarkan pada:

Hari/Tanggal : Selasa/19-septemer-2023
Waktu : 11:30-13:10 (WITA)
Tempat : Ruang Munaqasyah FUH Kampus I
Pembimbing I : Anwar Fuadi, M.A
Pembimbing II : Musfichin, M.A
Moderator : Musfichin, M.A

Demikian untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Wassalam,
Salam,

Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag
1978122120031210022



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3266593
Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

SURAT RISET

Nomor: 1583/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini menugaskan :

Nama	: Rida Amelia
NIM	: 190103040242
Semester	: XII (Dua Belas)
Jurusan	: S1 Psikologi Islam
Alamat Sekarang	: Desa muang Rt 01, Kecamatan Jaro Kabupaten Tabalong
Untuk	: Melakukan riset / penelitian ilmiah dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan skripsi dengan judul:

Pengaruh Dukungan Sosial Dari Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Tempat yang dituju	: Mahasiswa (1) Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin
Barang yang dibawa	: Seperangkat Alat Penelitian
Lamanya Riset	: 2 (Dua) Bulan
Dari Tanggal	: 21 Februari 2025
Sampai Tanggal	: 23 April 2025

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas Korupsi (ZI-WBK), menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta meningkatkan Kualitas Kinerja dan Pelayanan.

Demikian surat riset ini diberikan kepada yang bersangkutan agar pihak-pihak terkait dapat memberikan bantuan sepenuhnya.

Banjarmasin, 16 Juni 2025

Dekan,



Melayani Lebih Baik, Lebih Baik Melayani



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3266593
Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 1652/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : Rida Amelia
NIM : 190103040242
Tempat Tanggal Lahir : Muang, 06 Juli 2000
Program Studi : S1 Psikologi Islam
Semester : XII (Dua Belas)
Alamat : Muang, Rt.01, Kecamatan Jaro, Kabupaten Tabalong

telah melaksanakan Riset/Penelitian dalam rangka penyusunan Skripsi pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin selama 2 (Dua) Bulan dari tanggal 22 Februari 2025 s/d 22 April 2025 dengan judul:

Pengaruh Dukungan Sosial Dari Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas Korupsi (ZI-WBK), menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta meningkatkan Kualitas Kinerja dan Pelayanan.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Demikian surat keterangan ini agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 17 Juni 2025

Dekan,

Dzikri Mirwana

Melayani Lebih Baik, Lebih Baik Melayani



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Surat Keterangan Bebas Plagiasi

Nomor: 1303/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah yang dibuat oleh:

Nama	: Rida Amelia
NIM	: 190103040242
Semester	: XII (Dua Belas)
Tahun Akademik	: Genap 2024/2025
Prodi	: Psikologi Islam
Jenis Karya Ilmiah	: Skripsi
Judul Karya Ilmiah	: Pengaruh Dukungan Sosial dari Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

telah melalui proses uji plagiasi menggunakan aplikasi Turnitin dan dinyatakan memenuhi persyaratan **bebas plagiasi** dengan persentase kemiripan tidak melebihi 25%, sesuai ketentuan yang berlaku, sebagaimana bukti terlampir.

Banjarmasin, 18 Juni 2025

a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam

Sekretaris,



M. H. H. M. A.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN SUBMIT JURNAL

Nomor: 1383/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Dengan ini menerangkan bahwa:

Judul Karya Ilmiah : Pengaruh Dukungan Sosial Dari Teman Sebaya Terhadap
Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di
Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari
Banjarmasin
Nama : Rida Amelia
NIM : 190103040242
Program Studi : Psikologi Islam

Karya ilmiah tersebut telah disubmit untuk dipublikasikan di Jurnal Psikologia (<https://psikologia.umsida.ac.id/index.php/psikologia/focusandscope>) dan saat ini masih dalam proses evaluasi. Keputusan akhir mengenai publikasi sepenuhnya menjadi wewenang pihak jurnal.

Demikian surat keterangan ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 20 Juni 2025

a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam

Setretaris,



Wuhenchin, M.A

NIP 197903242023211012



**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DARI TEMAN SEBAYA
TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA
YANG SEDANG MENERJAKAN SKRIPSI
DI PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
UIN ANTASARI BANJARMASIN**

Rida Amelia¹, Anwar Fuadi, M.A.², Musfichin, M.A.³

UIN Antasari, Kalimantan Selatan, Indonesia

Email: ridaamelia49082@gmail.com

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani proses penyusunan skripsi seringkali mengalami tekanan psikologis yang cukup tinggi. Proses ini menuntut konsentrasi, ketekunan, dan ketahanan mental yang kuat, sehingga tak jarang mahasiswa mengalami stres akademik. Salah satu faktor yang dapat berperan dalam menurunkan tingkat stres tersebut adalah dukungan sosial, khususnya dari teman sebaya. Teman sebaya memiliki peran penting karena berada dalam tahap perkembangan dan situasi akademik yang serupa, sehingga mampu memberikan pemahaman emosional, bantuan instrumental, serta dorongan motivasional yang dibutuhkan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dari teman sebaya terhadap tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 80 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria mahasiswa yang sedang aktif mengerjakan skripsi. Instrumen yang digunakan berupa skala dukungan sosial teman sebaya dan skala stres, yang disusun berdasarkan teori dukungan sosial dari Sarason dan teori stres.

