

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

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.¹

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.² Dari pembahasan di atas mengenai stres menurut apa yang telah dijelaskan dalam Al-Qur'an manusia selayaknya agar tidak bersedih hati, Allah *Subhanahuwa Ta'ala*

¹Sugiyono, *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Disertasi*, (Bandung: Alfabeta, 2014).

²Muhammad Rafi Rahadiansyah dan Ahmad Chusairi, "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi.", *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental* 1, No. 2 (2021), 1291.

Berfirman yang berhubungan dengan pembahasan yakni tertulis pada Q.S Al-Baqarah ayat 286.³

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۖ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۚ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

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.”⁴

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 membawa dan stres yang negatif. Selain itu, manusia yang mengalami kejadian yang disebabkan oleh musibah tersebut.

Dalam *asbab nuzul-nya* ayat ini terkait bani israil yang tidak mampu memikul beban, kemudian Rasulullah bertanya kepada para sahabat apakah kalian sama seperti bani Israil 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.

³ Dwi Putri Olarisa, Skripsi: “Hubungan Antara Kelekatan Orangtua dengan Coping Stres pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi” (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2022), 3.

⁴ Kemenag, “Quran Kemenag,” 2019.

Misalnya, kewajiban sholat. Bagi yang tidak bisa berdiri, boleh dengan duduk. Kemudian yang tidak bisa duduk, boleh dengan berbaring. Kalau masih tidak bisa, boleh dengan isyarat.⁵

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.⁶ 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

⁵Qasim Yamani, "Ratibul Hadad Traditional at Majelis Alkhairat (Stufy of Living Qur'an Against Q.S Al-Baqarah verses 285-286)." *Jurnal Multidisiplin madani* (MUDMA) Vol.2, No.5 (2022), 2474.

⁶Alimah dan Kharonnisa, "Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Penelitian Psikologi* Vol 8, No. 2 (2021), 160-170.

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 di perpustakaan, membantu mencari literatur di internet menemani survei ke tempat penelitian dan mendapatkan bantuan lainnya.

Pengelolaan dengan memperoleh dukungan dari teman sebaya termasuk paling mudah untuk mencegah stres yang berkelanjutan.⁷ 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 tahu 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”*⁸

Hasil wawancara sebelumnya menunjukkan 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.

⁷Nur Intan Yunitasari, Skripsi: “Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.” (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun, 2022), 2.

⁸S, Wawancara Kepada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, 28 September 2023.

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik yaitu faktor fisik, faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor sosial.⁹ 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 kesedihan. 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 kata lain curhat, menemani menvari literatur dan membantunya, menemani mencari literatur dan membantunya, menemani survei ke tempat penelitian, saling menyemangati satu sama lain, penguatan secara spiritual bahkan tak jarang mahasiswa mau menemani temannya mencari data untuk bahan penyusunan skripsi.¹⁰

Dukungan sosial merupakan hadirnya orang-orang tertentu yang secara

⁹Adrakal MunaTahara Dilla Santi, Putri Ariscasari "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi." *Jurnal Penelitian Inovatif* Vol 5, No.1 (2025), 414.

¹⁰Nur Intan Yunitasari, Skripsi: "Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi." 5.

pribadi memberikan nasehat, motivasi, arahan dan menunjukkan jalan keluar 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 orang-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.¹¹

Dukungan sosial teman sebaya dapat memberikan sumbangan terhadap kestabilan psikologis seseorang. Bagi beberapa individu, peran teman sebaya adalah sesuatu yang penting tetapi ada pula sebagian individu yang menganggap teman sebaya tidak memegang peranan dalam hidup mereka. Dukungan sosial sebagai persepsi seseorang terhadap dukungan potensial yang diterima dari lingkungan, dukungan sosial tersebut mengacu pada kesenangan yang dirasakan sebagai penghargaan akan kepedulian serta pemberian bantuan dalam konteks hubungan yang akrab.¹²

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan Judul “PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP

¹¹Nayla Safira Ramadhani, Lailatul Faizah, Sevinda Masdalifah, I Ketut mahardika, "Peran Dukungan Sosial Dalam Memitigasi Stress Pada Dewasa Akhir." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* Vol 10, No. 11 (2024), 528-529.

¹²M.Tri Indrarto Sholihin, Skripsi: "Hubungan Dukungan Sosial teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Pengerjaan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2013-2014 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang." (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2019), 5-6.

