

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN STRESS AKADEMIK MAHASISWA SEMESTER AKHIR
FAKULTAS DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

SKRIPSI



Oleh:

Minna Ahmad Karim

Nim: 214103030014

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
TAHUN 2025**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN STRESS AKADEMIK MAHASISWA SEMESTER AKHIR
FAKULTAS DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

SKRIPSI

diajukan Kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan Konseling Islam



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
Oleh:
KIAI HAJI Minna Ahmad Karim
NIM: 214103030014
J E M B E R

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
TAHUN 2025**

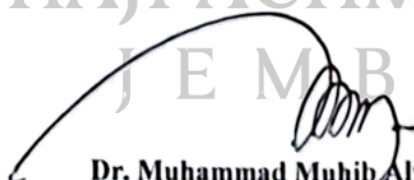
**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN STRESS AKADEMIK MAHASISWA SEMESTER AKHIR
FAKULTAS DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

SKRIPSI

diajukan Kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan Konseling Islam

Oleh:
Minna Ahmad Karim
NIM: 214103030014

Disetujui Pembimbing
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER


Dr. Muhammad Muhib Alwi, S.Psi., M.A
NIP. 197807192009121005

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN STRESS AKADEMIK MAHASISWA SEMESTER AKHIR
FAKULTAS DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

SKRIPSI

telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar sarjana S. Sos
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan Konseling Islam

Hari: Senin
Tanggal: 30 Juni 2025

Tim Penguji

Ketua



David Ilham Yusuf, M.Pd.I.
NIP. 198507062019031007

Sekretaris



Febrina Rizky Agustina, M.Pd.
NIP. 199502212019032011

Anggota:

1. Dr. Drs. H. Rosyadi Br, M.Pd.I.

2. Dr. Muhammad Muhib Alwi, S.Psi., M.A

Menyetujui
Dekan Fakultas Dakwah



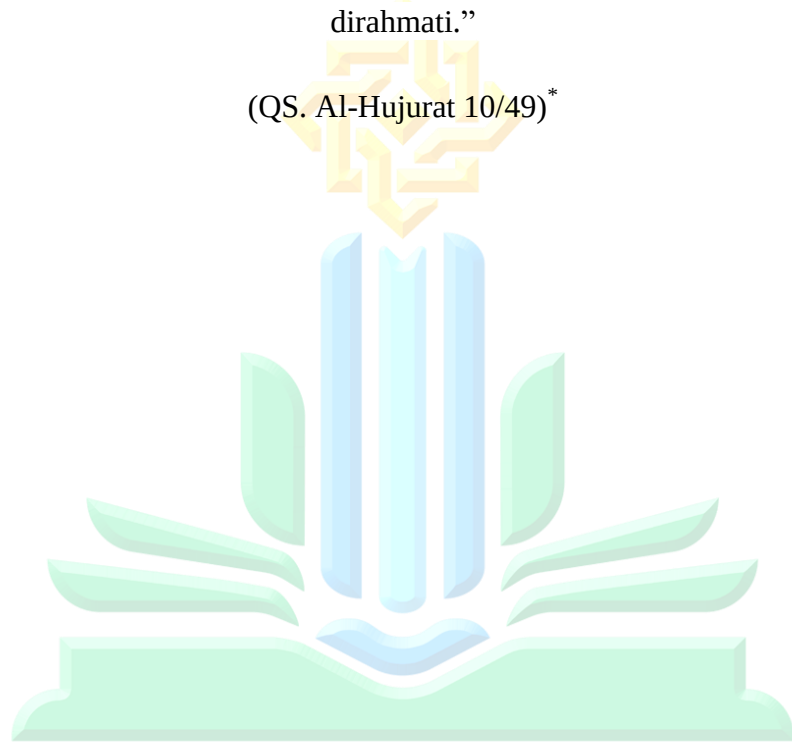
Prof. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag.
NIP. 19730227200031001

MOTTO

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

“Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah kedua saudaramu (yang bertikai) dan bertakwalah kepada Allah agar kamu dirahmati.”

(QS. Al-Hujurat 10/49)*



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

* Kementrian Agama, Al-Quran Dan Terjemahan Q.S Al-Hujurat surat ke 10, 533

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah. Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat dan kekuatan, serta membekali saya dengan ilmu pengetahuan. Atas seluruh perjuangan peneliti telah peneliti lalui hingga mencapai titik ini, peneliti persembahkan karya ini kepada sosok-sosok luar biasa yang senantiasa menjadi sumber semangat dan alasan di balik keteguhan saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

1. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Ahmad Karim terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan, yang telah menjadi motivator terbaik dalam kehidupan peneliti, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Semoga rahmat Allah SWT selalu mengiringi kehidupanmu yang barokah dan senantiasa diberi kesehatan. Dan kepada Ibunda saya Siti Saifatu Rahmah terimakasih atas jasa, iringan doa dan penyemangat yang tak ada hentinya memberikan dalam mengiringi setiap perjalanan dalam menyelesaikan pendidikan hingga jenjang ini. Beliau sangatlah berperan penting dalam menyelesaikan studi penulis dan beliau selalu mendoakan kesuksesan anak-anaknya. Terimakasih mama untuk semua sujud yang menjadi doa semoga mama sehat, panjang umur dan bahagia selalu.
2. Asia Ahmad Karim, kakak kandung peneliti dan adik-adik Fattah dan Amirah yang selalu membersamai peneliti pahitnya kehidupan hingga diusianya peneliti sekarang. Terimakasih telah memberikan *support* kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi sederhana ini saya persembahkan untuk kalian semua.

ABSTRAK

Minna Ahmad Karim, 2025: *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stress Akademik Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember*

Kata kunci: Dukungan Sosial Teman Sebaya, Fakultas Dakwah, Mahasiswa, Stres Akademik.

Stress akademik merupakan suatu kondisi yang berkaitan dengan ketegangan fisik dan psikologis yang dialami oleh mahasiswa akibat adanya tekanan yang timbul dari berbagai tuntutan akademik. Persepsi individu terhadap kebutuhan akademisnya menimbulkan kondisi tidak nyaman yang berujung pada stres. Dukungan sosial sebaya adalah bantuan emosional, informasi, dan perawatan yang diberikan individu dengan pengalaman atau latar belakang serupa untuk membantu seseorang mengatasi tantangan. Siswa yang menerima dukungan sosial dari teman sebaya dianggap membantu mengurangi stres.

Rumusan masalah pada skripsi ini adalah apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

Metode penelitian kuantitatif korelasional dengan menggunakan sampel terdiri dari 230 mahasiswa yang dipilih menggunakan *teknik proportional sampling*. teknik pengumpulan data melalui angket/koesioner jenis *Skala Likert*. Dan teknik analisis menggunakan *korelasi product moment carl pearson* dengan bantuan program SPSS 26.0 for windows.

Hasil penelitian nilai sinifikansi $0.000 < 0.05$ yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak, dengan Nilai *Pearson Correlation* sebesar 26,4% dipengaruhi oleh dukungan sosial teman sebaya. Artinya, hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik bersifat negatif dengan nilai dan tergolong kategori sedang 0,20–0,39. Dapat dinyatakan bahwa penelitian ini memiliki hubungan negatif yang signifikan adanya dukungan sosial teman sebaya berhubungan terhadap menurunnya stress akademik. Hal ini sejalan dengan teori Sarafino yang menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat mempengaruhi turunya tingkat stress yang berlebih.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember”. Sholawat serta salam kepada junjungan kita Nabi agung putra padang pasir, Nabi muhammad SAW yang senantiasa memberikan syafaat dihari kelak nanti.

Tuntasan karya ini tentunya tidak lepas dari pertolongan Allah dan dukungan banyak pihak. Oleh karena itu penulis menghanturkan ucapan terimakasih dengan setulus hati kepada:

1. Prof. Dr. H. Hepni, S. Ag., M.M., CPEM. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Bapak Prof. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
3. Bapak David Ilham Yusuf, S.Sos.I. Selaku Kordinator Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
4. Bapak Dr. Muhammad Muhib Alwi, S. Psi., M.A. Selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah memberikan bimbingan serta arahan sehingga penulis menyelesaikan Skripsi ini.
5. Seluruh dosen Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang telah memberikan ilmu serta pengetahuan dan pengalaman yang berharga kepada peneliti selama berada di bangku kuliah
6. Teruntuk teman-teman Program Bimbingan Konseling Islam angkatan 2021 terimakasih telah menjadi bagian perjalanan hidup penulis selama dalam masa-masa perkuliahan, yang sudah banyak memberikan pengalaman selama dibangku kuliah dalam masa-masa perkuliahan, *see you on top, guys*.

7. Serta tidak lupa semua partisipan mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah, terimakasih penulis ucapkan telah membantu mengisi kuesioner sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

Semoga segala kebaikan yang peneliti dapat dari orang-orang hebat yang tidak dapat disebutkan satu persatu dapat menjadi ladang pahala serta jariyah di kehidupan yang abadi kelak, Amiin Ya Rabbal a'lamin.

Jember, 23 April 2024

Minna Ahmad Karim



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR ISI

	Hal
COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	12
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	13
F. Definisi Operasional.....	16
G. Asumsi Penelitian	17
H. Hipotesis.....	18
I. Sistematika Pembahasan	18
BAB II KAJIAN PUSTAKA	20
A. Penelitian Terdahulu	20

B. Kajian Teori	25
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Pendekatan dan jenis penelitian	38
B. Populasi dan Sampel	39
C. Teknik dan instrument pengumpulan data	42
D. Analisis data	52
BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS	57
A. Gambaran Obyek Penelitian	57
B. Penyajian Data	60
C. Analisis Dan Pengujian Hipotesis.....	68
D. Pembahasan.....	70
BAB V PENUTUP.....	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN	82

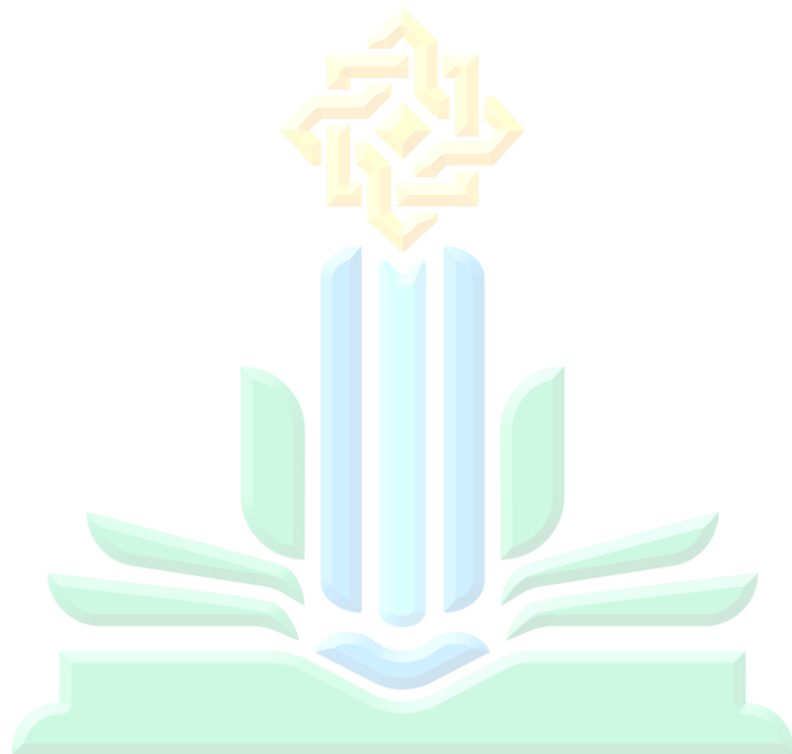
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR TABEL

No. Uraian	Hal
Penelitian Terdahulu	23
Populasi Mahasiswa Fakultas Dakwah	39
<i>Blueprint</i> Dukungan Sosial Teman Sebaya	46
<i>Blueprint</i> Stress Akademik	47
Jumlah Responden Uji Coba Instrumen.....	48
Hasil Uji Validasi Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	50
Hasil Uji validasi stress akademik	50
Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Stress Akademik....	52
Penilaian <i>Skala Likert</i>	53
Blue Print Dukungan Sosial Teman Sebaya Setelah Uji Validitas	62
Stress Akademik Setelah Uji Validitas	62
Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Stress Akademik.....	63
<i>Descriptive Statistics</i>	66
Pedoman Kategorisasi Tingkat Variabel.....	66
Hasil Nilai 3 Kategorisasi Data.....	66
Hasil Kategorisasi Data Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	66
Hasil Kategorisasi Data Stress Akademik	67
<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	68
<i>ANOVA Table</i>	68
<i>Correlations</i>	69
Interpretasi Koefisien Korelasi	70

DAFTAR GAMBAR

No. Uraian	Hal
Program Studi	64
Jenis Kelamin	64



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di jenjang perguruan tinggi, baik disekolah, akademik, maupun yang paling umum di universitas.² Dalam tahap ini mahasiswa berperan penting dalam Proses memperoleh wawasan baru dan membentuk pertumbuhan pribadi. selama menjalin perkuliahan, mahasiswa menentukan peluang untuk menjalin interaksi sosial, memperluas jaringan, serta menggali minat dan potensi yang dimiliki. Setelah lulus, mereka pun diharapkan terus belajar mengembangkan setelah lulus dari perguruan tinggi.

Menempuh status mahasiswa merupakan suatu kebanggaan sekaligus tantangan yang menuntut kita untuk senantiasa membentuk komunitas akademis dan ekstra akademis. Bahkan, mahasiswa kerap kali dihadapkan pada tugas-tugas yang membuat mereka malas untuk menyelesaikannya.

Mahasiswa harus menghadapi tugas yang semakin menantang, dosen dengan standar penilaian yang bervariasi, dan sistem pembelajaran serta ujian yang beragam dalam jadwal yang padat.³

Saat mahasiswa mencapai semester akhir, mereka akan merasakan tekanan yang meningkat karena mereka harus menyelesaikan tugas akhir dan

² Avuan Muhammad Rizki, 7 Jalan Mahasiswa, Cet Ke 1 (Jawa Barat: CV Jejak, September 2018), Hal. 14.

³ Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang Jurnal Psikologi Konseling Vol. 14 No. 1, Juni 2023 75 mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132.

mulai memikirkan masa depan karier mereka dalam hal apa yang akan mereka pelajari setelah lulus, serta persaingan di dunia kerja.⁴

Maka karena itu, setiap mahasiswa akan diberikan beban dan tanggung jawab yang sangat besar karena jenjang pendidikan universitas merupakan jenjang pendidikan tertinggi. Beban dan tekanan ini pada akhirnya memicu munculnya berbagai permasalahan yang dihadapi oleh setiap mahasiswa dan masing-masing memiliki cara yang berbeda dalam menyelesaikannya, kondisi ini memicu munculnya stress akademik pada mahasiswa. Sebagai tingkat pendidikan tertinggi, mahasiswa memiliki tanggung jawab yang besar. Kesulitan tugas akademik, banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan, dan tekanan untuk meraih prestasi tinggi dapat menjadi pemicu stres yang cukup besar.

Faktanya dikutip dari jurnal yang diteliti oleh peneliti menghasilkan penelitian bahwa stres akademik ialah fenomena yang banyak dialami oleh mahasiswa tingkat akhir, terutama akibat tuntutan akademik yang tinggi.

Penelitian di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo menunjukkan bahwa sekitar 36,5% mahasiswa mengalami stres akademik dalam kategori sedang, sementara 19,3% dalam kategori tinggi. Faktor utama yang menyebabkan stres akademik meliputi beban tugas yang menumpuk, tekanan untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu, serta tuntutan mendapatkan nilai yang baik.

Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa 55% mahasiswa mengalami

⁴ Baiti, R. D., Abdullah, S. M., & Rochwidowati, N. S. (2017). Similiaruty artikel: Career Self Efficacy Dan Kesiapan Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir. Jurnal Psikologi Integratif, 5(2), 128-141.

sakit kepala, 57% mengalami gangguan tidur, dan 50% kehilangan nafsu makan akibat stres akademik.⁵

Penelitian lain dari Universitas Negeri Makassar menunjukkan bahwa stres akademik sering dialami oleh mahasiswa tingkat akhir akibat beban akademik yang semakin berat menjelang penyelesaian studi. Dari 151 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sebanyak 72% mengalami stres akademik dalam kategori sedang, 18% mengalami stres tinggi, dan hanya 10% yang mengalami stres rendah. Penyebab utama stres tersebut meliputi kesulitan dalam merevisi tugas, sulitnya menemui dosen pembimbing, serta kurangnya pemahaman terhadap metode penelitian. Selain itu, manajemen waktu yang buruk dan umpan balik negatif dari dosen turut memperparah kondisi stres mahasiswa. Stres akademik yang tinggi dapat berdampak negatif terhadap kondisi psikologis dan kesehatan mahasiswa, seperti kecemasan, gangguan tidur, serta menurunnya motivasi belajar. Bahkan, beberapa mahasiswa mengalami depresi berat akibat tekanan akademik yang berkepanjangan, yang dalam beberapa kasus di Indonesia berujung pada tindakan bunuh diri karena kegagalan menyelesaikan skripsi. Oleh karena itu, strategi coping yang efektif, seperti dukungan sosial dari teman sebaya dan keluarga, diperlukan agar mahasiswa dapat mengatasi tekanan akademik dan menyelesaikan studi dengan lebih baik.⁶

⁵ Ansyah, Eko Hardi, and Putri Nanda Susanti. "Hubungan dukungan sosial dengan stres akademik mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo." *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi* 6.2 (2023): 214-223.