Kata Kunci:
Dukungan Sosial, Teman Sebaya,
Stres, Mahasiswa, Skripsi.

Hasil analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat stres mahasiswa. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima dari teman sebaya, maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakan oleh mahasiswa. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial berkorelasi dengan meningkatnya tingkat stres. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peran yang penting dalam membantu mahasiswa mengelola tekanan psikologis selama proses penyusunan skripsi.

Dengan demikian, penting bagi mahasiswa dan institusi pendidikan untuk menyadari pentingnya membangun lingkungan sosial yang suportif di antara sesama mahasiswa, guna menciptakan iklim akademik yang sehat dan produktif. Penelitian ini juga memberikan implikasi praktis bagi konselor akademik dan dosen pembimbing agar memperhatikan faktor sosial dalam mendampingi mahasiswa yang tengah berada dalam proses akhir penyelesaian studi.

Abstrak

Final-year students who are in the process of writing their thesis often experience significant psychological pressure. This process demands concentration, perseverance, and strong mental resilience, which often leads students to experience academic stress. One factor that can help reduce this level of stress is social support, particularly from peers. Peer support plays a crucial role as peers are in a similar stage of development and academic circumstances, enabling them to provide emotional understanding, instrumental assistance, and motivational encouragement needed by students to complete their thesis.

This study aims to examine the influence of peer social support on the stress levels of students who are working on their thesis in the Islamic Psychology Study Program at UIN Antasari Banjarmasin. The approach used is quantitative with a correlational method. The sample consisted of 80 students selected through purposive sampling, with the criteria being students currently engaged in thesis writing. The instruments used were the peer social support scale and the stress scale, developed based on Sarason's theory of social support and the theory of stress.

The data analysis using simple linear regression test showed a significant negative influence of peer social support on student stress levels. This means that the higher the social support received from peers, the lower the level of stress experienced by students. Conversely, lower levels of social support correlate with higher levels of stress. These findings indicate that peer social support plays an important role in helping students manage psychological pressure during the thesis writing process.

Therefore, it is essential for students and educational institutions to recognize the importance of building a supportive social environment among fellow students to create a healthy and productive academic climate. This research also

provides practical implications for academic counselors and thesis supervisors to pay attention to social factors when guiding students through the final stages of their studies.

PENDAHULUAN

Selama menjalani peran sebagai mahasiswa, seorang individu dituntut untuk menyelesaikan berbagai tugas baik secara akademik maupun non akademik. tuntutan akademik ini membuat mahasiswa harus bisa membagi waktu serta perannya agar tugas-tugasnya baik secara akademik maupun non akademik dapat terselesaikan. Namun masih banyak mahasiswa yang memilih untuk menunda-nunda menyelesaikan tugas, terutama tugas akademiknya. Perilaku menunda-nunda menyelesaikan tugas tersebut membuat tugas akademik tidak selesai tepat waktu atau selesai namun dengan kondisi yang kurang optimal. Tugas akademik yang sering kali ditunda pengerjaannya oleh mahasiswa adalah skripsi.

Skripsi harus mampu memberikan kontribusi nyata bagi pencarian kebenaran, yang berarti berusaha mendapatkan sesuatu seperti kontribusi nyata untuk membuktikan kebenaran. Padahal, dalam keadaan normal, perjalanan belajar mahasiswa saat menulis skripsi akan menjadi lambat atau terhambat. Mutadin mengatakan bahwa beberapa hal yang menjadi kendala dalam pengerjaan skripsi, antara lain : pengerjaan skripsi yang membosankan, proses pengumpulan data yang lama, kesulitan dalam menuliskan ide dalam bentuk tulisan, kesulitan dalam mengalokasikan waktu antara menulis skripsi dengan kegiatan lain.

Saat dalam penyusunan skripsi sering dibutuhkan banyak referensi saat mengerjakan skripsi. Cara untuk menambah pengetahuan adalah dengan memperbanyak kegiatan membaca. Misalnya dengan membaca buku, jurnal, skripsi sebelumnya dan sumber-sumber lain yang berhubungan dengan skripsi, sehingga mereka dapat menemukan sesuatu atau pengetahuan baru tentang apa yang akan mereka kerjakan. Keterbatasan yang sering dihadapi mahasiswa antara lain kesusahan untuk mendapatkan judul skripsi yang tepat, kesusahan menemukan tempat penelitian, kesulitan menemukan rujukan, waktu penelitian terbatas, revisi berulang, dan kesusahan bertemu dengan dosen pembimbing. Kebutuhan akademik yang dihadapi mahasiswa menyebabkan mereka mengalami tekanan yang merupakan sumber stres bagi mahasiswa, sehingga mereka membutuhkan motivasi untuk mengerjakan skripsi. Pada hakikatnya dukungan merupakan usaha sadar untuk menjalankan, menunjukkan dan memelihara perilaku individu untuk termotivasi melakukan sesuatu agar mencapai hasil atau tujuan yang baik.