TINGKAT STRES MAHASISWA TINGKAT AKHIR PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM UIN ANTASARI”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka peneliti mengambil fokus penelitian dengan mengemukakan 3 rumusan masalah, yaitu :

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa yang menyusun skripsi di program studi Psikologi Fakultas Ushuluddin dan humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin ?
2. Bagaimana tingkat stres pada mahasiswa yang menyusun skripsi di program studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin ?
3. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir yang Mengerjakan Skripsi di program studi Psikologi Islam UIN Antasari.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan perumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Mengetahui tingkat dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa yang menyusun skripsi di program studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.
2. Mengetahui tingkat stres pada mahasiswa yang menyusun skripsi di program studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

3. Mengetahui pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di program studi Psikologi Islam UIN Antasari.

D. Signifikansi Penelitian

Signifikansi dalam penelitian ini berperan untuk menjadi tolak ukur yang akan digunakan dalam mengukur tingkat kepercayaan terhadap sebuah hipotesis untuk selanjutnya menentukan apakah hipotesis tersebut diterima atau tidak. Signifikansi merupakan tingkat kepercayaan terhadap suatu hipotesis atau dugaan sementara, yang akan menentukan apakah hipotesis tersebut diterima atau tidak. Kata signifikan juga kerap dipakai untuk merumuskan suatu hasil penelitian. dalam penelitian ini peneliti mengelompokkan beberapa signifikansi yaitu sebagai berikut;

1. Signifikansi Teoritis

Dalam penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan secara ilmiah, lebih khususnya dalam ranah psikologi. Hasil penelitian ini diharapkan bisa jadi bahan kajian dan juga referensi bagi para peneliti dan mahasiswa yang tertarik meneliti terkait dengan hubungan dukungan sosial terhadap tingkat stres mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

2. Signifikansi Praktis

a. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman dalam melakukan penelitian dan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran maupun sebagai masukan bagi peneliti lain.

b. Bagi Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan tentang stres yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir dan juga dapat membantu mahasiswa yang mengalami stres dengan melakukan berbagai hal positif. Dan juga sebagai gambaran mahasiswa untuk mengetahui peranan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat stres yang dialami mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

c. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber rujukan dan sumber informasi dalam menambah wawasan bagi pembaca. Terlebihnya memberikan manfaat bagi peneliti-peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam.

E. Definisi Operasional

Untuk mempertegas istilah yang ada dalam variabel-variabel judul penelitian ini dengan menghindari adanya kekeliruan untuk istilah tersebut, maka peneliti perlu memperjelas dalam sebuah definisi operasional sebagai berikut :

1. Stres

Menurut Sarafino dan Smith stres merupakan perasaan tegang dan tidak nyaman yang disebabkan karena individu merasa tidak mampu menangani tuntutan-tuntutan di lingkungan. Stres menurut Sarafino dan Smith mempunyai tiga pendekatan yaitu pendekatan pertama stres sebagai stimulus yakni individu mengalami stres apabila dirinya menjadi bagian dari lingkungan tersebut yang berupa keadaan yang menantang fisik atau psikologis disebut *stressor*, misalnya ketika seorang mengalami pengalaman kematian dalam keluarganya, lingkungan yang penuh persaingan, dan lain sebagainya. Pendekatan kedua stres sebagai respon yakni berfokus pada respon seseorang terhadap *stressor* yaitu respon psikologis dan

respon fisiologis. Pendekatan yang ketiga stres sebagai proses yang terdiri dari stres dan ketegangan yang berkaitan dengan interaksi individu lingkungannya, stres disini tidak hanya sekedar stimulus dan respon, tetapi proses dari setiap individu yang bertindak sebagai pengantara aktif yang mampu mempengaruhi dampak stres melalui strategi kognitif, perilaku, dan emosional.¹³ Kemudian Sarafino mengemukakan 4 aspek stres yaitu aspek biologis, aspek emosi, aspek kognitif, dan aspek perilaku sosial.¹⁴

Berdasarkan pendapat sebelumnya dapat disimpulkan bahwa stres merupakan tekanan, tuntutan maupun kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari berbagai situasi dengan sumber-sumber daya sistem biologis, psikologis dan sosial seseorang.

2. Dukungan Sosial

Sarafino mengartikan dukungan sosial adalah kesediaan seseorang untuk menghabiskan waktu dengan individu, sehingga individu akan merasa menjadi bagian dari sekelompok orang yang memiliki minat dan kegiatan sosial yang sama. Individu yang memperoleh dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, dirawat, dihargai, dan merupakan bagian dari komunitas sosialnya. Orang-orang yang menerima dukungan sosial akan memiliki keyakinan bahwa mereka bernilai dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong mereka disaat

¹³Edward P. Sarafino dan Timothy W. Smith, *Health Psychology: Biosychosocial Interactions*, 7 ed. (United States Of America: John Wiley & Sons 2011), 56.