⁶ Darsa, J., and A. Razak. "Hubungan Dukungan Sosial Dengan Coping stresss Pada Mahasiswa Semester Akhir." *Pinisi Journal of Art, Humanity and Social Studies* 3.5 (2023).

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner awal terhadap 15 mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, diketahui bahwa 13% responden mengalami stres akademik dalam kategori rendah, 67% berada pada kategori sedang, dan 20% termasuk dalam kategori tinggi. Secara fisik, mahasiswa dengan tingkat stres akademik yang rendah umumnya tidak mengalami gangguan kesehatan yang berarti. Mereka tetap merasa bugar, memiliki waktu tidur yang cukup, dan tidak mengalami kelelahan berlebihan. Sementara itu, pada kategori sedang, mahasiswa mulai menunjukkan gejala fisik seperti sakit kepala ringan, ketegangan otot, gangguan tidur ringan, serta rasa lelah setelah menjalani aktivitas akademik. Adapun mahasiswa dengan tingkat stres akademik tinggi mengalami gejala fisik yang lebih serius, seperti insomnia, nyeri kepala yang terus-menerus, gangguan pencernaan, kehilangan nafsu makan, serta kelelahan yang berkepanjangan. Kondisi stres yang tinggi ini berdampak pada penurunan kesehatan fisik secara keseluruhan, yang pada akhirnya dapat menghambat proses akademik dan aktivitas harian mereka.

Stres merupakan respons individu terhadap kejadian yang dapat mengancam dan mengganggu kemampuannya dalam mengatasi masalah. Stres juga menjadi bagian dari kehidupan karena adanya interaksi manusia dengan lingkungan. Setiap orang pasti menghadapi berbagai tantangan dalam hidup, dan tantangan yang berat dapat menjadi salah satu penyebab stres. Dalam dunia pendidikan, Terutama bagi mahasiswa yang tengah menempuh pendidikan di jenjang perguruan tinggi, stres banyak ditemukan, Khususnya

bagi mahasiswa tingkat akhir yang tengah menyusun skripsi. Meskipun tidak semua mahasiswa akhir mengalami stres saat menyusun skripsi, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa akhir mengalami gejala stres akibat rasa takut menghadapi skripsi. Ketakutan tersebut sering kali muncul karena kekhawatiran terhadap dosen pembimbing yang dianggap dapat mempersulit proses penyelesaian skripsi.

Sebagian besar individu memberikan pandangan yang berbeda mengenai stres. Stres dianggap sebagai tekanan yang dirasakan berlebihan oleh seseorang hingga membuatnya merasa tidak mampu melanjutkan aktivitasnya. Stres ini tidak datang dari satu arah melainkan dari dua arah yang selalu ada dalam kehidupan manusia. Tekanan dari luar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi stres, terutama bagi pelajar yang harus berhadapan dengan berbagai hambatan dari lingkungannya.

Stres akademis terjadi ketika individu tertekan oleh tuntutan dunia akademis. Hasil penelitian tentang stres menunjukkan bahwa stres disebabkan oleh mata kuliah yang dipelajari, kurangnya umpan balik dari guru, dan jumlah tugas yang banyak. Stres yang tidak terkelola menyebabkan masalah kognitif, fisiologis, dan perilaku yang memburuk seiring meningkatnya stres..⁷

Magil mengatakan bahwa stress adalah respons Adaptasi individu dengan keadaan yang berpotensi ancaman. Kondisi ancaman itu sulit dihadapi oleh semua yang terlibat, termasuk mahasiswa. Dalam Islam, stres yang dialami dalam kehidupan dipandang sebagai ujian atau cobaan bagi setiap ciptaan

⁷ Amalia, A. (2019). Hubungan antara emotional well being dengan stres akademik pada Kebidanan (Doctoral Mahasiswa dissertation, Uin Sunan Ampel Surabaya)

Allah, terutama manusia. Islam menjelaskan bahwa stres dalam kehidupan adalah cobaan atau ujian bagi semua makhluk Allah terutama manusia. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Firman Allah SWT dalam Qs. Ar-Ra'd/28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram. ((QS. Ar-Ra'd/13:28).”

Dalam ayat diatas Surah Ar-Ra'd ayat 28 mengandung makna bahwa ketenangan hati dapat dicapai melalui dzikir kepada Allah dalam menghadapi stres akademik. Dalam dunia pendidikan, mahasiswa sering mengalami tekanan akibat tugas, ujian, dan tuntutan akademik yang tinggi. Dengan mengingat Allah, mahasiswa dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan ketahanan mental mereka. Ayat ini juga menunjukkan bahwa ketenangan batin bukan hanya berasal dari pencapaian akademik, tetapi juga dari hubungan spiritual yang kuat. Oleh karena itu, dzikir dapat menjadi salah satu metode untuk mengelola stres dan menjaga keseimbangan emosional selama proses belajar. Dalam pandangan Al-Qur'an, stres akademik dapat diatasi dengan cara mendekatkan diri kepada Allah, sebagaimana disebutkan dalam Surah Ar-Ra'd ayat 28: “Hanya dengan mengingat Allah, hati menjadi tenteram.” Ayat ini menunjukkan bahwa ketenangan batin merupakan kunci dalam menghadapi berbagai tekanan, termasuk stres akademik. Dalam konteks ini, Al-Qur'an mengajarkan bahwa dzikir dan tawakal kepada Allah dapat membantu mahasiswa mengendalikan kecemasan, meningkatkan fokus, serta

memberikan ketenangan dalam menghadapi ujian dan tuntutan akademik. Oleh karena itu, Islam menekankan pentingnya keseimbangan antara usaha dan doa agar seseorang dapat menghadapi tantangan dengan pikiran yang lebih jernih dan hati yang lebih tenang.⁸

Selama mengalami stres, mahasiswa mencari dukungan sosial sebagai bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan yang diberikan oleh orang lain untuk membantu mereka mengatasi tekanan yang dirasakan. Keberadaan dukungan sosial membantu menjaga kondisi psikologis mahasiswa tetap sehat, terutama di tengah tuntutan akademik yang menantang. Salah satu sumber utama dukungan sosial yang sering diandalkan oleh mahasiswa adalah teman sebaya. Teman sebaya adalah orang-orang yang berada pada rentang usia atau tingkat kedewasaan yang setara, sehingga mereka cenderung lebih memahami kondisi dan permasalahan yang dihadapi. Dengan adanya teman sebaya, mahasiswa dapat berbagi pengalaman, mendapatkan saran, serta merasa lebih didukung secara emosional dalam menghadapi stres akademik. Oleh karena itu, keberadaan teman sebaya menjadi aspek penting dalam membangun ketahanan diri mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan selama masa perkuliahan. Teman sebaya dapat diartikan sebagai individu yang usianya atau tingkat perkembangannya hampir sama.⁹

Stress yang dirasakan oleh mahasiswa dapat berkurang ketika individu mendapatkan dukungan dari teman sebaya yang sesuai dengan

⁸ Istiqomah, Hamidatul. "Zikir dan Implementasinya Sebagai Penenang Hati (Kajian Tematik Surah al-Ra'd Ayat 28)." *Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya* (2020).

⁹ Santrock, J. W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta : Erlangga

kebutuhannya. karena dukungan tersebut memberikan rasa nyaman dan kepercayaan diri. Dennis menyatakan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya dapat memengaruhi tingkat stres dengan beberapa cara, antara lain: a) mengurangi potensi bahaya yang disebabkan oleh stresor; b) meningkatkan kemampuan mengatasi stres (coping); c) membahas strategi coping dan teknik pemecahan masalah; d) mencegah perilaku maladaptif. Selain itu, dukungan sosial dari teman sebaya juga berpengaruh positif terhadap kesehatan individu, seperti: a) mengurangi rasa isolasi dan kesepian; b) menurunkan perilaku atau respons maladaptif; c) mendorong kondisi psikologis yang positif serta memberikan motivasi; d) menyediakan informasi terkait akses layanan kesehatan dan manfaat perilaku yang dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan; e) mencegah risiko, mendukung perkembangan, dan membantu pemulihan dari penyakit fisik.¹⁰

Beberapa contoh dari teman sebaya yang memberikan dukungan sosial berupa mendengarkan keluhan, memotivasi, membantu mencari solusi dan sumber informasi, serta menemani selama pengerjaan tugas akhir. Selain itu, dukungan tersebut berupa. Teman sebaya memiliki peran penting dalam mengurangi tekanan saat mengerjakan tugas akhir. Mereka dapat memberikan dorongan semangat, menjadi tempat berbagi cerita, membantu mencari referensi atau mengerjakan tugas bersama, serta memberikan masukan dan dukungan secara emosional. Dengan adanya dukungan tersebut, kepercayaan

¹⁰ Dennis, C. L. (2003). Peer Support within a Health Care Context: A Concept Analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 40, 321–332.

diri meningkat dan stres pun berkurang. Semakin besar dukungan dari teman, semakin ringan beban yang dirasakan.¹¹

Faktanya dikutip dari jurnal yang diteliti oleh peneliti menghasilkan penelitian bahwa stres yang dialami mahasiswa dapat berkurang ketika individu mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya yang dilakukan oleh Fajrih Alimatus Zahro dari Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang melakukan penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan tingkat stres akademik pada mahasiswa yang bekerja. Hasil penelitian yang melibatkan 100 mahasiswa menunjukkan bahwa 25% dari mereka memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi, 55% berada pada tingkat sedang, dan 20% memiliki dukungan sosial yang rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa yang bekerja tetap memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya mereka, yang berdampak pada penurunan tingkat stres akademik serta meningkatkan kemampuan mereka dalam menyeimbangkan tuntutan akademik dan pekerjaan.

Menurut Saronson dukungan sosial adalah perhatian atau keyakinan yang diwujudkan dalam bentuk dorongan atau semangat yang diberikan kepada orang lain dengan tujuan untuk membantu mereka. Dengan adanya dukungan sosial dari teman sebaya, mahasiswa dapat merasa lebih didukung secara emosional dan psikologis, sehingga mereka lebih mampu menghadapi

¹¹ Febrianti, Nadya Rizki, and Naharus Surur. "Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Siswa." *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling* 7.1 (2023): 1-8.

tuntutan akademik dengan lebih baik.¹² Dukungan sosial memiliki peran penting dalam mencegah mahasiswa dari ancaman kesehatan mental dengan memberikan manfaat psikologis yang positif. Mahasiswa yang dukungan sosial yang rendah lebih berisiko mengalami tekanan psikologis yang negatif, seperti kecemasan yang tinggi dan ketidakmampuan mengatasi stres. Sebaliknya, mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial yang kuat cenderung lebih optimis dalam menjalani kehidupan, lebih terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologisnya, serta memiliki sistem ketahanan mental yang lebih baik. Selain itu, dukungan sosial juga berkontribusi dalam meningkatkan keterampilan interpersonal, membantu mahasiswa mencapai sesuatu yang diinginkan serta membimbing mereka untuk lebih mudah beradaptasi dengan stres dan tantangan yang dihadapi.

Keberadaan teman sebaya sangat berpengaruh bagi mahasiswa karena mereka dapat menjadi tempat bergantung dalam memperoleh bantuan, informasi, dan saran saat menghadapi berbagai permasalahan. Keberadaan teman sebaya juga memberikan rasa aman dan nyaman bagi mahasiswa, sehingga mereka merasa lebih didukung dalam menjalani kehidupan akademik. Selain itu, teman sebaya menjadi sumber informasi yang sesuai, yang dapat membantu mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademik.¹³ Selain dukungan teman, kepercayaan diri merupakan faktor kunci dalam menghadapi

¹² Didik Widianoro. Dkk. "hubungan antara dukungan sosial dari dosen dengan motivasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa". *Journal An-Nafs*. Vol. 4. No. 1. (Riau Universitas Islam Riau, 2019.). 5.

¹³ Faqih. M. F. 2020. Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa malang yang bekerja. Universitas islam negeri maulana malik ibrahim malang

stres. Individu yang percaya pada kemampuan dirinya cenderung lebih baik dalam mengatasi masalah dan lebih tahan terhadap tekanan.

Secara umum, dukungan sosial menggambarkan peran dan pengaruh yang bisa muncul karena keberadaan orang lain. Berdasarkan pendapat Levit, dukungan sosial sebagian besar berasal dari keluarga, yang merupakan orang-orang terdekat yang saling memberikan semangat dan perhatian.¹⁴ Perhatian serta bantuan tersebut selalu ada saat diperlukan. Dukungan sosial juga meliputi informasi dari orang lain bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, memiliki harga diri, dihargai, serta menjadi bagian dari jaringan komunikasi dan tanggung jawab bersama. Oleh karena itu, keluarga terdekat menjadi sumber utama dukungan sosial bagi seseorang.

Dalam penelitian ini, peneliti akan berfokus pada dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya. Dukungan sosial umumnya diberikan oleh teman yang sebaya atau setingkat karena mereka memiliki pengalaman yang hampir serupa dan cenderung saling membantu dalam proses penyesuaian.

Berdasarkan pentingnya permasalahan tersebut, penelitian ini akan mengkaji lebih mendalam mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa akhir Fakultas Dakwah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan oleh peneliti, masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

¹⁴ Widianoro, Didik, Sigit Nugroho, and Yanwar Arief. "Hubungan antara dukungan sosial dari dosen dengan motivasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa." *Journal An-nafs: kajian penelitian psikologi* 4.1 (2019): 1-14.

1. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Secara Teoritis.

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan pelatihan bagi akademisi dalam mengembangkan pola pikir ilmiah yang diperoleh di universitas dan akan menjadi titik acuan penting dalam penelitian selanjutnya Serta berkontribusi pada psikologi sosial dengan menjelaskan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dalam mengurangi stress akademik mahasiswa semester akhir. Dukungan sosial berfungsi sebagai faktor yang membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Hasilnya dapat menjadi dasar pengembangan teori dan intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa di lingkungan akademik.

2. Manfaat Secara Praktis

a. Bagi Fakultas Dakwah

Penelitian ini dapat menjadi acuan untuk merancang program yang mendorong dukungan sosial antar mahasiswa guna mengurangi stres akademik dan menciptakan lingkungan akademik yang lebih sehat.

b. Bagi Mahasiswa

Peneliti diharapkan mengurangi tekanan yang menimbulkan stres pada mahasiswa semester akhir dalam proses akademik mahasiswa. Jika gejala stres muncul, dukungan sosial teman sebaya dapat mengurangi beban psikologis mahasiswa melalui interaksi dan motivasi positif.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan serta pemahaman mengenai hubungan antara variabel dukungan sosial dan stres yang telah diteliti. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain yang ingin mengkaji judul dan variabel yang sama.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini mencakup dua aspek utama, yaitu variabel penelitian dan indikator dari masing-masing variabel yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Variabel Penelitian

Dalam penelitian akademik, variabel didefinisikan sebagai sifat, kualitas atau kuantitas, individu atau peristiwa objek yang secara sengaja digunakan atau diamati oleh para peneliti untuk memeriksa dan menganalisis hasil. Variabel-variabel ini dipilih dan diperiksa dengan cermat untuk menarik kesimpulan penting dari data yang diperoleh. Dalam penelitian ini, para peneliti menggunakan dua variabel:

a. Variabel bebas (*Indenpenden Variabel*)

Variabel independen adalah variabel yang berperan memengaruhi atau menjadi penyebab terjadinya perubahan pada variabel dependen. Dalam penelitian ini, variabel bebas yang dimaksud adalah dukungan sosial dari teman sebaya (X).

b. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel dependent adalah variabel yang dipengaruhi variabel bebas. Variabel yang dapat berubah menjadi hasil. Variabel terikat dalam hal ini adalah stress akademik (Y).