Stres dapat dialami oleh siapa saja, baik stres di dunia kerja ataupun di dunia pendidikan. Stres merupakan bagian yang tak terhindarkan dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan perguruan tinggi. Stres yang dialami mahasiswa dapat ditimbulkan oleh berbagai sebab, misalnya *deadline* atau tuntutan tugas dan tekanan untuk mendapatkan hasil yang memuaskan.

Dari pembahasan di atas mengenai stress menurut apa yang telah dijelaskan dalam Al-Qur'an manusia selayaknya agar tidak bersedih hati, Allah Subhanahuwa Ta'ala Berfirman yang berhubungan dengan pembahasan yakni tertulis pada Q.S Al-Baqarah ayat 286.

Artinya : *“Allah tidak membebani seseorang melakukan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa). “Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir.”*

Ayat ini menerangkan bahwa stres dan pandangan dalam hidup adalah seperti sempitnya hidup. Contohnya, terjadi bahwa pemberian Allah SWT pada manusia didasarkan pada kesanggupan manusia itu sendiri. Stres disebut sebagai kesulitan hidup. Karena kehidupan yang sempit memmbawa dan stres yang negatif. Selain itu, manusia yang mengalami kejadian yang disebabkan oleh musibah tersebut. Dalam *asbab nuzul-nya* ayat ini terkait bani israel yang tidak mampu memikul beban, kemudian Rasulullah bertanya kepada para sahabat apakah kalian sama seperti bani Israel kemudian para sahabat menjawab kami dengar dan kami taat dan kepada Engkaulah kami kembali. Buya Hamka dalam tafsir Al-Azhar menjelaskan, tidak ada kewajiban yang Allah bebaskan kepada seorang hamba melainkan pasti sesuai dengan kesanggupannya. Misalnya, kewajiban sholat. Bagi yang tidak bisa berdiri, boleh dengan duduk. Yang tidak bisa duduk, boleh dengan berbaring. Kalau masih tidak bisa, boleh dengan isyarat.

Selama mahasiswa sedang menyusun skripsi mengalami banyaknya tuntutan yang dihadapi sehingga membuat mahasiswa merasa tertekan. Tekanan ini dapat berasal dari diri sendiri terkait adanya tuntutan yang datang dari diri sendiri, seringkali mahasiswa menginginkan menyelesaikan skripsi dengan segera, tetapi pada pelaksanaannya ditemukan masalah-masalah dalam dirinya sendiri selain itu, adanya harapan dari keluarga terhadap mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi dan agar bisa lulus tepat waktu sehingga menjadikan mahasiswa merasakan stres akademik. Mahasiswa yang menyusun tugas akhir merasakan tekanan dan mengalami stres akademik ini karena mahasiswa berada di akhir masa perkuliahan dan adanya permintaan akhir dari perguruan tinggi yaitu skripsi, yang mana merupakan syarat kelulusan pendidikan sarjana.

Hal tersebut bisa menjadi faktor penyebab tingkat stres pada mahasiswa semester akhir. Tingkat stres saat menyusun skripsi ini bisa dikurangi jika mahasiswa tersebut memiliki dukungan dari orang sekitar terutamanya

dukungan dari teman sebaya yang mengalami situasi yang hampir sama sedang menyusun skripsi sehingga lebih mudah untuk saling mengerti perasaan satu sama lain. Hubungan interaksi yang baik serta kepercayaan antara individu juga bisa menjadi faktor utama dipilihnya individu tersebut sebagai sistem pendukung bagi mahasiswa. Dukungan teman sebaya seperti halnya mendapatkan motivasi dari teman sebaya, menjadi tempat keluh kesah mencurahkan perasaannya, menemani mencari literatur ke tempat penelitian dan mendapatkan motivasi dari teman sebaya, menjadi tempat keluh kesah mencurahkan perasaannya, menemani mencari literatur ke perpustakaan, membantu mencari literatur diinternet menemani survei ke tempat penelitian dan mendapatkan bantuan lainnya pengelolaan dengan memperoleh dukungan dari teman sebaya termasuk paling mudah untuk mencegah stres yang berkelanjutan.

Penulis melakukan wawancara pada salah satu mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun tugas akhir di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari pada tanggal 28 Agustus 2023 yang berinisial S, subjek menjelaskan:

“Dalam proses pengerjaan skripsi saya sangat merasa kesulitan dalam proses mengerjakan skripsi, saya kesulitan menentukan judul, mencari ide, saya juga sering merasa malas dan juga saya sangat merasa lelah dengan tuntutan-tuntutan orang-orang sekitar sehingga membuat saya tidak tau harus bagaimana lagi melanjutkan pengerjaan skripsi ini, juga kesulitan dalam mencari literatur. Hal ini yang membuat saya khawatir dan cemas. Saya juga sering mengurung diri dan menangis karena memikirkan skripsi saya. Dosen pembimbing yang sulit ditemui sehingga membuat saya terlambat dalam bimbingan. Tuntutan dari orang tua dan orang sekitar untuk cepat selesai kuliah, tuntutan dari diri sendiri agar cepat selesai dan cepat wisuda”.