¹⁴ Sarafino, E.P. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Edisi Kedua. (USA: John Wiley & Sons, 1994), 57.

membutuhkan.¹⁵ Sarafino kemudian mengemukakan dukungan sosial terdiri dari 5 aspek yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan jaringan sosial, dan dukungan informasi.¹⁶

Berdasarkan penjelasan diatas, dukungan sosial diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari sekumpulan orang atau kelompok-kelompok.

F. Penelitian Terdahulu

Pada dasarnya penelitian terdahulu adalah upaya peneliti untuk mencari perbandingan dan selanjutnya untuk menemukan inspirasi baru untuk penelitian selanjutnya disamping itu kajian terdahulu membantu penelitian dalam memposisikan penelitian serta menunjukkan orisinalitas dari penelitian.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Reza Rahmah, Luluk Maslichah, Windy Chintya Dewi, Rahmah Putri Puspitasari dengan judul “Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Program Skripsi” pada tahun 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari universitas di Jombang, dengan sampel penelitian sebanyak 102 mahasiswa. Penelitian ini mengkaji hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Data dikumpulkan secara online melalui *purpusive random sampling* menggunakan *google form*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional. Pada penelitian terdahulu menggunakan dukungan sosial teman

¹⁵ Sarafino, E. P, *Health Psychology: Biosychosocial Interactions 3th edition*, (New York: John Wiley & Sons, Inc, 1994), 45.

¹⁶ Sarafino, E. P., dan Timothy W. Smith. *Health Psychology- Biopsychological Intractions. (C. Johnson (ed): Seventh ed)*. (USA:Jay O’Callaghan, 2011), 80.

sebayanya dengan tingkat stres pada mahasiswa program skripsi. Sedangkan dalam rancangan ini menggunakan Sedangkan dalam rancangan ini menggunakan Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari.¹⁷

2. Penelitian yang dilakukan oleh Alisa Munaya Asrar dan Aufani dengan Judul “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap *Quarter-Life Crisis* Pada Dewasa Awal” pada tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal dengan subjek penelitian berjumlah 143 orang. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi. Penelitian terdahulu menggunakan pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap *Quarter-Life Crisis* Pada Dewasa Awal. Sedangkan dalam rancangan ini menggunakan Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari.¹⁸
3. Penelitian ini dilakukan Fairuz Rachmawati Zahra dengan Judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Perilaku Prosocial Pada Remaja Awal Di SMP Ulul Ilmi Medan” pada tahun 2022. Penelitian ini melibatkan 92 remaja SMP Ulul Ilmi Medan sebagai subjek penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan mendapatkan data secara empiris mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan perilaku prososial pada Remaja Awal di SMP Ulul Ilmi Medan. Pengambilan sampel

¹⁷ Reza Rahmah, Luluk Masluchah, Windy Chintya Dewi, Rahmah Putri Puspitasari. ”Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Program Skripsi.” *Jurnal Psikologi* Vol 8, No. 2 (2024).

¹⁸ Alisa Munaya Asrar, Taufani. ”Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap *Quarter-Life Crisis* Pada Dewasa Awal.”, *Journal of Behavior And Mental Health* Vol 3, No. 01 (2022).

dilakukan dengan teknik *simple random sampling*.¹⁹ Pada penelitian terdahulu menggunakan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan perilaku prososial pada Remaja Awal di SMP Ulul Azmi. Sedangkan dalam rancangan ini menggunakan pengaruh dukungan sosial terhadap stres mahasiswa tingkat akhir program studi Psikologi Islam UIN Antasari, sedangkan persamaan terletak pada tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Persamaan terletak pada variabel Independen akan tetapi terdapat perbedaan pada variabel Dependen, lokasi dan juga pada tahun penelitian.