2. Indikator Variabel

Setelah semua variabel yang diperlukan dalam penelitian telah dipenuhi, langkah selanjutnya adalah mengidentifikasi indikator dari variabel yang berfungsi sebagai acuan empiris untuk variabel yang sedang diteliti. Indikator empiris ini akan digunakan sebagai dasar untuk

merancang pertanyaan dalam kuesioner,¹⁵ Adapun indikator-indikator dari variabel penelitian sebagai berikut:

a. Dukungan sosial teman sebaya

Dukungan sosial dari teman sebaya merupakan bentuk bantuan yang mencakup perhatian, penghargaan, bantuan secara langsung (instrumental), serta penyediaan informasi yang diberikan oleh individu yang berusia kurang lebih sama atau sebaya. Berikut indikator dalam setiap variabel sebagai Berikut:

- 1) Dukungan emosional, kemampuan untuk ungkapan rasa empati, serta perhatian yang dapat memberikan rasa nyaman.
- 2) Dukungan penghargaan, kemampuan dalam suatu mendorong yang positif serta perbandingan positif individu dengan yang lain
- 3) Dukungan instrument, kemampuan pemberian bantuan berupa jasa, waktu dan uang.
- 4) Dukungan informasi, kemampuan memberi bantuan berupa saran, nasehat, dan informasi.

b. Stress akademik

Menurut Gadzella dan Masten, stres akademik adalah kondisi yang dialami seseorang ketika tuntutan akademik yang dihadapi

¹⁵ Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Pedoman Penulisan Karya Ilmiah, 2021, 39-40.

melebihi kapasitas atau sumber daya yang dimilikinya.¹⁶ Berikut indikator dalam setiap variabel sebagai Berikut:

- 1) Frustrasi, keterbatasan dalam mencapai tujuan, kegagalan dalam mencapai tujuan, serta masalah dengan teman dekat.
- 2) Konflik, adanya dua atau lebih alternative yang diinginkan untuk mencapai tujuan.
- 3) Tekanan, persepsi deadline tanggung waktu yang ketat.
- 4) Perubahan, perubahan hidup yang mengganggu kehidupan individu
- 5) Pemaksaan diri, kekhawatiran yang berlebih, selalu ingin menang, prokastinasi.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional ialah penjelasan yang berlandaskan atas sifat yang dipahami untuk menghindari kesalahpahaman dalam judul penelitian ini. Definisi operasional juga menjadi pembatasan pengertian diantara istilah-istilah yang perlu kejelasan. Dari penelitian ini definisi operasional dari kedua variabel adalah:

1. Dukungan sosial teman sebaya

Dukungan sosial dari teman sebaya merupakan bentuk emosional, informasi, dan rasa kepedulian yang diberikan oleh individu dengan pengalaman ataupun latar belakang yang serupa untuk membantu seseorang menghadapi berbagai tantangan. Individu menerima dukungan ini melalui interaksi, komunikasi, serta keterlibatan dalam kegiatan

¹⁶ Suryani, Desak Ayu, and B. Primandini Yunanda Harumi. "Ketangguhan Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Sebuah Kajian Literatur." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10.9 (2024): 125-132.

bersama. Dukungan ini dapat berupa dorongan moral, saran, atau bantuan praktis yang diberikan secara langsung maupun tidak langsung. Keberadaan teman sebaya yang suportif berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan sosial seseorang.

2. Stress akademik

Stres akademik adalah kondisi tegang yang dialami mahasiswa akibat tuntutan akademik yang melebihi kemampuan atau sumber daya yang dimilikinya. Stres ini muncul sebagai respons terhadap tekanan seperti tugas menumpuk, ujian, tenggat waktu, atau ekspektasi tinggi dari lingkungan akademik. Secara fisik, stres akademik ditandai dengan gejala seperti sakit kepala, gangguan tidur, kelelahan, dan penurunan nafsu makan. Sementara itu, secara psikologis stres dapat ditunjukkan melalui perasaan cemas, mudah marah, hilangnya motivasi belajar, kesulitan konsentrasi, serta ketegangan emosional yang terus-menerus.

G. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian, atau sering disebut sebagai anggapan dasar maupun postulat, merupakan landasan awal pemikiran yang dianggap benar oleh peneliti. Asumsi ini harus dianalisis dengan baik sebelum proses pengumpulan data, karena berfungsi sebagai dasar yang kokoh dalam menganalisis isu, serta menjelaskan variabel yang paling penting, dan merumuskan hipotesis.¹⁷

Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan asumsi dasar bahwa studi ini dapat memberikan kontribusi positif terhadap pemahaman mengenai

¹⁷ Tim Penyusun, Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UIN KHAS Jember 2021, n.d., 41

dukungan sosial dari teman sebaya, termasuk potensi dampak dari dukungan yang berlebihan. Adapun asumsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kemampuan individu dalam menghadapi stres akademik.
- 2) Terdapat hubungan negatif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima dari teman sebaya, maka semakin rendah stress akademik.

H. Hipotesis

Hipotesis merupakan sebuah dugaan sementara dari jawaban atas rumusan masalah penelitian yang sudah dibentuk¹⁸ Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa akhir Fakultas Dakwah. Hipotesis alternatif (H_a) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah, sedangkan hipotesis nol (H_o) menyatakan tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah.

I. Sistematika Pembahasan

BAB I memaparkan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, ruang lingkup, definisi operasional, Hipotesis, serta sistematika pembahasan.

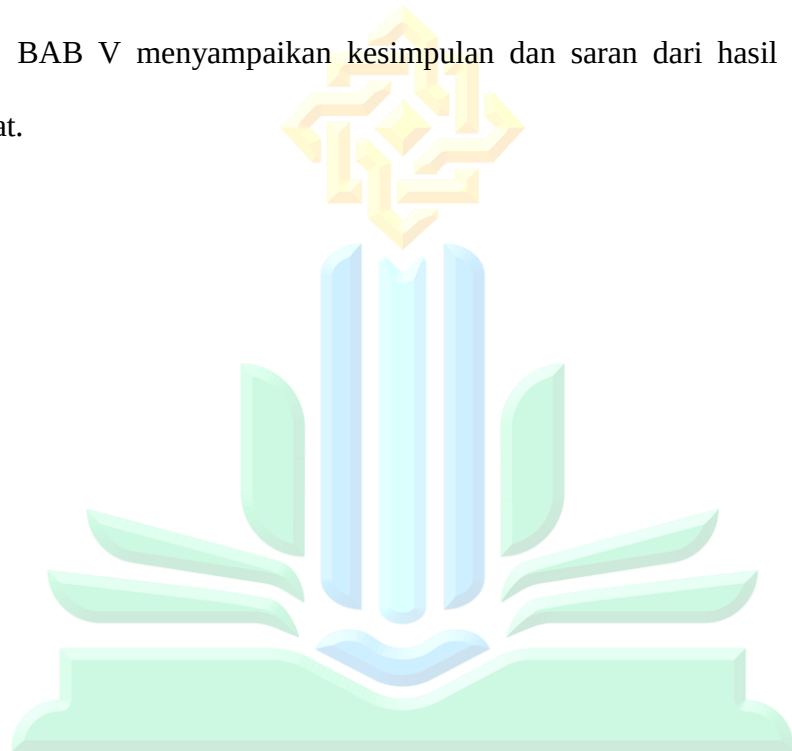
¹⁸ I Made Laut Mertha Jaya, Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif (Yogyakarta: Quadrant, 2020), 45.

BAB II membahas studi-studi terdahulu dan teori- teori yang relevan dalam topik penelitian.

BAB III menguraikan metode penelitian peneliti secara menyeluruh.

BAB IV menyajikan mengenai hasil penelitian dan penyajian data, analisis data yang dilakukan, serta gambaran lokasi penelitian.

BAB V menyampaikan kesimpulan dan saran dari hasil yang telah didapat.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Dalam kajian pustaka ini, peneliti mengumpulkan temuan-temuan penelitian terdahulu yang berkaitan erat dengan fokus kajian ini. Peneliti menyajikan rangkuman singkat dari hasil riset baik yang telah dipublikasikan maupun yang belum, meliputi skripsi, tesis, disertasi, laporan penelitian, artikel jurnal ilmiah, dan sumber-sumber yang relevan lainnya. Dengan demikian, kajian Pustaka ini memberikan ulasan menyeluruh tentang penelitian-penelitian sebelumnya.

1. Jurnal yang berjudul Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stress Akademik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang ditulis oleh Putri Nanda Susanti, Eko Hardi Ansyah pada tahun 2023. Berdasarkan hasil penelitian, dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang berperan dalam memengaruhi tingkat stres akademik. Faktor ini dapat memicu munculnya gejala-gejala stres akademik. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Adapun populasi penelitian mencakup 2.145 mahasiswa dari Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, dengan jumlah sampel sebanyak 301 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologis berbasis

model skala Likert, yang mencakup skala dukungan sosial dan skala stres akademik, disusun sesuai dengan karakteristik masing-masing skala.¹⁹

2. Jurnal yang berjudul Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja, yang ditulis oleh Asfinolia, Ahmad Razak, dan Andi Halima pada tahun 2024. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa yang bekerja, dengan nilai signifikansi 0,006 yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa semakin besar dukungan sosial teman sebaya, semakin rendah pula stres akademik yang dialami oleh mahasiswa pekerja. Penelitian ini melibatkan 100 mahasiswa yang bekerja di Kota Makassar sebagai responden. Data dikumpulkan menggunakan skala Likert untuk mengukur dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik. Pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis korelasi Rank Spearman menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25.²⁰
3. Jurnal yang berjudul Dukungan sosial teman sebaya berkorelasi terhadap stres akademik pada mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi yang ditulis oleh Fivie Puji Lestari, Raihanatu Binqalbi Ruzain, Rosyida pada tahun 2023. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif yang signifikan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan tingkat stres

¹⁹ Ansyah, Eko Hardi, and Putri Nanda Susanti. "Hubungan dukungan sosial dengan stres akademik mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo." *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi* 6.2 (2023): 214-223.

²⁰ Andi Halima, Ahmad Razak, Asfinolia. "Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik pada mahasiswa yang bekerja." *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* Volume 2, Nomor 1, Februari (2024): 2986-6340

pada mahasiswa Fakultas Psikologi dan Teknik di Universitas Islam Riau. Dengan demikian, temuan ini mengindikasikan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, semakin rendah pula tingkat stres akademik yang mereka alami.²¹

4. Skripsi yang berjudul Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Pada Siswa Smp Negeri 18 Semarang ditulis oleh Septiara Ajeng Muzautami tahun 2023. Hasil penelitian memperlihatkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan stres akademik pada siswa SMP Negeri 18 Semarang, dengan nilai korelasi $r_{xy} = -0,550$ dan $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Hipotesis tersebut menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diterima, semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami siswa, dan sebaliknya. Penelitian ini melibatkan 153 siswa SMP Negeri 18 Semarang sebagai responden.²²
5. Jurnal yang berjudul Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Efikasi Diri terhadap Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, yang ditulis oleh I Gusti Agung Ayu Istri Indira Daneswari, Aria Saloka Immanuel tahun 2023. Hasil penelitian menunjukkan bahwa saat

²¹ Lestari, Fivie Puji, and Raihanatu Binqalbi Ruzain. "Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi." *Jurnal Ners Indonesia* 14.1 (2023): 28-34.

²² Septiara Ajeng Muzautami. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Siswa Smp Negeri 18 Semarang". (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Semarang Semarang, 2023), 9.

mengalami stres akademik, mahasiswa cenderung mencari dukungan sosial dari teman sebaya. Selain itu, keyakinan terhadap kemampuan diri atau efikasi diri juga merupakan faktor penting dalam menghadapi stres, karena efikasi diri mendorong individu untuk lebih percaya diri dalam menghadapi situasi sulit. Stres akademik didefinisikan sebagai kondisi tekanan yang dialami seseorang akibat tuntutan akademik. Analisis data menggunakan regresi berganda menghasilkan nilai signifikansi 0,000 dan koefisien sebesar 0,102, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri memberikan kontribusi sebesar 10% terhadap stres akademik.²³

Tabel 2. 1
Penelitian Terdahulu

NO	NAMA	JUDUL	PERSAMAAN	PERBEDAAN
1	Putri Nanda Susanti, Eko Hardi Ansyah (2023)	Hubungan dukungan sosial dengan stress akademik mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo	Pada penelitian ini menggunakan variabel yang sama, dengan sama-sama menggunakan metode kuantitatif untuk menguji hipotesis pada penelitian ini.	Penelitian terdahulu berfokus pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah sidoarjo, sedangkan penelitian ini berfokus pada mahasiswa semester akhir
2	Asfinolia, Ahmad Razak,	Hubungan Antara Dukungan Sosial	Membahas tentang	Pada penelitian terdahulu berfokus

²³ Indira, I. Gusti Agung Ayu Istri, and Aria Saloka Immanuel. "Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Efikasi Diri Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Udayana." *PSIKOLOGI KONSELING* 14.1 (2023): 64-78.

NO	NAMA	JUDUL	PERSAMAAN	PERBEDAAN
	Andi Halima (2024)	Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja	dukungan sosial dan stress akademik pada mahasiswa, sama-sama menggunakan kuantitatif	pada mahasiswa yang bekerja sedangkan pada penelitian ini hanya berfokus pada mahasiswa semester akhir
3	Fivie Puji Lestari, Raihanatu Binqalbi Ruzain, Rosyida (2023)	Dukungan sosial teman sebaya berkorelasi terhadap stres akademik pada mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi.	Pada penelitian ini menggunakan dukungan sosial teman sebaya dan stress akademik. Menggunakan kuantitatif	Pada penelitian terdahulu menjelaskan tentang dukungan sosial teman sebaya yang berkorelasi Terhadap stress akademik
4	Septiara Ajeng Muzautami (2023)	Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Pada Siswa Smp Negeri 18 Semarang.	Membahas dukungan sosial teman sebaya serta stress akademik. Menggunakan Kuantitatif.	Pada penelitian terdahulu berfokus pada siswa Smp Negeri 18 Semarang sedangkan pada penelitian ini berfokus pada mahasiswa semester akhir.
5	I Gusti Agung Ayu Istri Indira Daneswari, Aria Saloka Immanuel (2023).	Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Efikasi Diri terhadap Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran	Penelitian terdahulu dan penelitian ini sama-sama berfokus pada dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik mahasiswa.	Pada penelitian dalam jurnal ini menggunakan variabel efikasi diri dan membahas juga tentang efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa semester akhir. Metode penelitian dalam jurnal ini

NO	NAMA	JUDUL	PERSAMAAN	PERBEDAAN
		Universitas Udayana		menggunakan metodologi Kualitatif sedangkan pada penelitian ini menggunakan kuantitatif

B. Kajian Teori

1. Dukungan sosial teman sebaya

a. Pengertian dukungan sosial

Setiap manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa menjalin interaksi dan memiliki ketergantungan terhadap orang lain dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Manusia tidak dapat hidup sendiri karena selalu membutuhkan individu lain di lingkungan sekitar. Setiap aktivitas manusia melibatkan orang lain, sebab manusia membutuhkan bantuan sosial dalam kehidupan bermasyarakat. Dukungan sosial memberi individu kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan dari pasangan, keluarga, teman, kolega, dokter, dan organisasi sosial.²⁴

Dukungan sosial dari teman adalah sistem memberi dan menerima yang sangat penting untuk prinsip saling menghormati, berbagi tanggung jawab, dan mencapai kesepakatan bersama untuk saling membantu. Dukungan ini mengajarkan sikap saling memahami dan berempati terhadap kondisi individu lain agar dapat melewati serta

²⁴ Irfan, dkk. Pengantar Kesehatan Mental. (medan: Yayasan Kita Menulis, 2022). 58.

berbagi pengalaman emosional dan masalah psikologis yang dihadapi.²⁵

Berdasarkan pendapat McDowell, dukungan sosial merujuk pada kehadiran orang-orang yang dianggap dapat dipercaya oleh seseorang, yang bisa diandalkan, serta yang membuatnya merasa diperhatikan dan dihargai sebagai individu. Menurut House dukungan sosial adalah transaksi interpersonal yang melibatkan satu atau lebih hal Berikut: a. perhatian emosional (suka, cinta, empati), b. bantuan instrument (barang dan jasa), c. informasi (tentang Lingkungan), dan d. penilaian (informasi yang relevan dengan evaluasi diri).²⁶

Menurut Sarafino, dukungan sosial ialah tindakan yang memberikan kenyamanan, perhatian, penghormatan, dan bantuan kepada individu, baik secara pribadi maupun dalam kelompok. Pinar menyatakan bahwa dukungan sosial berbentuk pertolongan serta perlindungan yang diberikan oleh orang lain, terutama dari lingkungan terdekat individu, seperti keluarga, suami, istri, dan anak, yang berperan sebagai pendukung kesejahteraan.²⁷ Gottlieb juga menjelaskan bahwa dukungan sosial terdiri atas nasihat atau fakta, baik yang diekspresikan secara langsung maupun tidak langsung, serta

²⁵ Simarmata, N. I. P., & Hamonangan, H. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Psychological Well-Being Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen*, 8(1), 1-10.