Hasil wawancara diatas menunjukan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi banyak menemui kesulitan yaitu dalam membagi waktu , kesulitan mencari literatur, kesulitan mencari ide. Selain itu adanya tuntutan dari orang tua, orang sekitar dan diri sendiri. Dari tuntutan itu yang membuat mahasiswa menjadi tertekan dan stres akademik. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik yaitu faktor fisik, faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor sosial. Solusi yang dilakukan untuk mengurangi tingkat stres pada mahasiswa dalam menyusun skripsi bisa dikelola dengan memperoleh dukungan teman sebaya. Solusi tersebut termasuk paling mudah untuk mencegah stres yang berkelanjutan dan berpengaruh pada penurunan tingkat stres dan melindungi jiwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Maka sejak awal semester hendaknya mahasiswa membangun hubungan interaksi yang baik sesama teman agar lebih mudah untuk mendapatkan dukungan dari teman sebaya. Interaksi itu bisa dibangun melalui beberapa kegiatan seperti belajar bersama, mengikuti seminar bersama, saling membantu jika dibutuhkan dan masih banyak lagi. Dengan begitu ketika hubungan interaksi sudah terjalin baik maka mahasiswa akan memiliki kepercayaan terhadap temannya bahwa dia bisa dijadikan teman untuk saling berbagi kesenangan dan kesedihnya. Dan terciptalah suatu dukungan yang berasal dari teman sebaya atau disebut dukungan teman sebaya. Dukungan teman sebaya itu bisa diwujudkan dengan saling

membantu mencari keperluan untuk skripsi, mau mendengarkan keluhan perasaannya dengan kaata lain curhat, menemani menvari literatur dan membantunya, menemani mencari literatur dan membantunya, menemani survei ketempat penelitian, saling menyemangati satu sama lain, menguatkan secara spritual bahkan taak jarang mahasiswa mau menemani temannya mencari data untuk bhan penyusunan skripsi.

Dukungan sosial merupakan hairnya orang-orang tertentu yang secara pribadi memberikan nasehat, motivasi, arahan dan menunjukkan jalan keluaar ketika individu mengalami masalah dan pada saat mengalami kendala melakukan kegiatan secara terarah guna mencapai tujuan. Dukungan sosial sangatlah penting untuk dipahami karena dukungan sosial menjadi sangat berharga ketika individu mengalami suatu masalah oleh karena itu individu yang bersangkutan membutuhkan oraang-orang terdekat yang dapat dipercaya untuk membantu dalam mengatasi permasalahannya tersebut. Dukungan sosial berperan penting dalam perkembangan manusia. Misalnya, orang yang relasi yang baik dengan orang lain. Maka orang tersebut memiliki mental dan fisik yang baik, kesejahteraan subjektif tinggi.

Dengan adanya dukungan sosial yang telah diberikan, menunjukkan hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi stres. Dukungan sosial yang diterima dapa membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten. Hubungan sosial yang supportif secara sosial juga meredam efek stres, membantu orang mengatasi stres dan menambah kesehatan. Selain itu, dukungan sosial bisa efektif dalam mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa sulit dan menekan. Maka, penilaian positif terhadap dukungan sosial mengartikan bahwa individu mempersepsi dukungan yang diberikan oleh individu lain telah diterima dengan baik dan sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan. Sebaliknya, penilain negatif terhadap dukungan sosial yang diberikan tidak dapat diterima dan dirasakan dengan baik karena kurang dengaan kebutuhan yang dimilikinya.

Metode Penelitian

Untuk mengetahui Pengaruh Dukungan Sosial dari Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Program Studi psikologi Islam UIN ANTASARI BANJARMASIN. Sesuai dengan butir rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, maka digunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan data penelitiannya berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. kemudian jenis pendekatan yang digunakan adalah korelasi yaitu untuk mencari ada atau tidaknya kontribusi atau hubungan antara dua variable atau lebih tanpa mengubah data yang didapatkan.

Hasil

Uji Normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov Test dengan menggunakan *Statistical Packages for Sosial Science (SPSS) 22*. Berdasarkan tabel dibawah nilai signifikansi yang dapat dilihat pada tabel kolom Asymp. Sig (2-tailed) ialah lebih besar dari nilai probabilitas 0,05 yakni ditunjukkan dengan nilai $0,200 > 0,05$ berarti data antara variabel dukungan sosial teman sebaya dan variabel tingkat stres berdistribusi normal

Tabel 1

Hasil Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		55
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.57144737
Most Extreme Differences	Absolute	.060
	Positive	.058
	Negative	-.060
Test Statistic		.060
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Kemudian Uji linearitas digunakan agar dapat mengetahui apakah data dalam penelitian yang didapatkan tersebut linear atau tidak. Uji linearitas digunakan dalam uji statistik parametric. Dasar pengambilan dari keputusan dalam uji ini yakni apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data antara kedua variabel tersebut secara linier.