4. Penelitian ini dilakukan oleh Engga Hadi Kurniyawan, Ahmad Muizzulhafildh, Erti Ikhtiarini Dewi, kushariyadi, Latifa Aini Susumaningan, Fitrio Deviantony, dan Yeni Fitri. Dengan judul "*The Relationship Between Peer Social Support and Stress Levels Among the Elderly in the Tresna Werdha Social Institution*" pada tahun 2023. Penelitian ini menggunakan sampel 59 lansia yang tinggal di panti sosial Tresna Werdha. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres pada lansia. Menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan pengumpulan data kuesioner dukungan sosial sebaya dan kuesioner penilaian stres.²⁰ Penelitian terdahulu terdapat variabel dependen yang bertujuan untuk mengetahui tingkat stres pada lansia sedangkan dalam

¹⁹ Fairuz Rachmawati Zahira. Skripsi: "Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Perilaku Prososial pada Remaja Awal di SMP Ulul Ilmi Medan." (Universitas Medan Area, 2022).

²⁰ Engga Hadi Kurniyawan, Ahmad Muizzulhafildh, Erti Ikhtiarini Dewi, Kushariyadi, Latifa Aini Susumaningan, Fitrio Deviantony, dan Yeni Fitri. "*The Relationship Between Peer Social Support and Stress Levels among the Elderly in the Tresna Werdha Social Institution.*" *Journal Health and Technology* 1, No 02 (2023).

penelitian ini variabel dependen yang digunakan bertujuan untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

5. Penelitian ini dilakukan oleh Lesly Elisa Simanjuntak dan Endang Sri Indrawati. Dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas XII SMA Kristen Terang Semarang” pada tahun 2021. Populasi dari penelitian ini adalah 139 siswa SMA Kristen Terang Bangsa, dengan sampel penelitian sebanyak 97 subjek. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan harga diri pada siswi kelas XII SMA Kristen Terang Bangsa Semarang. Dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala psikologi model *likert* yang terdiri dari dua skala, yaitu skala dukungan sosial teman sebaya dan skala harga diri.²¹ Pada penelitian terdahulu menggunakan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan harga diri pada siswi kelas XII SMA Kristen Terang Semarang Sedangkan dalam rancangan ini menggunakan pengaruh dukungan sosial terhadap stres mahasiswa tingkat akhir program studi Psikologi Islam UIN Antasari. Terdapat kesamaan pada variabel Independen akan tetapi pada penelitian terdahulu pada siswi kelas XII sedangkan pada rancangan pada penelitian ini pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Walaupun terdapat kesamaan di variabel dan metode penelitian kuantitatif akan tetapi perbedaan terletak pada isi pembahasan, dan juga terdapat pada bagian lokasi penelitian, dan tahun penelitian yang beda dari penelitian terdahulu.

²¹ Lesly Elisa Simanjuntak & Endang Sri Indrawati. “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas XII SMA Kristen Terang Semarang.” *Jurnal Empati* Vol 10, No 2 (2021).

G. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dapat diartikan sebagai bentuk jawaban dari pertanyaan yang ada pada rumusan masalah dan bersifat sementara. Untuk menguji hipotesis apakah telah sesuai atau tidak dilakukan melalui pengumpulan data-data yang diperlukan tersebut, membutuhkan yang disusun secara sistematis dan terstruktur. Berdasarkan pada uraian latar belakang peneliti dan teori-teori pendukung maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut :

1. Hipotesis Alternatif (H_a)

Hipotesis alternatif merupakan hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas secara signifikan. “Terdapat adanya Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari”.

2. Hipotesis Nol (H_0)

Hipotesis Nol merupakan hipotesis yang menyatakan tidak ada hubungan variabel terikat maupun variabel bebas. “Tidak adanya Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari”.

H. Sistematika Penulisan

Untuk mengetahui gambaran yang lebih jelas dan menyeluruh mengenai pembahasan proposal ini. Maka penulis merinci dalam sistematika pembahasan sebagai berikut :

1. Bab I pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, definisi operasional, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, penelitian terdahulu, hipotesis penelitian dan sistematika penulisan dalam penelitian ini.

2. Bab II berisi Kajian teori dan Kerangka Pikir yang menjelaskan terkait tinjauan teoritis yang menjadi pembahasan masalah dan kerangka berpikir. Meliputi pengertian stres, aspek stres, faktor penyebab stres, pengertian dukungan sosial, pengertian dukungan sosial teman sebaya, aspek-aspek dukungan sosial teman sebaya, macam-macam dukungan sosial teman sebaya.
3. Bab III berisi metode penelitian yang terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian, desain penelitian, lokasi penelitian, populasi dan sampel penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, teknik analisis data, pengolahan data, serta prosedur penelitian.
4. Bab IV berisi hasil penelitian dan pembahasan yang akan menjawab hipotesis penelitian.
5. Bab V berisi penutup yang terdiri dari kesimpulan dan rekomendasi yang disampaikan penulis untuk menutup uraian pembahasan pada penelitian.