²⁶ I Ketut Swarjana. Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan – Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesener. (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2022). 326

²⁷ Ulfah Trijayanti, dkk. Dimensi Penelitian Spiritualitas Dan Kesejahteraan Psikologis. (Yogyakarta: Zahir publishing, 2022). 326.

dukungan nyata atau tindakan yang datang dari keberadaan orang lain, yang memberikan dampak emosional serta memengaruhi tingkah laku individu yang menerimanya..²⁸

Teman sebaya merupakan individu yang memiliki usia relatif sama atau tidak terpaut jauh, yang kerap menjadi rekan dalam bermain dan berbagi aktivitas, sehingga menciptakan perasaan senang.²⁹ Interaksi dengan teman sebaya terjadi dalam kelompok sosial yang memiliki tingkat kedewasaan yang setara, serta berbagi minat, pengalaman, tujuan, dan aturan yang sama.³⁰

Dukungan sosial teman sebaya adalah bentuk perhatian, dorongan, dan bantuan yang diberikan oleh individu yang memiliki kedekatan emosional, terutama diberikan oleh teman sebaya atau sahabat, dengan tujuan mendukung individu dalam mengatasi masalah. Bentuk dukungan ini mencakup informasi, tindakan nyata, atau materi yang memberikan rasa Diterima, dihormati, dan diberikan kasih sayang.³¹

Dari definisi diatas dapat disimpulkan dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang penting, terutama teman sebaya dapat memberikan rasa diterima, dipahami, dan

²⁸ Maharani. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Psikologi UIR Dalam Menyusun Skripsi. Riau: Universitas Islam Riau.

²⁹ Nini Sri Wahyuni, Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kemampuan Bersosialisasi Pada Siswa SMK Negeri 3 Medan, (Jurnal Diversita,2016), Hal.5

³⁰ Ending Mei Yunalia Dan Arif Nurma Etika, "Remaja Dan Konformitas Teman Sebaya", Cet Ke-1, (Malang, Ahlimedia Press, Desember 2020), Hal : 19

³¹ Mei Sari, Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Konsep Diri Peserta Didik Kelas VIII D di SMP Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020,Jurnal Bimbingan dan Konseling, (2019), Hal.5

didukung, yang sangat penting untuk perkembangan sosial dan emosional. Dukungan dari teman sebaya diberikan melalui perhatian, penghargaan, bantuan secara langsung, maupun informasi, yang berasal dari individu dengan usia yang relatif sama.

b. Aspek-aspek dukungan sosial teman sebaya

Sarafino mengemukakan beberapa aspek dukungan sosial teman sebaya, antara lain:³²

- 1) Dukungan Emosional (*Emotional Support*) adalah bentuk ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian yang mampu memberikan rasa nyaman, ketenangan batin, serta perasaan dicintai kepada individu yang menerimanya.
- 2) Dukungan Penghargaan (*Esteem Support*) adalah bentuk dukungan yang memberikan apresiasi positif, motivasi untuk berkembang, serta perbandingan yang menguntungkan antara satu orang dengan pihak lain.
- 3) Dukungan Instrumental (*Tangible or Instrumental Support*) meliputi dukungan yang diberikan melalui tenaga, waktu, atau materi, misalnya meminjamkan sejumlah uang atau membantu menyelesaikan tugas tertentu.
- 4) Dukungan Informasi (*Informational Support*) adalah bentuk bantuan yang diberikan dalam berbentuk sebagai nasihat, saran, arahan, informasi, maupun umpan balik.

³² Rudy Yuniawati Ani Marni, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta," Jurnal Fakultas Psikologi 3 (2015): h. 6.

Berdasarkan pendapat Zimet, Dahlem, dan Farley, terdapat beberapa aspek dalam dukungan sosial meliputi:³³

1) Keluarga.

Dukungan keluarga dapat diterima dari kedua orang tua, saudara kandung, pasangan (suami atau istri), maupun anak. Bentuk dukungan ini mencakup dukungan yang berasal dari keluarga kepada seseorang, mencakup bantuan dalam mengambil keputusan serta memenuhi kebutuhan emosional.

2) Teman

Dukungan dari teman merupakan bantuan yang diberikan oleh rekan-rekan kepada individu, seperti membantu dalam aktivitas sehari-hari, memberikan berbagai bentuk pertolongan, serta menjadi tempat untuk mencurahkan isi hati atau berbagi cerita.

3) Orang penting

Orang penting merupakan individu yang memiliki peran berarti di luar lingkup keluarga dan teman. Dukungan dari orang yang dianggap istimewa ini berupa bantuan yang dapat membuat individu merasa dihargai dan memperoleh kenyamanan dalam hidupnya.

c. Faktor-faktor terbentuknya dukungan sosial teman sebaya

Menurut Sarafino faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah:

³³ Maimunah, S. (2020). Pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275-282.

1) Penerima dukungan.

Seseorang tidak akan memperoleh dukungan apabila tidak menjalin hubungan dengan orang lain, dan mereka pun tidak dapat menerima bantuan jika tidak mengungkapkan kebutuhannya kepada orang lain. Sebagian individu merasa enggan untuk meminta pertolongan karena kurangnya ketegasan, keinginan untuk tetap mandiri, kekhawatiran akan merepotkan orang lain, atau ketidaknyamanan dalam membagikan hal-hal pribadi.

2) Pemberian dukungan.

Pemberi dukungan mungkin tidak memiliki sumber daya yang dibutuhkan oleh penerima, sedang mengalami tekanan atau kesulitan pribadi, atau kurang memiliki kepekaan terhadap kondisi orang lain.

3) Komposisi dan struktur jaringan sosial

Penerimaan dukungan sosial oleh individu dipengaruhi oleh susunan dan struktur jaringan sosial yang dimilikinya, termasuk bagaimana hubungan mereka terjalin dengan anggota keluarga maupun lingkungan masyarakat.³⁴

Myers mengemukakan bahwa ada tiga faktor yang dapat mendorong individu untuk memberikan dukungan sosial yang bersifat positif, yaitu:³⁵

³⁴ Sarafino, E.P., Smith, T.W. (2011). Health psychology: biopsychosocial interactions seventh edition. New York: John Wiley & Sons

³⁵ Maimunah, S. (2020). Pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275-282.

- a) Empati, yaitu kemampuan merasakan dan memahami kesulitan yang dialami orang lain dengan tujuan untuk mengelola emosi, perilaku, serta meningkatkan kesejahteraan orang lain.
- b) Norma dan nilai sosial, yaitu berfungsi sebagai panduan bagi individu dalam menjalankan tanggung jawabnya dalam kehidupan.
- c) Pertukaran sosial, yaitu suatu Interaksi sosial yang saling menguntungkan mencakup aspek kasih sayang, bantuan, serta berbagi informasi. Jika proses pertukaran ini berlangsung secara seimbang, maka hubungan antarpribadi yang harmonis dapat terbentuk.

2. Stress Akademik

a. Pengertian stress akademik

Stres akademik adalah persepsi seseorang mengenai banyaknya materi yang harus dipelajari dan keterbatasan waktu untuk

mempelajarinya. Dengan demikian, stres akademik dapat diartikan sebagai kondisi tidak nyaman dan tekanan yang muncul akibat pandangan individu terhadap tuntutan akademik yang dihadapinya

Menurut Muslim, stres akademik adalah kondisi yang melibatkan permasalahan pada Kondisi fisik, psikologis, dan emosional yang dialami mahasiswa sebagai respons terhadap ketidaksesuaian antara tuntutan

lingkungan seperti tugas, ujian, atau pencapaian akademik dengan kapasitas atau sumber daya yang dimilikinya.³⁶

Stres akademik mencakup berbagai tekanan yang muncul dari berbagai kejadian terkait kehidupan kampus, seperti menumpuknya tugas, kesulitan mengatur waktu antara tugas dan aktivitas lain, kekurangan uang saku, tenggat waktu pengerjaan tugas, serta berbagai tekanan lain yang berkaitan dengan kehidupan mahasiswa di kampus.

Menurut Gadzella & Masten, stres akademik adalah respons emosional, fisik, kognitif, dan perilaku yang dialami seseorang saat menghadapi tekanan akademik.³⁷ Stres ini terjadi akibat ketidakmampuan individu dalam menyeimbangkan antara tuntutan akademik dan kapasitas yang dimilikinya.³⁸

Dari beberapa pemaparan definisi diatas, maka stress akademik adalah respons psikologis individu terhadap tuntutan akademik yang dirasakan melebihi kemampuannya. Stres ini muncul akibat adanya ketidakseimbangan antara beban tugas, tenggat waktu, dan sumber daya yang dimiliki oleh individu. Serta reaksi emosional, fisik, kognitif,

³⁶ Vian, A. R. S., & Matulessy, A. (2024). Stres akademik pada mahasiswa Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM): Bagaimana peran dukungan sosial?. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(4), 564-570.

³⁷ Rahayu, R. A., Kusdiyati, S. and Borualogo, I. S. 2021. Pengaruh Stress Akademik terhadap Resiliensi Pada Remaja di Masa Pandemi COVID-19. doi: 10.29313/v0i0.28372. <https://www.researchgate.net/profile/Ihsana-Sabriani>

Borualogo2/publication/354850068_Pengaruh_Stress_Akademik_terhadap_Resiliensi_Pada_Remaja_di_Masa_Pandemi_COVID19/links/6150367e522ef665fb5ededf/Pengaruh-Stress-Akademikterhadap-Resiliensi-Pada-Remaja-di-Masa-Pandemi-COVID-19.pdf

³⁸ Prasetyawan, A. B. and Ariati, J. 2020. Hubungan Antara Adversity Intelligence Dan Stres Akademik Pada Anggota Organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala) Di Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal EMPATI*, 7(2), pp. 619–632. doi: 10.14710/empati.2018.21690. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/21690>

dan perilaku yang timbul pada seseorang saat gagal menyesuaikan antara tuntutan akademik dan kemampuannya.

b. Aspek- Aspek stress akademik

Menurut Gadzella dan Masten, stres akademik adalah reaksi emosional, fisik, kognitif, dan perilaku yang muncul pada seseorang saat tidak mampu menyesuaikan antara tuntutan akademik dengan kemampuan yang dimilikinya.

- 1) Frustrasi, yaitu kondisi yang muncul akibat terlambatnya pencapaian tujuan, kesulitan dalam kehidupan sehari-hari, sumber daya yang terbatas, kegagalan dalam mencapai sasaran yang dirancang, penolakan dari lingkungan sosial, rasa kecewa dalam hubungan, serta terlewatnya kesempatan.
- 2) Konflik, yaitu situasi di mana seseorang harus memilih antara dua atau lebih opsi yang mengandung keinginan dan ketidakinginan, dengan mempertimbangkan tujuan serta konsekuensi positif dan negatifnya.
- 3) Tekanan, yaitu kondisi yang timbul akibat persaingan, batas waktu yang ketat, beban kerja yang berlebihan, serta target yang harus dicapai.
- 4) Perubahan, yaitu pengalaman yang kurang menyenangkan, terjadi banyak perubahan secara bersamaan, serta terganggunya kehidupan dan pencapaian tujuan.

- 5) Pemaksaan diri, yaitu dorongan seseorang untuk bersaing demi memperoleh pengakuan, perhatian, dan diterima oleh banyak orang.³⁹

c. Faktor- faktor stress akademik

Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap stres akademik:⁴⁰

1) *Self-efficacy*.

Self-efficacy adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung mengalami stres akademik yang lebih rendah, sedangkan mereka yang memiliki *self-efficacy* rendah biasanya mengalami tingkat stres akademik yang lebih tinggi. Oleh karena itu, *self-efficacy* berperan dalam memengaruhi stres akademik.

2) *Hardiness*.

Hardiness adalah sekelompok sifat kepribadian yang membuat seseorang menjadi lebih tangguh, tahan banting, dan stabil saat menghadapi stres, sehingga dapat mengurangi dampak negatif yang dialaminya.

³⁹ Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An analysis of the categories in the student-life stress inventory. *American Journal of Psychological Research*, 1(1), 1-10

⁴⁰ Yusuf, Nur Mawakhira, and Jannatul Ma'wa Yusuf. "Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik." *Psyche 165 Journal* (2020): 235-239.

3) Optimisme

Optimisme adalah sikap menyeluruh yang fokus pada hal-hal positif, berpikir positif, dan mampu memberi makna yang baik bagi diri sendiri. Individu dengan tingkat optimisme tinggi cenderung mengalami stres akademik yang lebih rendah, sementara mereka yang optimisme-nya rendah biasanya menghadapi stres akademik yang lebih tinggi. Dari hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa optimisme berperan dalam memengaruhi stres akademik.

4) Prokrastinasi

Prokrastinasi menjadi salah satu penyebab stres akademik. Kebiasaan menunda-nunda tugas ini dapat memicu stres dan berdampak pada gangguan psikologis pada individu. Saat menghadapi tenggat waktu, individu yang sering menunda pekerjaan akan merasakan tekanan yang dapat menimbulkan stres.

Semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik, semakin besar pula stres akademik yang dialami, dan sebaliknya, semakin rendah tingkat prokrastinasi, maka stres akademik yang dirasakan juga semakin kecil.

5) Motivasi berprestasi.

Motivasi berprestasi memiliki peran penting dalam mendorong individu untuk menghadapi tantangan atau hambatan demi meraih keberhasilan dalam belajar. Semakin tinggi motivasi

berprestasi seseorang, semakin rendah tingkat stres akademik yang dialaminya. Sebaliknya, apabila motivasi berprestasi rendah, maka stres akademik yang dirasakan cenderung meningkat.

d. Tingkatan Stres Akademik

Stres akademik dapat dikategorikan ke dalam beberapa tingkatan berdasarkan intensitas dan terhadap individu. Menurut Taylor pengakategorian tingkatan stress berdasarkan tanda dan gejala fungsi fisiologis, perilaku, emosional, kognitif, dan interpersonal. Adapun Tingkat stress dibagi menjadi beberapa tingkat yaitu:

1) Stres Ringan.

Ditandai dengan perasaan cemas atau khawatir ringan terhadap tugas akademik. Individu masih dapat mengelola stres dengan strategi sederhana seperti manajemen waktu atau istirahat sejenak.

2) Stres Sedang.

Tekanan akademik mulai terasa lebih berat, misalnya karena ujian atau tenggat waktu tugas yang menumpuk. Individu mungkin mengalami kesulitan berkonsentrasi, gangguan tidur, atau merasa lelah secara mental, namun masih dapat berfungsi dengan baik meskipun mulai merasa kewalahan.

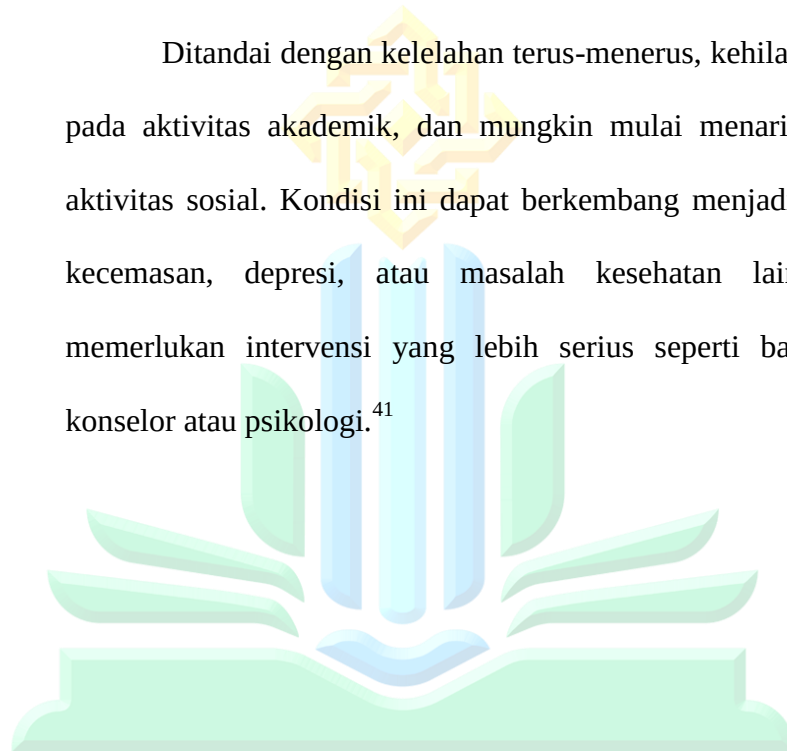
3) Stres Berat.

Tekanan akademik menyebabkan kecemasan berlebih atau gejala fisik seperti sakit kepala, sakit perut, atau kelelahan ekstrem.