Results should be clear and concise. The results should summarize (scientific) findings rather than providing data in great detail (Ahmadjayadi, 2003). Please highlight differences between your results or findings and the previous publications by other researchers. Uji asumsi pertama yang digunakan penulis adalah uji normalitas, uji normalitas digunakan agar dapat mengetahui apakah data variabel x dengan variabel y berdistribusi normal agar memenuhi syarat untuk uji hipotesis. Tabel *one sampel Kolmogorov-Smirnov test* adalah dasar dari pengambilan keputusan dalam uji normalitas. Hasil uji normalitas pada variabel dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres bisa diamati dari tabel dibawah ini.

Tabel 2
Hasil Uji Linieritas

Tingkat Stres-Dukungan Sosial Dari Teman Sebaya	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups (Combined)	698.371	15	46.558	2.399	.014
Linearity	326.846	1	326.846	16.839	.000
Deviation from Linearity	371.525	14	26.538	1.367	.215
Within Groups	756.974	39	19.410		
Total	1455.345	54			

Berdasarkan tabel 4.8 Diatas dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya (X) dan variabel tingkat stres (Y) mempunyai hubungan yang linier. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi yang ada pada kolom Deviation From Linearity yakni sebesar $0,215 > 0,05$.

Tabel 3
Deskriptif Statistik Data Penelitian

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan Sosial Dari Teman Sebaya	55	33	69	60.27	5.769
Tingkat Stres	55	59	85	75.71	5.191
Valid N (listwise)	55				

Untuk data standar deviasi diperoleh dari $(\text{skor max-skor min})/6$. Skor minimum diperoleh dari $(\text{Jumlah aitem} \times \text{skor terbesar})$ dan *mean* diperoleh dari

(skor minimum+skor maximum)/2. Tingkatan kategori bisa ditentukan penentuannya dengan memakai rumus dibawah ini,

$$\begin{aligned} \mu + 1\sigma & \leq X & \text{(Tinggi)} \\ \mu - 1\sigma & \leq X < \mu + 1\sigma & \text{(Sedang)} \\ & X < \mu - 1\sigma & \text{(Rendah)} \end{aligned}$$

Penjelasan :

X : Skor Subjek

μ : Mean

σ : Standar Deviasi

Mean dukungan sosial Teman sebaya 60,27 dan standar deviasinya 5,769 berdasarkan hitungan tersebut didapatkan hasil kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 4

Kategori Dukungan Sosial Teman Sebaya

Level	Rentang Nilai	Frequency	Percent
Rendah	$X < 36$	1	1,8%
Sedang	$36 \leq X < 54$	4	7,3%
Tinggi	$X \geq 54$	50	90,9%
Total		55	100,0%

Berdasarkan tabel 4 bisa dilihat dari fase dukungan sosial teman sebaya level tinggi ialah 50 orang mahasiswa dan presentasinya adalah 90,9% untuk level sedang 4 orang mahasiswa dan presentasinya yaitu 7,3% dan level rendah ialah 1 orang mahasiswa dan presentasinya adalah 1,8% yang diperoleh dari total sample penelitian.

Tabel 5

Kategorisasi Tingkat Stres

Level	Rentang Nilai	Frequency	Percent
Rendah	$X < 44$	0	0%
Sedang	$44 \leq X < 66$	1	1,8%

Tinggi	$X \geq 66$	54	98,2%
--------	-------------	----	-------

Berdasarkan tabel bisa dilihat dari tingkat stres mahasiswa pada level tinggi ialah 54 orang mahasiswa dan persentasinya adalah 98,2 , untuk level sedang ialah 1 orang mahasiswa dan persentasinya adalah 1,8% dan level rendah ialah sebanyak 0 orang mahasiswa dengan persentasinya ialah 0% yang diperoleh dari total sampel penelitian.

Tabel 6
Correlations

		DTS	TS
Dukungan Sosial Dari Teman Sebaya	Pearson Correlation	1	.474**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	55	55
Tingkat Stres	Pearson Correlation	.474**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	55	55

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa taraf signifikansi variabel dukungan sosial teman sebaya dan variabel tingkat stres sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel dukungan sosial dari teman sebaya variabel (X) dan variabel tingkat stres (Y) sebab signifikansi kurang dari 0,05.

PEMBAHASAN

Pengaruh dukungan Sosial Dari Teman sebaya Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Yang Sedang mengerjakan Skripsi Di Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Berdasarkan Hasil Penelitian yang dilakukan sehingga diperoleh bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial dari teman sebaya terhadap tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di program studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Bahwa taraf signifikansi variabel dukungan sosial dari teman sebaya dengan variabel tingkat stres mahasiswa 0,474. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikansi antara variabel dukungan sosial teman sebaya (X) dan variabel tingkat stres (Y) sebab signifikansinya kurang dari 0,05 . Secara kesekuruhan dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini dapat diterima karena adanya pengaruh antara dukungan sosial dari teman sebaya terhadap tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di prtogram studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Dengan diterimanya H_a dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif yang signifikansi antara dukungan sosial dari teman sebaya dan tingkat stres selain itu, dari tabel diatas dapat diketahui bahwa koefision kolerasi r hitung antara variabel dukungan sosial dari teman sebaya dan tingkat stres sebesar 0,266 , r hitung $> r$ tabel (0,474 $>$ 0,266). Dengan nilai r hitung 0,474 artinya dukungan sosial dari teman sebaya memiliki hubungan yang positif dengan tingkat stres mahasiswa, jadi tingkat stres mahasiswa yang mengerjakan skripsi di program studi Psikologi Islam Universitas Antasari Banjarmasin dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial dari teman sebaya.

Hal ini mennunjukkan bahwa hubungan yang positif antara variabel dukungan sosial dari teman sebaya dan tingkat stres bahwa semakin meningkat dukungan sosial dari teman sebaya maka variabel tingkat stres juga ikut meningkat. Sebaliknya semakin meningkat variabel dukungan sosial dari teman sebaya maka variabel tingkat stres akan menurun.

Dukungan sosial merupakan gambaran dari peranan dan pengaruh dan yang dapat ditimbulkan orang lain. Menurut Sarafino, teman sebaya merupakan sumber dukungan emosional penting sepanjang sepanjang transisi masa remaja. Dukungan sosial dari teman sebaya adalah dukungan yang diberikan kepada individu oleh kelompok sebayanya berupa kenyamanan secara fisik kenyamanan dan psikologis sehingga individu merasa dicintai, diperhatikan, dihargai sebagai bagian dari kelompok sosial.

Penjelasan diatas sejalan dengan pemaparan Alifah Jessica Andharini dan Desi Nurwidawati hasil penelitiannya yang menjelaskan bahwa terhadap hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada siswa dengan nilai signifikansi sebesar 0,028. Artinya hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara dukungan sosial

dengan stres dapat diterima. Nilai *nagelkerke R Square* 0,503 yang artinya bahwa variabel dukungan sosial memiliki kontribusi terhadap variabel stres sebesar 50,3% dan sisanya 49,7% disebabkan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Stres yang dialami individu dapat diatasi dengan *coping stres* agar dapat terkendalikan dan diatasi secara efektif, sebagaimana penelitian yang telah dilakukan oleh Putri Nor Afifah bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap *coping stres* mahasiswa tingkat akhir dan memiliki arah yang positif. Yang bermakna bahwa, semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh oleh mahasiswa tingkat akhir bimbingan dan penyuluhan Islam maka semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh oleh mahasiswa. Menurut Jhonson dalam penelitian Sapardo pada tahun 2019, mengemukakan bahwa dukungan sosial meningkatkan cara seseorang dalam menghadapi atau memecahkan masalah yang terfokus pada pengurangan reaksi stres melalui perhatian, informasi dan umpan balik yang diperlukan seseorang untuk melakukan coping stres. Dukungan sosial juga dapat meningkatkan cara seseorang dalam menghadapi atau memecahkan masalah (*coping Stres*) yang terfokus pada pengurangan reaksi stres melalui kerekatan hubungan, integrasi, sosial, adanya pengakuan, ketergantungan yang dapat diandalkan, bimbingan dan kesempatan untuk mengasuh yang diperlukan seseorang untuk melakukan *coping stres*. Pada data stres di penelitian ini berkaitan dengan tingkat kemampuan *coping stres* pada masing-masing subjek, tetapi penelitian ini belum dapat mengungkap tingkat kemampuan *coping stres* pada masing-masing subjek.

Deskripsi skor tingkat stres berada dalam kategori skor *mean* empirik 75,71 adalah dengan skor *mean* hipotetik 55 yang berarti mahasiswa yang menyusun skripsi di Program studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin mengalami tingkat stres yang tinggi. Tetapi berbeda dengan dukungan sosial dari teman sebaya memiliki *mean* empirik 60,27 dengan skor *mean* hipotetik 45 yang berarti cukup mahasiswa yang menyusun skripsi di Program studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin.

Keterbatasan Penelitian

Terdapat sejumlah keterbatasan dari penelitian ini yang penulis rasa harus dijadikan perhatian sebagai rujukan dimasa depan bagi peneliti lainnya:

1. Populasi yang diambil untuk kebutuhan penelitian hanya terbatas pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin yang menyusun skripsi. Karena itu, hasil penelitian ini hanya bisa digeneralisasikan ke mahasiswa di tempat yang sama dengan tempat penelitian diadakan.
2. Pengambilan data yang dilakukan secara online juga menjadi salah satu keterbatasan, dan hal ini menyebabkan peneliti tidak dapat melakukan pengawasan pengisian kuesioner yang dilakukan oleh responden.