Performa akademik menurun karena kesulitan berkonsentrasi atau kehilangan motivasi. Individu mungkin juga mengalami perubahan emosi seperti mudah marah, cemas berlebihan, atau merasa putus asa.

4) Stres Kronis (Burnout).

Ditandai dengan kelelahan terus-menerus, kehilangan minat pada aktivitas akademik, dan mungkin mulai menarik diri dari aktivitas sosial. Kondisi ini dapat berkembang menjadi gangguan kecemasan, depresi, atau masalah kesehatan lainnya, dan memerlukan intervensi yang lebih serius seperti bantuan dari konselor atau psikologi.⁴¹



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

⁴¹ Taylor, S. E (2015). Health Psychology. McGraw-Hill Education.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan jenis penelitian

Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif untuk menguji hipotesis yang diajukan. Metode ini bertujuan untuk menghasilkan temuan baru melalui proses pengukuran.⁴² Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional atau asosiatif, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih.⁴³ Penelitian kuantitatif korelasional adalah studi ilmiah yang tersusun pada bagian-bagian fenomena dan bagian-bagiannya beserta hubungan di antara mereka.⁴⁴ Melakukan pengukuran hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa mengubah data yang ada. Data yang diperoleh berupa angka-angka dan akan dianalisis menggunakan pendekatan kuantitatif.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif korelasional. Deskriptif korelasional merupakan jenis penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan kondisi sekelompok orang, suatu objek, situasi, atau sistem pemikiran pada waktu tertentu⁴⁵ peneliti hanya bertindak sebagai pengamat atau pencatat data tanpa melakukan intervensi atau manipulasi variabel. Penelitian ini bertujuan untuk

⁴² I Made Laut Mertha Jaya, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif* (Yogyakarta:Quadrant, 2020), 45

⁴³ Prof. Dr. Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 11.

⁴⁴ Meri Mustika, "Hubungan Self Awareness Dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Wiyatama Bandar Lampung," n.d., 52.

⁴⁵ Djaali, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Bumi Aksara, 2020), 4.

menggambarkan hubungan antara dua atau lebih variabel tanpa menentukan sebab akibat.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi.

Populasi adalah seluruh subjek yang menjadi fokus dalam suatu penelitian. Populasi dapat diartikan sebagai kumpulan objek dengan karakteristik dan sifat tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan dianalisis.⁴⁶ Selain itu, populasi juga dapat diartikan sebagai kelompok manusia, hewan, benda, atau kondisi yang memenuhi kriteria tertentu yang telah ditetapkan sebagai subjek penelitian.

Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa akhir semester 7 Ke-atas Fakultas Dakwah yang mengambil mata kuliah skripsi Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 541 Mahasiswa akhir semester 7 ke-atas Fakultas Dakwah yang menempuh mata kuliah skripsi.⁴⁷

Tabel 3. 1
Populasi Mahasiswa Fakultas Dakwah

No	Program Studi	2020	2021
1	Komunikasi Penyiaran Islam	29	103
2	Bimbingan Konseling Islam	25	131
3	Psikologi Islam	19	113
4	Menejemen Islam	19	45
5	Pengembangan Masyarakat Islam	27	30
Jumlah Keseluruhan		119	422
Total		541 Orang	

⁴⁶ I Made Laut Mertha Jaya, Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif (Yogyakarta:Quadrant, 2020), 73.

⁴⁷ Sumber Akademik Fakultas Dakwah, 25 April 2025

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan ciri-ciri yang terdapat dalam populasi. Teknik pengambilan sampel terbagi menjadi dua jenis, yaitu *probability sampling* dan *non-probability sampling*. *Probability sampling* adalah metode pemilihan sampel yang memberikan setiap anggota populasi kesempatan yang sama untuk terpilih. Sementara itu, *non-probability sampling* adalah metode pemilihan sampel yang tidak memberikan peluang yang sama kepada seluruh anggota populasi, sehingga sampel dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang sudah ditentukan sebelumnya. Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*.

Simple random sampling adalah metode pengambilan sampel dimana anggota sampel dipilih secara acak dari populasi tanpa mempertimbangkan strata atau lapisan yang ada dalam populasi tersebut. Beberapa kriteria sampel dalam penelitian ini antara lain:

- a. Mahasiswa akhir yang tercatat sebagai mahasiswa aktif semester 7 ke-atas Fakultas Dakwah.
- b. Mahasiswa akhir yang tercatat mengambil mata kuliah skripsi.

Pada penelitian ini untuk menentukan jumlah sampel dengan menggunakan rumus slovin. Adapun rumus slovin dengan tingkat kepercayaan 95%, dan tingkat eror 5% sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N}{1 + (N \times e^2)} \\
 &= \frac{541}{1 + (541 \times 0,0025)} \\
 &= \frac{541}{1 + 1,3525} \\
 &= \frac{541}{2,3525} \\
 &= 229,96 \\
 n &= 230
 \end{aligned}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel,

N = jumlah populasi

e = tingkat kesalahan yang ditetapkan.

Maka pada pengambilan jumlah sampel sebanyak 230 mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah.

Dalam penelitian ini, penarikan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik proportional sampling, yaitu metode pengambilan sampel secara acak dari populasi tanpa memperhatikan strata yang terdapat dalam populasi tersebut.⁴⁸ Oleh karena itu, peneliti akan mengambil sampel mulai dari semester 7 ke-atas, karena dianggap mampu menyediakan data yang diperlukan.

$$\begin{aligned}
 n_i &= \frac{N_i}{N} \times n \\
 2020 &= \frac{119}{541} \times 230 \\
 &= 51
 \end{aligned}$$

⁴⁸ Sugiyono, Stastistika untuk penelitian (Cet. IV; Bandung: Alfabeta, 2002), h. 57.

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

$$2021 = \frac{422}{541} \times 230$$

$$= 179$$

Dengan teknik *proportional sampling* dapat diambil sampel dari masing-masing angkatan 2020 dan 2021 mahasiswa Fakultas Dakwah sebanyak 51 mahasiswa angkatan 2020 dan 179 mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

C. Teknik dan instrument pengumpulan data

1) Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan tahap penting dalam penelitian karena melibatkan berbagai Proses pengumpulan informasi merupakan upaya untuk mengumpulkan bahan, keterangan, fakta, serta data yang dapat dipercaya. Teknik pengumpulan data merujuk pada alat atau cara yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian. Data yang diperoleh bisa berupa angka, catatan tertulis, maupun berbagai fakta yang berkaitan dengan objek penelitian. Teknik pengumpulan data merupakan cara yang dilakukan untuk peneliti dalam menjangkau atau mengungkap informasi dari responden.⁴⁹ Adapun metode pengumpulan data yang akan diterapkan dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

a. Angket.

Angket (Kuesioner) merupakan teknik pengumpulan data dengan cara menyampaikan beberapa pertanyaan atau pernyataan

⁴⁹ Bagus Sumargo, Teknik Sampling (UNJ PRESS, 2020), 88

kepada responden untuk dijawab.⁵⁰ Dalam penelitian ini, digunakan metode angket dengan skala Likert. Skala Likert mencakup pertanyaan yang bersifat positif (*favorable*) dan negatif (*unfavorable*), yang dijawab oleh responden untuk memperoleh hasil dan mengukur validitasnya.

b. Dokumentasi.

Dokumentasi adalah pencatatan terhadap peristiwa yang telah terjadi. Dalam penelitian, dokumentasi berfungsi untuk memberikan bukti atas data yang telah dikumpulkan. Metode ini mengumpulkan data terkait variabel penelitian melalui berbagai sumber seperti catatan, transkrip, media tertulis, buku, koran, majalah, prasasti, notulen rapat, ledger, agenda, dan sejenisnya. Teknik dokumentasi memungkinkan peneliti menelusuri berbagai sumber informasi sehingga dapat memperkuat atau menambah data yang diperoleh di lapangan.⁵¹

2) Instrumen pengumpulan data

Dalam penelitian kuantitatif, peneliti akan menggunakan instrumen untuk mengumpulkan dengan menyebarkan angket atau koesioner dibuat melalui google form, kemudian diberikan secara langsung kepada responden, agar data yang dikumpulkan langsung dapat dilihat hasil presentase dari setiap individu atau responden. Instrumen pengumpulan

⁵⁰ Priska R. E. Mamesah, "Pengaruh Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan Pelanggan Pada Hotel Lucky Inn Manado," Productivity 1, no. 1 (January 20, 2020): 49.8

⁵¹ Elfrianto and Gusman Lesmana, Metode Penelitian Pendidikan (Medan: Umsu Press, 2022), 88.

data adalah Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berfungsi untuk mengumpulkan berbagai informasi yang nantinya akan diolah secara statistik dan disusun secara terstruktur. Data diperoleh melalui penggunaan angket, yang bertujuan untuk mengumpulkan informasi tertulis dari responden mengenai hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Angket tersebut terdiri dari dua komponen utama, yakni dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik.

Peneliti mengadaptasi angket dukungan sosial teman sebaya yang ditulis oleh Septiara Ajeng Muzautami dalam penelitiannya "*Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Siswa SMP Negeri 18 Semarang*" disusun di Fakultas Psikologi, Universitas Semarang. Hasil penelitian ini menggunakan analisis korelasi Product Moment Pearson untuk menguji hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan dengan nilai $r_{xy} = -0,550$, $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$), yang berarti semakin tinggi dukungan sosial dari teman sebaya, semakin rendah tingkat stres akademik siswa, dan sebaliknya. Penelitian ini menggunakan teknik Simple Random Sampling dengan 153 responden, serta skala likert untuk mengukur dua variabel utama. Hasilnya menegaskan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran penting dalam mengurangi stres akademik siswa.

Peneliti mengadaptasi angket stress akademik yang yang ditulis oleh Muhammad Fauzan Faqih dalam penelitiannya yang berjudul "*Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Stres Akademik Mahasiswa Malang yang Bekerja*", yang disusun di Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, tahun 2020. Hasil uji validitas dan reliabilitas pada skala stres akademik menunjukkan bahwa sebagian besar pernyataan dalam skala tersebut sesuai untuk mengukur stres akademik. Nilai korelasi yang lebih besar dari r tabel (0,210) menunjukkan bahwa pernyataan-pernyataan dalam skala ini valid, meskipun ada beberapa yang tidak memenuhi syarat. Selain itu, hasil uji reliabilitas dengan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,897 menandakan bahwa skala ini memiliki tingkat keandalan yang tinggi. Dengan demikian, skala stres akademik ini dapat digunakan sebagai alat ukur yang akurat dan konsisten dalam menilai tingkat stres akademik mahasiswa.

Dalam penelitian ini menggunakan dua perangkat dalam pengumpulan data, yaitu ruang lingkup dukungan sosial teman sebaya dan skala stres akademik. Dalam penelitian ini, survei menggunakan skala Likert yang membantu mengukur pengaturan individu atau kelompok, pendapat, dan persepsi dibandingkan dengan fenomena sosial. Setiap elemen instrumen dengan skala Likert memiliki ukuran respons mulai dari sangat positif hingga sangat negatif. Perangkat ini mencakup lima opsi respons. Artinya, sangat setuju (SS), benar, tidak, tidak setuju (KS), tidak

setuju (TS), sangat benar.). Rancangan atau *blueprint* instrumen tersebut akan dijelaskan lebih lanjut berikut ini:

a. Skala dukungan sosial teman sebaya

Skala untuk mengukur dukungan sosial dari teman sebaya dalam penelitian ini dikembangkan oleh Sarafino, yang mencakup empat aspek utama. Berikut adalah rancangan skala tersebut:

Tabel 3. 2
Blueprint Dukungan Sosial Teman Sebaya

No	Aspek	Sub indikator	No Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Dukungan emosional	Memberikan Perhatian, Motivasi, serta kepedulian.	1,2	9,10	4
2	Dukungan penghargaan	Penilaian positif Terhadap individu yang bersangkutan, menghargai, dan diterima oleh teman	3,4	11,12	4
3	Dukungan instrumen	Bantuan langsung berupa tindakan ataupun materi	5,6, 16	13	4
4	Dukungan informasi	Memberikan nasehat atau solusi, saran atau bimbingan	7,8,	14,15	4

b. Skala stress akademik

Stres akademik akan diukur menggunakan skala yang dikembangkan dari skala Gadzella, yang mencakup lima sumber aspek stres akademik. Rancangan skala tersebut dijelaskan sebagai berikut.

Tabel 3. 3
Blueprint Stress Akademik

No	Aspek	Sub indikator	No Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Frustrasi	Kegagalan dalam mencapai tujuan	1,2	10,11	4
2	Konflik	Adanya dua atau lebih alternative yang diinginkan untuk mencapai tujuan	3,9	12	3
3	Tekanan	Khawatiran serta tertekan dalam melakukan sesuatu	4	13	2
4	Perubahan	Perubahan hidup yang mengganggu	5,8	14	3
5	Pemaksaan Diri	Selalu ingin sempurna dalam suatu yang diinginkan	6,7	15	3

Dalam uji coba instrumen pengumpulan data penelitian ini, peneliti melakukan penyebaran kuesioner kepada 40 mahasiswa Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang terdiri dari 10 mahasiswa Fakultas Syariah, 10 mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI), 10 mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK), serta 10 mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Humaniora (FUAH). Setiap fakultas melibatkan sebanyak 10 mahasiswa sebagai responden, dengan total keseluruhan 40 mahasiswa. Responden dipilih secara merata dari empat

fakultas berbeda di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember guna memastikan keberagaman sudut pandang dan menguji keandalan serta validitas instrumen secara menyeluruh. Penyebaran kuesioner dilakukan sebagai langkah awal untuk menguji instrumen yang telah disusun, yang selanjutnya dianalisis melalui uji validitas guna mengetahui sejauh mana butir-butir kuesioner mampu mengukur variabel yang dimaksud, serta uji reliabilitas untuk mengetahui konsistensi dan keandalan instrumen tersebut. Melalui tahapan ini, peneliti memastikan bahwa instrumen yang digunakan valid dan reliabel, sehingga data yang dikumpulkan nantinya memiliki tingkat keakuratan yang tinggi dan layak dijadikan dasar dalam pengambilan kesimpulan penelitian.

Tabel 3.4
Jumlah Responden Uji Coba Instrumen

No	Fakultas	Jumlah mahasiswa
1	Fakultas Syariah	10 orang
2	Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI)	10 orang
3	Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK)	10 orang
4	Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Humaniora (FUAH)	10 orang
Total		40 orang

a. Uji validitas

Instrumen yang valid adalah alat ukur yang mampu menghasilkan data yang akurat. Validitas berarti instrumen tersebut tepat digunakan untuk mengukur hal yang memang ingin diukur.

Sebuah penelitian disebut valid jika data yang diperoleh sesuai dengan kondisi nyata dari objek yang diteliti.

Validitas adalah kemampuan suatu alat ukur dalam mengukur apa yang seharusnya diukur. Dalam pengujian validitas, fokus diberikan pada isi dan fungsi instrumen tersebut. Uji validitas digunakan untuk menentukan apakah suatu kuesioner dapat diterima atau tidak. Penilaian validitas dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung (koefisien korelasi Pearson) dengan nilai r tabel. Suatu item pertanyaan dinyatakan valid jika nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel.⁵² Penjelasan selengkapnya adalah sebagai berikut:

- (1) Apabila nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel, maka instrumen penelitian dianggap valid.
- (2) Apabila nilai r hitung lebih kecil dari nilai r tabel, maka instrumen penelitian dianggap tidak valid.

Pada taraf signifikansi 5% dengan jumlah sampel (n)

sebanyak 24, nilai r tabel yang digunakan adalah 0,3081. Jika nilai r hitung lebih besar dari r tabel, maka item tersebut dinyatakan valid dan layak dipakai untuk pengumpulan data. Sebaliknya, jika nilai r hitung lebih kecil dari r tabel, maka item tersebut tidak valid dan tidak cocok digunakan dalam pengumpulan data.

⁵² Budi Darma, Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji T, Uji F, R²) (GUEPEDIA, n.d.), 7–8.