3. Adanya keterbatasan peneliti ketika pengambilan data dilapangan yaitu dalam pencarian sampel penelitian.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian yang telah disampaikan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Hal ini dapat dilihat dari koefisien r hitung antara variabel dukungan sosial dari teman sebaya dan tingkat stres sebesar 0,474, sedangkan r tabelnya adalah 0,266, r hitung $>$ r tabel (0,474 $>$ 0,266). Hal ini menunjukkan bahwa adanyan hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan tingkat stres serta menunjukkan bahwa semakin meningkat dukungan sosial dari teman sebaya maka variabel tingkat stres juga ikut meningkat. Sebaliknya semakin meningkat variabel dukungan sosial dari teman sebaya maka variabel tingkat stres akan menurun.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, Putri Nor. Skripsi: "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Coping Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta." Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2023.
- Alimah dan Kharonnisa. "Hubungan Antara Self Efficacy dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Penelitian Psikologi* 8, No. 2 (2021).
- Agolla, J. E., H. Ongori. "An Assessment of Academic Stress Among Undergraduate Students: The Case of University of Botswana." *Educational Research and Review* 4, No.2 (2009).
- Andriana, Jumaini, dan Nur Nunu Prihantini. "Hubungan Tyingkat Stres Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia." *Jurnal Kedokteran* 09, No. 02 (2021).
- Arkunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006, Cet XIII.
- Asrar, Alisa Munaya, dan Taufani. "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Quatrer-Life Crisis Pada Dewasa Awal." *Journal of Behavior and Mental Health* 3, No.1, 2022.
- Azwar, Saifuddin. *Dasar-Dasar Psikometrika*. Edisi II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2016.
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi II. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2018.
- Baron, Robert A dan Donn Byrne. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga, 2005.
- Dakhi, Rahmat Alyakin. *Metode Penelitian Administrasi Kesehatan Masyarakat*. Jawa Tengah: Sarnu Untung, 2015.
- Diantha, I Made Pasek. *Metodologi Penelitian Hukum Normatif dalam Justifikasi Teori Hukum*. Jakarta: Prenada Media Group, 2017.
- Firiyah, Lilis. Skripsi: "Efektifitas Dzikir Dalam Menurunkan Stres Pada Mahasiswa Akhir Program Studi Psikologi Islam." Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2019.
- Gunawan, Muhammad Ali. *Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Sosial*. Yogyakarta: Parama Publishing, 2015.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2008.
- Johnson, D. W., F. P. Johnson., *Joining Together: Group Theory and Group Skill*. New York: Prentice Hall International, 1991.

- Juhariya. Skripsi: "Hubungan Antara Motivasi dengan Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Program studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember." Jember: Universitas Islam Negeri Jember Kiai Haji Achmad Siddiq, 2022.
- Kemenag, "Quran Kemenag," 2019.
- Kurniyawan, Enggal Hadi., Ahmad Muizzulhafidh., Erti Ikhtiarini Dewi., Kushariyadi., Latifa Aini S., Fitrio Deviantony., Yeni Fitria. "The Relationship Between Peer Social support and Stress Levels among the Elderly in the Tresna Werdha Social Institution." *Journal Health and Technology* 01, No 02 (2023).
- Ln, Lumogga. *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana, 2009.
- Mahbengi, Putri Ayu., Nurhasanah., Nurbaity. "Tingkat Stres Akademik Pada Siswa SMKN di Banda Aceh." *Jurnal Al-Taujih* 9, No 2, 2023.
- Misbahuddin dan Iqbal Hasan. *Analisis Data Penelitian dengan Statistik*. Edisi Kedua. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2013.
- Muna, Adrakal., Tahara Dilla Santi., Putri Ariscasari. "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi." *Jurnal Penelitian Inovatif* 5, No.1 (2025).
- Nada, Hana Qatrun., Hamidah Arsyad., Salsa Emilia Putri. "Kala Stres Menghampiri Islam Menangani." *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 1, No. 5, 2023.
- Nuzuliya, Kurnia. Skripsi: "Pengaruh Optimisme Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Selama Masa Pandemi Covid-19 di SMA 1 Trenggalek." Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021.
- Olarisa, Dwi Putri. Skripsi: "Hubungan Antara Kelekatan Orangtua dengan Coping Stres pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi." Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2022.
- Papalia, D. E., Olds., S. W, Feldman R. D. *Human development: Perkembangan Manusia*. Edisi Kesepuluh. Jakarta: Salemba Humanika, 2008.
- Priyanto, Dewi. *SPSS: Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum*. Yogyakarta: Penerbit Andi, 2018.
- Profil Fakultas Ushuluddin dan Humaniora," Website, diakses 27 Maret 2025, fuh.uin-antasari.ac.id/sejarah/.
- Prokop, S.K. dkk. *Psikologi Sehat: metode dan penelitian Klinis*. New York: Mac Milan, 1991.
- Rahadiansyah, M. Rafi. "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi." *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental* 1, No. 2 (2021).
- Ramadhan, Muhammad Fakhri., Rusydi A. Siroj., M. Win Afgani. "Validitas dan Reliabilitas." *Journal on Education* 06, No. 02 (2024).
- Ramadhani, Nayla Safira., I Ketut mahardika "Peran Dukungan Sosial Dalam Memitigasi Stress Pada Dewasa Akhir." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10, No. 11 (2024).
- Reza, Rahmah., Luluk Masluchah., Windy Cintya Dewi., Rahmah Puspita Sari. "Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Program Skripsi." *Jurnal Psikologi* 8, No. 2 (2024).
- Rohmah, Qonita. Skripsi: "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Tingkat stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di