Tabel 3.5
Hasil Uji Validasi Dukungan Sosial Teman Sebaya

No. Item	R Tabel	R Hitung	Keterangan
1	0,795	0,3081	Valid
2	0,736	0,3081	Valid
3	0,791	0,3081	Valid
4	0,651	0,3081	Valid
5	0,610	0,3081	Valid
6	0,741	0,3081	Valid
7	0,798	0,3081	Valid
8	0,703	0,3081	Valid
9	0,692	0,3081	Valid
10	0,719	0,3081	Valid
11	0,409	0,3081	Valid
12	0,737	0,3081	Valid
13	0,127	0,3081	Tidak Valid
14	0,822	0,3081	Valid
15	0,666	0,3081	Valid
16	0,249	0,3081	Tidak Valid

Tabel 3.6
Hasil uji validasi stress akademik

No. item	R Tabel	R Hitung	Keterangan
1	0,426	0,3081	Valid
2	0,427	0,3081	Valid
3	0,387	0,3081	Valid
4	0,218	0,3081	Tidak Valid
5	0,287	0,3081	Tidak valid
6	0,444	0,3081	Valid
7	0,324	0,3081	Valid
8	0,497	0,3081	Valid
9	0,355	0,3081	Valid
10	0,452	0,3081	Valid
11	0,651	0,3081	Valid
12	0,452	0,3081	Valid
13	0,614	0,3081	Valid

14	0,513	0,3081	Valid
15	0,379	0,3081	Valid

b. Uji reliabilitas

Reliabilitas merupakan parameter yang menilai sejauh mana kestabilan dan konsistensi responden dalam memberikan jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan dimensi variabel tertentu, yang dirumuskan dalam bentuk kuesioner. Pengujian reliabilitas dapat diterapkan secara menyeluruh pada seluruh pertanyaan dalam kuesioner. Jika nilai Koefisien Alpha melebihi 0.70, maka dianggap reliabel.⁵³ Berikut adalah kriteria dalam pengujian reliabilitas:

- Apabila nilai *Cronbach's alpha* lebih besar dari 0.70, maka instrumen tersebut dinyatakan reliabel.
- Sebaliknya, jika nilai *Cronbach's alpha* lebih kecil dari 0.70, maka instrumen tersebut dianggap tidak reliabel.

Berikut adalah kategori reliabilitas berdasarkan nilai tersebut:

- 0,800-1,000 = Sangat Tinggi
- 0,600-0,799 = Tinggi
- 0,400-0,599 = Sedang
- 0,200-0,399 = Rendah
- 0,000-0,199 = Sangat Rendah.

⁵³ Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Baru, 2014), 110.

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Stress Akademik

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.884	16

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.686	15

D. Analisis data

Analisis data adalah proses yang dilakukan setelah data dari responden atau sumber lainnya berhasil dikumpulkan. Proses ini meliputi pengelompokan data menurut variabel dan responden, serta penyusunan data variabel yang diperoleh dari responden ke dalam tabel.⁵⁴ Analisis data bertujuan untuk memberikan interpretasi, makna, dan nilai yang terkandung dalam data yang telah dikumpulkan.⁵⁵

Penelitian ini menggunakan angket sebagai alat ukur dengan format *skala Likert*. *Skala Likert* adalah metode pengukuran yang digunakan untuk mengevaluasi sikap, pendapat, atau persepsi seseorang terhadap suatu variabel melalui tingkatan jawaban. Pada skala tersebut, pernyataan *favorable* digunakan untuk mengukur kecenderungan positif terhadap variabel yang diteliti, sedangkan pernyataan *unfavorable* digunakan untuk mengukur

⁵⁴ wati, r. (2022). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap pemilihan karir mahasiswa bimbingan konseling islam angkatan 2018 fakultas dakwah dan komunikasi universitas islam negeri sultan syarif kasim riau* (doctoral dissertation, universitas islam negeri sultan syarif kasim riau).

⁵⁵ Sandu Siyoto and Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 109

kecenderungan negatif. Partisipan diminta untuk mengevaluasi tingkat persetujuan mereka terhadap pernyataan-pernyataan yang disajikan, biasanya melalui skala bertingkat, seperti lima atau tujuh level. Hasil dari *skala Likert* dapat membantu dalam menganalisis pola sikap atau persepsi secara kuantitatif, sehingga memungkinkan pengambilan keputusan atau penyusunan strategi yang lebih tepat. format *skala likert* dengan 5 opsi jawaban sebagai berikut:

Tabel 3. 8
Penilaian *Skala Likert*

Alternativ Jawaban	<i>Favorable</i> (Positif)	<i>Unfavarable</i> (Negatif)
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Kurang Setuju (KS)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Dalam proses analisis data, dilakukan beberapa langkah seperti mengelompokkan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, membuat tabulasi data menurut masing-masing variabel, menyajikan data setiap variabel yang diteliti, serta melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah yang terdapat pada BAB I dan menguji hipotesis yang telah diajukan. Analisis data dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana data yang diperoleh sesuai dengan hasil-hasil penelitian yang telah dilaksanakan.

Peneliti menggunakan bentuk hipotesis asosiatif atau hubungan dikarenakan data yang dimiliki berbentuk interval atau rasio, sehingga peneliti menggunakan teknik analisis sederhana yang berupa teknik analisis

korelasi produk moment untuk menguji hipotesis hubungan satu variabel independen dengan variabel independen lainnya.⁵⁶

1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan suatu prosedur yang digunakan untuk mengevaluasi apakah suatu data mengikuti distribusi normal. Hal ini memiliki relevansi penting untuk menentukan apakah data dapat digunakan dalam analisis statistik parametrik atau apakah distribusi data tersebut tidak bersifat normal. Metode yang sering digunakan dalam uji normalitas adalah uji *Kolmogorov-Smirnov* yang mengukur sejauh mana kesesuaian data dengan distribusi normal. Peneliti menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dikarenakan sampel berjumlah lebih dari 50.⁵⁷ Kriteria pengujian dinyatakan sebagai berikut:

- a. Hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa data berasal dari populasi dengan distribusi normal, sementara hipotesis alternatif (H_a) menyatakan bahwa data berasal dari populasi dengan distribusi yang tidak normal.
- b. Jika nilai Signifikansi (Sig) lebih besar dari 0.05 maka data dianggap berdistribusi normal
- c. Jika nilai Signifikansi kurang dari 0.05 maka data dianggap tidak berdistribusi normal.

⁵⁶ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. 153

⁵⁷ Wiratna Sujarweni, Metodologi Penelitian, (Yogyakarta: Pustaka Baru, 2014),120.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah suatu metode yang dilaksanakan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji ini bertujuan untuk menentukan apakah hubungan antar variabel tersebut bersifat linear atau tidak.⁵⁸ Dalam penelitian ini peneliti menggunakan ANOVA SPSS versi 26.0.

- a) Terdapat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat memiliki nilai *standard deviasi linearity* lebih besar dari 0.05.
- b) Sebaliknya, tidak terdapat hubungan yang linier apabila variabel bebas dan terikat memiliki nilai *standard deviasi linearity* kurang dari 0.05.

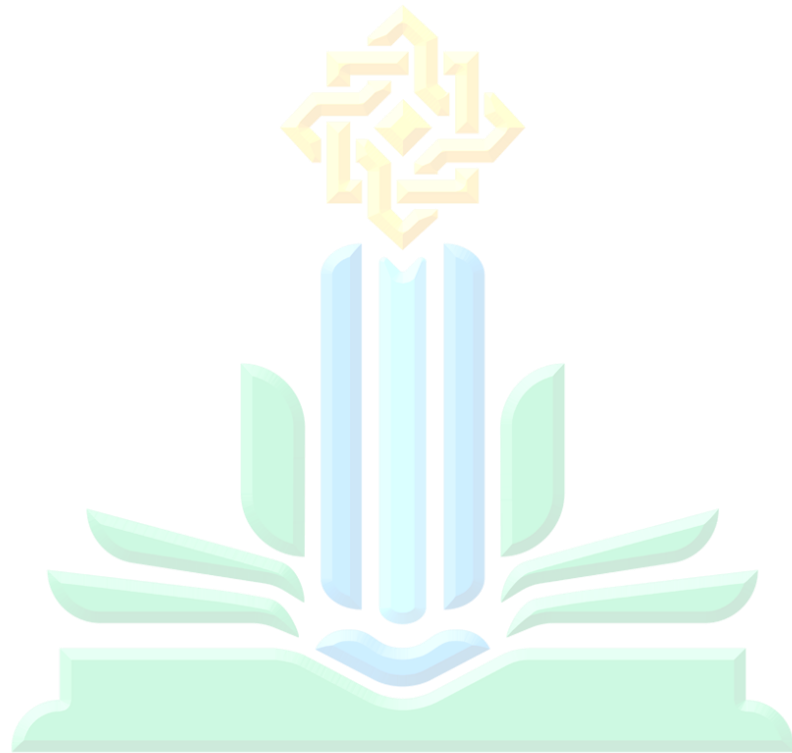
3. Uji Hipotesis

uji hipotesis merupakan tahapan perhitungan yang dilakukan untuk membuat keputusan tertentu.⁵⁹ Untuk menguji hipotesis tersebut, penelitian ini menggunakan metode korelasi Product Moment Pearson. Agung menjelaskan bahwa korelasi Product Moment Pearson memiliki peran dalam menghitung koefisien korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Proses uji hipotesis korelasi Product Moment Pearson dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26.0 untuk Windows. Kriteria yang digunakan dalam uji hipotesis ini adalah sebagai berikut:

⁵⁸ Pratama dan Permatasari, "Pengaruh Penerapan Standard Operasional Prosedur dan Kompetensi Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Divisi E kspor PT. Dua Kuda Indonesia (Jakarta Timur: Jurnal Ilmiah M Progress, 2021), 43

⁵⁹ Misbahuddin dan Iqbal Hasan, "Analisis Data Penelitian dengan Statistik", (Jakarta PT. Bumi Aksara, 2013), 49

- a. Jika nilai signifikansi (signifikan) kurang dari 0.05, itu menunjukkan adanya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.
- b. Sebaliknya, jika nilai signifikansi (signifikan) lebih besar dari 0.05 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Obyek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq (UIN KHAS) Jember, yang berlokasi di Jl. Mataram No.1, Karang Miuwo, Mangli, Kecamatan Kaliwates, Kabupaten Jember, Jawa Timur 68136. Sebelumnya, institusi ini bernama Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Jember, kemudian berubah menjadi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember pada tahun 2014, dan resmi beralih status menjadi UIN KHAS Jember pada tahun 2021.

Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq (UIN KHAS) Jember memiliki lima fakultas pada jenjang program sarjana (S1), yaitu Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Syariah, Ekonomi dan Bisnis Islam, Ushuluddin, Adab dan Humaniora, serta Fakultas Dakwah. Fakultas Dakwah sendiri memiliki lima program studi, yaitu Bimbingan dan Konseling Islam (BKI), Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI), Psikologi Islam (PI), Manajemen Dakwah (MD), dan Pengembangan Masyarakat Islam (PMI). Dalam penelitian ini, Fakultas Dakwah menjadi fokus lokasi pengambilan data.

2. Visi-Misi

Adapun Visi, Misi serta tujuan dari Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yaitu:

- a. Visi: Menjadi Perguruan Tinggi Islam terkemuka di Asia Tenggara pada Tahun 2045 dengan kedalaman ilmu berdasarkan kearifan lokal untuk kemanusiaan dan peradaban.
- b. Misi:
 - 1) Menjadikan dan mengembangkan studi keislaman, keilmuan dan keindonesiaan berdasarkan kearifan lokal dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran.
 - 2) Meningkatkan kualitas penelitian untuk melahirkan orisinalitas ilmu yang bermanfaat bagi kepentingan akademik dan kemanusiaan. masyarakat.
 - 3) Meningkatkan kualitas Universitas dan masyarakat dalam pengembangan ilmu dan agama untuk kesejahteraan
 - 4) Menggali dan menerapkan nilai kearifan lokal untuk mewujudkan masyarakat berkeadaban.
 - 5) Mengembangkan kerja sama dengan berbagai pihak dalam skala regional, nasional dan internasional untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan tridarma perguruan tinggi.

c. Tujuan

- 1) Menghasilkan lulusan unggul yang mempunyai kapasitas akademik, kemampuan manajerial serta cara pandang yang terbuka untuk menyatukan ilmu dan masyarakat di sekitar.
- 2) Menjadikan Universitas sebagai pusat pengembangan keilmuan berbasis kearifan lokal yang terkemuka dan terbuka dalam kajian dan penelitian.
- 3) Memperkuat dalam penyelesaian tentang bangsa berdasarkan pengetahuan keislaman dan kemanusiaan yang netral.
- 4) Peningkatan peran serta etos pengabdian dalam menyelesaikan masalah keumatan dan peningkatan kualitas hidup masyarakat.
- 5) Meningkatkan tata kelola lembaga yang baik sesuai standar nasional. sama antar lembaga dan luar negeri.
- 6) Meningkatkan kepercayaan publik dan terbangunnya kerja

3. Fakultas Dakwah

Visi Fakultas Dakwah: Menjadi pusat pendidikan ilmu dakwah ternama di Asia Tenggara pada tahun 2045 dengan kedalaman ilmu dan kearifan lokal untuk kemanusiaan dan peradaban.

Misi Fakultas Dakwah:

- a. Melaksanakan pendidikan ilmu dakwah yang kompetitif serta bermutu dalam mencetak dai profesional.
- b. Mengembangkan riset ilmu dakwah yang unggul dalam memecahkan permasalahan mengenai kemanusiaan.

- c. Menyelenggarakan program pengabdian agar menciptakan masyarakat yang adil berkeradaban.
- d. Memperluas jaringan dan kerja sama dalam memajukan dan memperkuat terselenggaranya pendidikan.⁶⁰

B. Penyajian Data.

1. Pengelompokan kategori responden terdapat 541 mahasiswa yang sedang berada di semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Dalam informasi ini, peneliti akan mengkategorikan responden dan kemudian membagikan kuisisioner yang telah disusun melalui google form, dengan distribusi melalui media whatsapp baik secara individu maupun dalam grup. Dari jumlah tersebut, sebanyak 230 mahasiswa telah mengisi kuisisioner. Kriteria yang digunakan oleh peneliti meliputi:
 - a. Mahasiswa akhir yang tercatat sebagai mahasiswa aktif semester 7 ke-atas Fakultas Dakwah.
 - b. Mahasiswa akhir yang tercatat mengambil mata kuliah skripsi.

2. Penyebaran Alat Ukur

Peneliti mengumpulkan data dengan membagikan tautan Google Form yang memuat kuesioner penelitian kepada responden pada tanggal yang telah ditentukan. Dalam menentukan kategori responden yang sesuai, peneliti menerapkan teknik *simple random sampling* guna memastikan data yang diperoleh sesuai dengan tujuan dan harapan penelitian.

⁶⁰ Web Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember, 25 Mei 2024, <https://fdakwah.uinkhas.ac.id/>

3. Pengolahan Data

Setelah seluruh data berhasil dikumpulkan, peneliti melanjutkan ke tahap pengolahan data dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Peneliti mengunduh data yang telah diisi melalui Google Form dalam format Microsoft Excel, kemudian melakukan pengecekan ulang terhadap data yang diperoleh.
- b. Selanjutnya, peneliti merangkum dan menghitung total dari setiap jawaban responden serta melakukan uji validitas menggunakan program SPSS versi 26 untuk memastikan keabsahan data. Setelah itu, dilakukan uji reliabilitas guna mengetahui apakah pernyataan yang digunakan dalam instrumen tergolong reliabel berdasarkan nilai yang diperoleh.

4. Uji validitas instrument

Validitas instrumen penelitian ini menggunakan uji validitas.

Instrumen yang valid harus dapat mengukur apa yang sebenarnya diukur

agar dianggap valid. Peneliti melakukan uji coba pada 40 Mahasiswa dijadikan sebagai batas minimum jumlah responden dalam uji coba

instrumen. Penggunaan minimal 40 responden dimaksudkan agar

pengujian validitas instrumen menghasilkan data yang mendekati

distribusi normal. Dalam uji coba instrument peneliti mengambil

responden dari 4 fakultas yaitu 10 responden dari Fakultas Syariah, 10

responden dari Fakultas Febi, 10 responden dari Fakultas Fuah, dan 10

responden dari Fakultas Ftik. Setelah dilakukan uji validitas mendapatkan

hasil 14 item valid pada variabel dukungan sosial teman sebaya dan 13 item valid pada variabel stress akademik. Berikut merupakan tabel *blue print* setelah dilakukan uji validitas.

Tabel 4.1
Blue Print Dukungan Sosial Teman Sebaya Setelah Uji Validitas

No	Aspek	Sub Indikator	No Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Dukungan emosional	Memberikan Perhatian, Motivasi, serta kepedulian.	1,2	9,10	4
2	Dukungan penghargaan	Penilaian positif Terhadap individu yang bersangkutan, menghargai, dan diterima oleh teman	3,4	11,12	4
3	Dukungan instrumen	Bantuan langsung berupa tindakan ataupun materi	5,6, -	-	2
4	Dukungan informasi	Memberikan nasehat atau solusi, saran atau bimbingan	7,8	14,15	4
Jumlah Total Item			8	6	14

Tabel 4.2
Stress Akademik Setelah Uji Validitas

No	Aspek	Sub Indikator	No Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Frustrasi	Kegagalan dalam mencapai tujuan	1,2	10,11	4
2	Konflik	Adanya dua atau lebih alternative yang diinginkan untuk mencapai tujuan	3,9	12	3
3	Tekanan	Khawatiran serta tertekan dalam melakukan sesuatu	-	13	1
4	Perubahan	Perubahan hidup yang mengganggu	- ,8	14	2

5	Pemaksaan Diri	Selalu ingin sempurna dalam suatu yang diinginkan	6,7	15	3
Jumlah Total Item			7	6	13

5. Uji Reliabilitas Instrumen

Tabel 4.3
Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Stress Akademik

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.884	16

Hasil dari uji reliabilitas pada variabel dukungan sosial teman sebaya (X) dapat dilihat bahwa *cronbach's alpha* pada variabel ini lebih tinggi dari pada nilai dasar yaitu $0,884 > 0,70$ hasil tersebut dinyatakan reliabel dan memiliki keandalan dalam mengukur tujuan pengukuran.