- Universitas Muhamadiyah Malang.” Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2017.
- S, Wawancara Kepada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, 28 September 2023.
- Saat, Sulaiman dan Siti Mania. *Pengantar Metodologi Penelitian Panduan Bagi Peneliti Pemula*. Makassar: Pusaka Al Maidam, 2019.
- Santrock, John W., *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Translated by Shinto B. Adelar & Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga, 2003.
- Sarafino, E.P. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Edisi Kedua Singapura: John Wiley & Sons, 1994.
- Sarafino, Edward P dan Timothy W. Smith, *Health Psychology: Biosychosocial Interactions, 7 ed*. United States Of America: John Wiley & Sons 2011.
- Sarafino, P. Edward dan Timothy W. Smith. *Health Psychology- Biopsychological Intractions*. Edisi Ketujuh. USA: Jay O’Callaghan, 2011.
- Sarafino, P. Edward. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Edisi 2. USA: Wiley, 1994.
- Sholihin, M.Tri Indarto. Skripsi: ”Hubungan Dukungan Sosial teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Pengerjaan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2013-2014 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.” Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2019.
- Simanjuntak, Lesly Elisa dan Endang Sri Indrawati. ”Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas XII SMA Kristen Terang Semarang.” *Jurnal Empati* 10, No 2, 2021.
- Sinaga, Dameria. *Buku Ajar Statistik Dasar*. Jakarta: UKI Press, 2014.
- Siregar, Nita Permata Sari., Asih Menanti., Hasanuddin. ”Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Regulasi Diri Belajar Terhadap Resiliensi Pada Siswa SMA Tunas Harapan Mandiri Rantau Prapat.” *Journal of Education, Humaniora and Sosial Sciences* 5, No 1 (2022).
- Smet, Bart. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo, 1994.
- Stanley., Mickey., dan Patricia Gauntlett Beare. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC, 2007.
- Sugiyono. *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. Bandung : Alfabeta, 2014.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Sugiyono. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta, 2009.
- Sujarweni, V. Wiratma. *SPSS untuk penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2015.
- Sukma, Hendri Setiabudi., Siti Patimah., Subandi., Deden Makbulloh. ”Strategi Manajemen Stres Dalam Perspektif Islam” *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Agama Islam* 4, No. 1, 2023.
- Supriyadi. *Pengaruh Metode pembelajaran dan Keceerdasan Emosional Siswa Terhadap Hasil Belajar*. Jakarta: NEM 2018.
- Taylor, Shelley E. *Health Psychology*. Los Angeles: McGraw-Hill Hinger Education, 2003.
- Waruwu, Robert Onahia., Kurniawan Sarototonafo Zai., Maria Magdalena Bate'e., Jeliswan Berkat Iman Jaya Gea. ”Pengoperasian Sistem Aplikasi E-Arsip Dalam Memaksimalkan Manajemen Operasi Pelayanan Surat Masuk dan

- Surat Keluar Berbasis Digital di Dinas Komunikasi dan Informatika Kabupaten Nias Utara.” *Jurnal EMBA* 12, No. 1, 2024.
- Wibowo, Yuswo. Skripsi: “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi *Muroja’ah* Mahasiswa *Hafidhul Al-Qur’an* Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.” Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2013.
- Windiyaningrum, Wahyu Ika. Skripsi: “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Dalam Menyusun Skripsi DI Stikes ICME Jombang Tahun 2017.”, Jombang: STIKES ICME, 2017.
- Yamani, Qasim. ”Ratibul Hadad Traditional at Majelis Alkhairat (Study of Living Qur’an Against Q.S Al-Baqarah verses 285-286).” *Jurnal Multidisiplin madani* (MUDMA) 2, No.5 (2022).
- Yunitasari, Nur Intan. Skripsi: “Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.” Madiun: STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun, 2022.
- Zahira, Fairuz Rachmawati. Skripsi: ”Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Perilaku Prososial pada Remaja Awal di SMP Ulul Ilmi Medan.” Medan: Universitas Medan Area, 2022.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Rida Amelia

Tempat Tanggal Lahir : Muang, 06 Juli 2000

Agama : Islam

Kebangsaan : Indonesia

Status Perkawinan : Sudah Kawin

No. Hp/Alamat Email : 082255714448/ ridaamelia49082@gmail.com

Alamat : Ds. Muang, Rt 01, Kecamatan Jaro, Kab. Tabalong

Riwayat Pendidikan : SDN 1 Muang 2006-2012

MTsN 6 Tabalong 2013-2015

SMAN 1 Muara Uya 2016-2018

Orang Tua

Nama Ayah : Mardani

Pekerjaan : Petani

Alamat : Ds. Muang, Rt 01, Kecamatan Jaro, Kab. Tabalong

Nama Ibu : Siti Hamnah

Pekerjaan : Petani

Alamat : Ds. Muang, Rt 01, Kecamatan Jaro, Kab. Tabalong

Jumlah Saudara : 3

Banjarmasin, 02 Juli 2025



Penulis