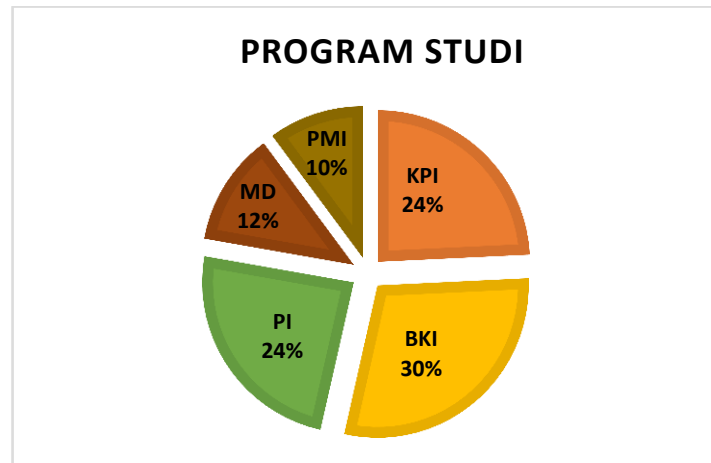
Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.686	15

Hasil dari uji reliabilitas pada variabel stress akademik (Y) dapat dilihat bahwa *cronbach's alpha* pada variabel ini lebih tinggi dari pada nilai dasar yaitu $0,686 > 0,70$ hasil tersebut dinyatakan reliabel dan memiliki keandalan dalam mengukur tujuan pengukuran. Jika disesuaikan dengan tingkat reliabilitas skala dukungan sosial teman sebaya maka termasuk dalam kategori sangat tinggi dan stress akademik termasuk dalam kategori tinggi.

a. Deskripsi Responden Penelitian

1) Berdasarkan program studi

Tabel 4.4



Data responden penelitian mengacu pada tiap tiap program studi bisa diperhatikan pada diagram di atas dengan klasifikasi program studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKl) sebanyak 30%, Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) sebanyak 24%, Psikologi Islam (PI) sebanyak 24%, Manajemen Dakwah (MD) sebanyak 12%, dan Pengembangan Masyarakat Islam (PMI) sebanyak 10%.

2) Berdasarkan jenis kelamin

Tabel 4.5



Berdasarkan diagram diatas dari 230 responden penelitian, terdapat 72 dengan jumlah 31% jenis kelamin laki-laki dan 158 orang dengan jumlah 69% jenis kelamin perempuan.

b. Deskripsi hasil penelitian

Berdasarkan data yang didapat maka akan peneliti simpulkan ke dalam bentuk tabel. Data tersebut didapat menggunakan analisis deskriptif memakai SPSS 26.0 for windows. Adapun variabel dukungan sosial teman sebaya dan stress akademik pada penelitian ini dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.6

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan sosial teman sebaya	230	39	70	49.19	5.211
Stress akademik	230	22	43	28.28	2.430
Valid N (listwise)	230				

Berdasarkan hasil statistik deskriptif skala dukungan sosial teman sebaya memiliki nilai minimal 39 dan maksimal 70, stress akademik memiliki nilai minimal 22 dan nilai maksimal 43. Tabel tersebut juga menunjukkan rata-rata dukungan sosial teman sebaya adalah 49.19 dan nilai rata-rata stress akademik adalah 28.28. Standar deviasi pada dukungan soaial teman sebaya memiliki nilai 5.211, sedangkan stress akademik memiliki nilai sebesar 2.430.

c. Deskripsi kategorisasi data

Setelah diperoleh nilai rata-rata dan standar deviasi dari masing-masing variabel, data tersebut dapat dimanfaatkan untuk menentukan

kategori tingkat tinggi, sedang, atau rendah pada tiap variabel yang diukur dari responden penelitian. Adapun pedoman penentuan kategori data mengacu pada rumus berikut:

Tabel 4.7
Pedoman Kategorisasi Tingkat Variabel

Kategori	pedoman
Rendah	$X < (M - 1 \text{ SD})$
Sedang	$(M - 1 \text{ SD}) \leq X \leq (M + 1 \text{ SD})$
Tinggi	$X > (M + 1 \text{ SD})$

Keterangan:

M: Rata-rata atau Mean.

SD: Standar deviasi atau Standart deviation.

Berikut adalah hasil kategorisasi dari setiap variabel:

Tabel 4.8
Hasil Nilai 3 Kategorisasi Data

Kategori	Dukungan sosial teman sebaya (X)	Stress akademika (Y)
Rendah	$x < 49.19 - 5.211$	$x < 28.28 - 2.430$
Sedang	$49.19 - 5.211 \leq x < 49.19 + 5.211$	$28.28 - 2.430 \leq x < 28.28 + 2.430$
Tinggi	$x > 49.19 + 5.211$	$x > 28.28 + 2.430$

Tabel 4.9
Dukungan sosial teman sebaya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	34	14.8	14.8	14.8
	Sedang	153	66.5	66.5	81.3
	Tinggi	43	18.7	18.7	100.0
	Total	230	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil uji kategorisasi data pada variabel dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa semester akhir 7 ke-atas Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember menunjukkan bahwa sebanyak 34 mahasiswa (14,8%) berada pada kategori rendah, 153 mahasiswa (66,5%) berada pada kategori sedang, dan 43 mahasiswa (18,7%) berada pada kategori tinggi.

Tabel 4.10

Stress akademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	17	7.4	7.4	7.4
	Sedang	188	81.7	81.7	89.1
	Tinggi	25	10.9	10.9	100.0
	Total	230	100.0	100.0	

Berdasarkan uji kategorisasi data stress akademik mahasiswa semester akhir ke 7 ke atas Fakultas Dakwah UIN KHAS Jember, bisa diketahui bahwa (16) mahasiswa memiliki stress akademik rendah dengan skor 7.0%, (174) mahasiswa memiliki stress akademik sedang dengan skor 75.7% dan (40) mahasiswa memiliki stress akademik tinggi dengan skor 17.4%.

C. Analisis dan Pengujian Hipotesis

1. Uji asumsi

a) Uji Normalitas

Tabel 4.11

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		230
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,31304580
Most Extreme Differences	Absolute	,082
	Positive	,082
	Negative	-,063
Kolmogorov-Smirnov Z		1,250
Asymp. Sig. (2-tailed)		,088

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan hasil uji normalitas yang dibuktikan dengan uji *one sampel Kolmogorov-smirnov test*, maka mendapati hasil yang menunjukkan distribusi normal. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi 0.088 artinya lebih besar dari 0.05 sehingga dapat dinyatakan jika nilai residual berdistribusi normal. Sehingga dikatakan dukungan sosial teman sebaya dan stress akademik berdistribusi normal sesuai dengan pedoman uji normalitas.

b) Uji Linearitas.

Tabel 4.12

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stress akademik * Dukungan sosial teman sebaya	Between Groups	(Combined)	192.540	23	8.371	1.487	.077
		Linearity	9.360	1	9.360	1.663	.199
		Deviation from Linearity	183.180	22	8.326	1.479	.084
	Within Groups		1159.651	206	5.629		
	Total		1352.191	229			

Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi, dengan ketentuan bahwa jika nilai signifikansi *deviation from linearity* $> 0,07$ maka terdapat hubungan linear antara dua variabel, sedangkan jika $< 0,07$ maka hubungan antara kedua variabel tidak bersifat linear.

Berdasarkan hasil uji linearitas yang ditampilkan pada tabel diatas, diperoleh nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,077. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05, maka terdapat hubungan keduanya bersifat linear.

c) Uji Hipotesis

Tabel 4.13

Correlations

		dukungan sosial teman sebaya	stress akademik
dukungan sosial teman sebaya	Pearson Correlation	1	-.264**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	230	230
stress akademik	Pearson Correlation	-.264**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	230	230

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

Hasil uji hipotesis menggunakan teknik korelasi sederhana *Pearson Product Moment* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hal ini mengindikasikan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah. Nilai korelasi Pearson correlation sebesar -0,264 menunjukkan adanya

terdapat hubungan negatif dengan tingkat korelasi yang rendah, karena berada dalam rentang 0,20–0,39. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diterima, maka semakin rendah tingkat stres akademik, dan sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, maka semakin tinggi stres akademik.

Berikut tabel interpretasi koefisien korelasi:

Tabel 4.14
Interpretasi Koefisien Korelasi

Nilai r (Interval Koefisien)	Interpretasi
0.80-1.00	Hubungan sangat kuat
0.60-0.79	Hubungan kuat
0.40-0.59	Hubungan sedang
0.20-0.39	Hubungan rendah
0.01-0.19	Hubungan sangat rendah
$r_{xy} \leq 0.00$	Tidak ada hubungan

D. PEMBAHASAN

Penelitian ini diperuntukkan bagi mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, dengan jumlah responden sebanyak 230 orang. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa semester akhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi perempuan lebih dominan dibandingkan laki-laki, yaitu sebanyak 158 mahasiswi dan 72 mahasiswa yang terlibat dalam penelitian ini.

Sejalan dengan teori yang dikemukakan Sarafino bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan bentuk tindakan yang memberikan

kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan, baik secara pribadi maupun kelompok, yang dapat membantu individu menghadapi tekanan dan stres. Aspek dalam dukungan sosial teman sebaya telah disesuaikan dengan 3 indikator yaitu dukungan emosional (empati, perhatian), dukungan penghargaan (pengakuan dan dorongan), dukungan instrumental (bantuan konkret seperti tenaga atau materi), serta dukungan informasional (saran, nasihat, atau petunjuk).

Setelah didapatkan hasil kategorisasi variabel dukungan sosial teman sebaya, terlihat bahwa mayoritas responden dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya dalam tingkat yang cukup, meskipun belum optimal. Dukungan yang paling dominan diberikan berupa dukungan emosional dan dukungan informasi seperti saling memberi semangat serta pengalaman dan solusi terkait tugas akhir. Di antara responden bisa diketahui bahwa terdapat 14,8% mahasiswa berada pada kategori rendah, 66,5% pada kategori sedang, dan 18,7% berada pada kategori tinggi. Maka dapat digarisbawahi bahwa terdapat keberagaman spektrum tingkat dukungan sosial teman sebaya diantara mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Selain itu keberagaman ini mencerminkan bahwa pengalaman mahasiswa dalam menerima dukungan dari teman sebaya, tidak seragam sebagian besar merasakan dukungan dalam tingkat sedang, namun masih ada

yang merasakan dukungan tinggi dan sebagian kecil yang mengalami dukungan rendah di antara kelompok tersebut.

Sejalan dengan teori Gadzella yang menyatakan bahwa stress akademik merupakan stres akademik merupakan suatu respon emosi, fisik, kognitif, dan perilaku yang muncul ketika individu merasa tidak mampu menyeimbangkan antara tuntutan akademik dengan kemampuan yang dimilikinya. Aspek dalam stress akademik terdapat 5 indikator yakni frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan pemaksaan diri. Mahasiswa semester akhir berada dalam fase penuh tantangan, mulai dari pengerjaan skripsi, tekanan waktu, kecemasan tentang masa depan, hingga ekspektasi dari lingkungan sekitar.

Variasi tingkat dukungan sosial teman sebaya juga berkorelasi dengan keragaman intensitas stress akademik yang dialami oleh mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah. Setelah dilakukan bahwa 17 mahasiswa memiliki stress akademik rendah dengan skor 7.4%, 188 mahasiswa memiliki stress akademik sedang dengan skor 81.7% dan 43 mahasiswa memiliki stress akademik tinggi dengan skor 18.7%. distribusi ini digarispawahi bahwa mayoritas mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah mengalami stres akademik dalam kategori sedang, tingkat stres akademik cenderung menengah, mencerminkan adanya tekanan yang signifikan tetapi masih dalam batas yang bisa diatasi oleh sebagian besar mahasiswa.

Analisis tersebut memberikan hasil yang menegaskan penerimaan H_a dan penolakan H_0 , sesuai dengan pedoman uji korelasi. Tingkat signifikansi

(sig) dari Hipotesis ditemukan kurang dari 0.05, dengan nilai yang tepat besarnya 0,000. Hal ini yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa dari teman sebaya, maka semakin rendah tingkat stres akademik yang mereka alami, dan sebaliknya. Hasil ini mendukung hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan adanya hubungan antara kedua variabel tersebut, sekaligus menolak hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak ada hubungan. Koefisien korelasi (r) yang diperoleh dari hasil pengujian menunjukkan nilai -0,264, menempatkan hubungan tersebut dalam kategori korelasi sedang, sesuai dengan rentang yang ditetapkan yaitu 0.20 - 0.39. Selain itu, bahwa terdapat hubungan negatif yang sedang hingga kuat antara variabel dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik. Namun, karena arah hubungannya negatif maka semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka semakin rendah stress akademik yang didapatkan oleh mahasiswa.

Dukungan sosial dari teman sebaya merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh teman sebaya saat individu membutuhkannya, al ini membuat individu merasa diterima dan disayangi oleh lingkungan sosialnya. Teman sebaya juga berperan dalam memberikan informasi mengenai dunia perkuliahan, seperti memberikan saran dan pujian atas apa yang dilakukan. Dukungan sosial ini sangat bermanfaat ketika stres akademik muncul, karena

teman sebaya dapat membantu mahasiswa dalam menyesuaikan diri selama menjalani kegiatan akademik.⁶¹ Dukungan sosial yang diterima dapat berupa dorongan semangat, ungkapan verbal, maupun bantuan nyata yang diberikan secara langsung.

Sementara itu, stres akademik merupakan bentuk tekanan yang timbul akibat berbagai tuntutan dalam lingkungan perkuliahan, di mana tekanan tersebut dapat bersumber dari berbagai faktor, seperti tugas yang menumpuk, ujian yang menegangkan, tekanan untuk meraih prestasi akademik, serta ekspektasi dari dosen, orang tua, dan lingkungan sekitar.⁶² Stres ini tidak hanya berdampak pada kondisi mental, tetapi juga dapat memengaruhi fisik dan performa belajar mahasiswa. Mahasiswa yang mengalami stres akademik biasanya menunjukkan gejala seperti kelelahan, cemas, kurang konsentrasi, hingga kehilangan motivasi belajar. Namun, stres akademik bukanlah sesuatu yang tidak bisa diatasi. Salah satu faktor penting yang dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi stres akademik adalah dukungan sosial, terutama dari teman sebaya. Kehadiran teman yang mampu memberikan motivasi, mendengarkan keluhan, serta berbagi pengalaman dapat membantu mahasiswa merasa didukung, dihargai, dan tidak sendirian dalam menghadapi tantangan akademik.

Mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah dengan tingkat dukungan sosial teman sebaya yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres akademik yang rendah karena mereka merasa didukung secara emosional, dihargai, dan

⁶¹ Santrock, J.W. (2007). *Perkembangan anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta : PT. Erlangga

⁶² Dedeyn,R. (2008). A comparison of academic stress among Australian and internasional student. *journal of undergraduate Research XI*

tidak merasa sendiri dalam menghadapi tantangan akademik. Kehadiran teman sebaya yang memberikan perhatian, motivasi, bantuan nyata, serta saran dan informasi akademik dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan coping mahasiswa dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan. Dukungan ini berfungsi sebagai sumber kekuatan psikologis yang membantu mahasiswa mengelola tekanan, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan kesejahteraan mental sehingga stres akademik pun dapat ditekan seminimal mungkin. Sejalan dengan pendapat Govaerst & Gregoire, stres akademik merupakan kondisi tekanan yang dialami individu akibat beban akademik. Stres ini muncul ketika seseorang tidak mampu menyesuaikan antara tuntutan akademik yang diterima dengan kemampuan yang dimilikinya. Stres akademik mencerminkan tekanan emosional yang dirasakan mahasiswa sebagai akibat dari beban studi, yang jika tidak ditangani dengan baik dapat memengaruhi kesehatan mental maupun fisik.⁶³

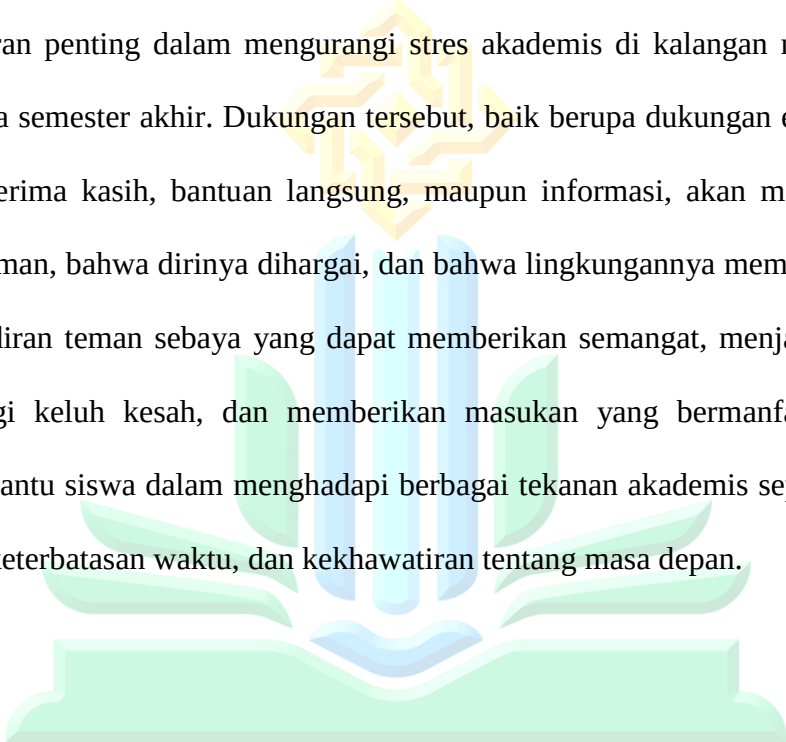
Menurut Stuart dan Sundeen, dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang memengaruhi stres akademik. Individu yang memiliki dukungan sosial tinggi cenderung tidak mengabaikan stres karena mereka yakin akan memperoleh bantuan dari orang lain.⁶⁴ Dukungan sosial memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan serta kesejahteraan individu, tanpa memandang seberapa besar tingkat stres yang mereka alami. Baik dalam kondisi stres yang rendah maupun tinggi, dukungan sosial memberikan

⁶³ Fiqih, Arthur, and Vivi Ratnawati. "Mengurai Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir: Faktor Pemicu, Dampak Dan Strategi Pengelolaan Di Universitas Nusantara PGRI Kediri." *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran)*. Vol. 6. 2023.

⁶⁴ Sarafino, E. P. & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial INTERACTION*, 7th-ed. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.

pengaruh yang serupa. Selain itu, dukungan sosial dapat membantu seseorang dalam mengelola atau menyelesaikan masalah dengan lebih terfokus, terutama melalui perhatian, informasi, dan umpan balik yang dibutuhkan untuk meredakan respons stres⁶⁵

Sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya berperan penting dalam mengurangi stres akademis di kalangan mahasiswa selama semester akhir. Dukungan tersebut, baik berupa dukungan emosional, rasa terima kasih, bantuan langsung, maupun informasi, akan memberikan rasa aman, bahwa dirinya dihargai, dan bahwa lingkungannya memahaminya. Kehadiran teman sebaya yang dapat memberikan semangat, menjadi tempat berbagi keluh kesah, dan memberikan masukan yang bermanfaat sangat membantu siswa dalam menghadapi berbagai tekanan akademis seperti tugas esai, keterbatasan waktu, dan kekhawatiran tentang masa depan.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

⁶⁵ Sakti, Evita Devi Dhamar. "Hubungan antara dukungan sosial dengan coping stress pada siswa akselerasi." *Naskah Publikasi. Falkutas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta* (2015).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan perihal hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, mendapatkan kesimpulan bahwa:

Terdapat hubungan antara variable dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember hal ini dapat dilihat dari hasil uji hipotesis dimana nilai signifikian 0.000. Nilai korelasi - .264 yang mengindikasikan variabel stress akademik memiliki hubungan yang negatif terhadap dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dari teman sebaya, maka tingkat stres akademik cenderung lebih rendah. Sebaliknya, apabila dukungan sosial dari teman sebaya rendah, maka stres akademik mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember cenderung meningkat.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa

Untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai

Haji Achmad Siddiq Jember, agar mereka memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya yang memadai sebagai upaya pencegahan terhadap stres akademik di masa mendatang.

2. Bagi Fakultas Dakwah

Untuk lembaga agar dapat membantu serta lebih memperhatikan tiap mahasiswanya guna untuk mengurangi dan mengetahui kondisi tiap mahasiswanya. Karena isu-isu mengenai kesehatan mental harus dijunjung dan lebih diperhatikan.

3. Bagi peneliti setelahnya

Harapan peneliti, agar hasil dari penelitian ini bisa digunakan sebagai referensi lebih lanjut terkait dukungan sosial teman sebaya dan stress akademik. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan penggunaan variabel pendukung yang berbeda serta memperluas lingkup subjek penelitian, kemudian harapan peneliti agar penelitian setelahnya dapat menambah item-item pernyataan sehingga dapat lebih menjelaskan kondisi subjek.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A. (2019). Hubungan antara emotional well being dengan stres akademik pada mahasiswa kebidanan. Skripsi.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal Pilar*, 14(1), 15-31.
- Andi Halima, Ahmad Razak, Asfinolia. "Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik pada mahasiswa yang bekerja." *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Volume 2, Nomor 1, Februari (2024): 2986-6340.*
- Ansyah, E. H., & Susanti, P. N. (2023). Hubungan dukungan sosial dengan stres akademik mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 6(2), 214-223.
- Baiti, R. D., Abdullah, S. M., & Rochwidowati, N. S. (2017). Career self-efficacy dan kesiapan kerja pada mahasiswa semester akhir. *Jurnal Psikologi Integratif*, 5(2), 128-141.
- Edward P. Sarafino, Timothy W. Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (New York: Alkaline Paper, 2011), 81.
- Elfrianto, H., Pd, S., & Lesmana, G. (2022). Metodologi Penelitian Pendidikan. umsu press. *Ctivity*, 1(1), 46-52.
- Endang Mei Yunalia S.Kep Ns., M.Kep., Arif Nurma Etika S.Kep Ns., M.Kep. (2020). Remaja dan Konformitas teman sebaya. Ahlimedia Book.
- Faqih, M. F. (2020). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa Malang yang bekerja (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132.
- Fiqih, A., & Ratnawati, V. (2023, August). Mengurai Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir: Faktor Pemicu, Dampak Dan Strategi Pengelolaan Di Universitas Nusantara PGRI Kediri. In *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran)* (Vol. 6, pp. 755-765).
- Indira, I. G. A. A. I., & Immanuel, A. S. (2023). Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Efikasi Diri Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *PSIKOLOGI KONSELING*, 14(1), 64-78.

Irfan, I., Widodo, D., Paula, V., Purba, D. H., Pratiwi, K., Putri, N. R., & Ahmad, M. (2022). *Pengantar Kesehatan Mental*. Yayasan Kita Menulis.

ksara, P. B. (2021). Metodologi penelitian kuantitatif. Bumi Aksara.

Lenaini, I. (2021). Teknik pengambilan sampel purposive dan snowball sampling. *Historis: Jurnal Kajian, Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Sejarah*, 6(1), 33-39.

Lestari, F. P., & Ruzain, R. B. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Ners Indonesia*, 14(1), 28-34.

Luthfiyyah, S. S. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Minat Belajar Terhadap Pemilihan Karier Peserta Didik Kelas Xi Di Sma Negeri 1 Driyorejo. *Bimbingan dan Konseling*, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Made Laut Mertha Jaya, I. 2020. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. (Yogyakarta: Quadrant, 2020).

Maharani, M. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Psikologi UIR Dalam Menyusun Skripsi (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).

Maimunah, S. (2020). Pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275-282.

Mamesah, P. R. (2020). Pengaruh kualitas pelayanan terhadap kepuasan pelanggan pada hotel Lucky Inn Manado. *Produ*

Mustika, M. (2017). Hubungan self awareness dengan kedisiplinan peserta didik kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung (penelitian korelasional bidang BK pribadi) (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).

Prasetyawan, A. B., & Ariati, J. (2020). Hubungan Antara Adversity Intelligence Dan Stres Akademik Pada Anggota Organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala) Di Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 619-632.

Rahayu, R. A., Kusdiyati, S., & Borualogo, I. S. (2021). Pengaruh stress akademik terhadap resiliensi pada remaja di masa pandemi COVID-19. *Prosiding Psikologi*, 7(2), 398-403.

SARI, M. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Konsep Diri Peserta Didik Kelas VIII D Di SMP Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020 (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).

- Septiara Ajeng Muzautami. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Siswa Smp Negeri 18 Semarang". Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Semarang Semarang, 2023.
- Simarmata, N. I. P., & Hamonangan, H. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Psychological Well-Being Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen*, 8(1), 1-10.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar metodologi penelitian. literasi media publishing*.
- Solin, F. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Semester Akhir Stambuk 2015 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Sumargo, B. (2020). *Teknik sampling. Unj press*.
- Suryani, D. A., & Harumi, B. P. Y. (2024). Ketangguhan Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(9), 125-132.
- Swarjana, I. K., & Skm, M. P. H. (2022). Konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stres, kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, kepuasan, pandemi covid-19, akses layanan kesehatan–lengkap dengan konsep teori, cara mengukur variabel, dan contoh kuesioner. Penerbit Andi.
- Tim Penyusun. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UIN KHAS Jember 2021*, n.d.
- Trijayanti, U., Gunawan, G., Savitri, J., Gunawan, G. Y. C., Satyawan, L. I., Bawazier, B. A., & Adelina, I. (2022). *Diseminasi Penelitian Spiritualitas dan Kesejahteraan Psikologis*. Zahir Publishing.
- Ulfa, R. (2021). Variabel penelitian dalam penelitian pendidikan. *Al-Fathonah*, 1(1), 342-351.
- Vian, A. R. S., & Matulessy, A. (2024). Stres akademik pada mahasiswa Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM): Bagaimana peran dukungan sosial INNER: *Journal of Psychological Research*, 3(4), 564-570.
- Wahyuni, N. S. (2016). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kemampuan bersosialisasi pada siswa smk negeri 3 medan. *Jurnal Diversita*, 2(2).
- Widiantoro, D., Nugroho, S., & Arief, Y. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dari dosen dengan motivasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. *Journal An-nafs: kajian penelitian psikologi*, 4(1), 1-14.

LAMPIRAN- LAMPIRAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136

email : fakultasdakwah@uinkhas.ac.id website: <http://fdakwah.uinkhas.ac.id/>



Nomor : B.1560 /Un.22/D.3.WD.1/PP.00.9/ 4 /2025

14 April 2025

Lampiran : -

Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.

Dekan Fakultas Dakwah UIN KHAS Jember

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Minna Ahmad Karim

NIM : 214103030014

Fakultas : Dakwah

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Semester : VIII (delapan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama $\pm$ 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

a.n. Dekan

Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan,



Lampiran : 1 lembar
Perihal : permohonan pengambilan data

Kepada
Yth.
Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Assalamualaikum Wr.Wb

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Minna Ahmad Karim

Nim : 214103030014

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Dengan ini mengajukan permohonan untuk memperoleh pengambilan data mahasiswa akhir fakultas dakwah yang menempuh mata kuliah skripsi yaitu semester 7 ke-atas angkatan 2020,2021 yang terbaru di Fakultas Dakwah Uin Khas Jember. Data ini saya butuhkan dan akan digunakan untuk penelitian saya,

Demikian surat ini saya sampaikan. Atas perhatian dan kebijaksanaannya, saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualikum Wr.Wb

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli, Jember, Kode Pos 68136
Telp. (0331) 487550 Fax (0331) 427005 e-mail: fakultasdakwah@uinkhas.ac.id
Website: http://fdakwah.uinkhas.ac.id/



SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor: B.2440/Un.22/D.3.K/PP.00.9/05/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sunarto, SE.
NIP : 197412272003121007
Pangkat, Golongan Ruang : Pembina (IV/a)
Jabatan : Kepala Bagian Tata Usaha Fakultas Dakwah

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa berikut:

Nama : Minna Ahmad Karim
NIM : 214103030014
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Semester : VIII (Delapan)

Telah selesai melaksanakan penelitian di Fakultas Dakwah UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember terhitung mulai tanggal 14 April 2025 – 27 Mei 2025 untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul "**Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember**".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 27 Mei 2025
a.n. Dekan
Kabag TU,



Sunarto

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.
Token : VwD7kVST



PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Minna Ahmad Karim

NIM : 214103030014

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah

Institusi : Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Jember, 22 Mei 2025

Saya yang menyatakan



Minna Ahmad Karim

Nim. 214103030014

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



KARTU KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI
PROGRAM S.I
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KHAS JEMBER

Nama : Minna Ahmad Karim
No. Induk Mahasiswa : 214103030014
Prodi : Bimbingan dan konseling Islam
Fakultas : Dakwah
Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan stress Akademik Semester Akhir Fakultas Dakwah UIN KHAS JEMBER
Pembimbing : Dr. Muhammad Muhib Alwi, S.Psi., M.A.
Tanggal Persetujuan : Tanggal _____ s/d _____

NO.	KONSULTASI PADA TANGGAL	PEMBAHASAN	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1.	16/Desember/2024	surat tugas bimbingan	/
2.	17/Desember/2024	Matriks penelitian	/
3.	19/Desember/2024	Bimbingan bab 1	/
4.	3/Januari/2025	Bimbingan hasil revisi	/
5.	6/Januari/2025	Bimbingan Ruang Lingkup Penelitian	/
6.	12/Januari/2025	Revisian	/
7.	18/Januari/2025	Bimbingan asumsi penelitian - metode penelitian	/
8.	20/Januari/2025	Bimbingan hasil Revisian	/
9.	21/Januari/2025	Revisi metode penelitian	/
10.	21/april/2025	Bimbingan Revisi hasil sempro	/
11.	26/april/2025	Hasil uji coba Instrumen	/
12.	14/Mei/2025	Bimbingan BAB IV dan V	/
13.	16/Mei/2025	Revisi Bab IV	/
14.	21/Mei/2025	Penataan dan revisi bab V	/
15.	22/Mei/2025	ACC	/

a.n. Dekan
Koordinator Prodi



Catatan : Kartu Konsultasi Ini Harap Dibawa Pada Saat
Konsultasi Dengan Dosen Pembimbing Skripsi



1. Angkat Kuesioner Penelitian

A. Identitas.

- a. Nama :
- b. Usia :
- c. Program studi :
- d. Jenis kelamin :
 - Laki-laki :
 - Perempuan:

B. Petunjuk pengisian skala kuesioner.

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan cermat lalu pilih 1 dari 5 jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda. Adapun pilihan jawaban sebagai Berikut:
2. Instruksi pengisian SS = sangat setuju, S = setuju, KS = kurang setuju, TS = tidak setuju, dan STS = sangat tidak setuju
3. Berikan tanda check list (√) pada pernyataan yang anda pilih pada lembar yang tersedia.
4. Jawablah sesuai dengan kondisi anda yang sebenarnya dengan sejujurnya
5. Jawablah setiap nomor tanpa ada satupun yang tertinggal.

Skala dukungan sosial teman sebaya

No	Pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1	Saya mendapatkan perhatian yang cukup dari teman-teman					
2	Teman-teman bersedia mendengarkan keluhan kesah saya					
3	Saya merasa dihargai saat saya sedang bingung mengenai tugas akhir dan teman-teman membantunya					
4	Teman-teman saya membuat saya					

	percaya diri					
5	Ketika bingung dengan skripsi, teman saya membantu untuk menjelaskan kepada saya					
6	Teman-teman saya menghampiri ketika saya sendirian					
7	Teman saya inisiatif memberitahu saat ada kesalahan yang sesuai pedoman					
8	Saya belajar banyak hal baru dengan teman-teman saya					
9	Teman-teman sering mengabaikan perasaan saya saat sedang membutuhkan bantuan					
10	Teman-teman saya cuek saat kebingungan dalam mengerjakan skripsi					
11	Teman saya sering meremehkan kemampuan atau prestasi yang saya lalui					
12	Saya merasa teman-teman sering membandingkan saya dengan orang lain					
13	Teman saya bersikap malas ketika saya sedang curhat					
14	teman-teman sering memberikan saran yang tidak relevan atau tidak membantu					

J E M B E R

Skala stress akademik

No	pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1	Tugas saya terlalu banyak membuat saya frustrasi					
2	Saya merasa frustrasi karena merasa tidak cukup kompeten untuk menyelesaikan					
3	Terdapat konflik antara harapan saya dan orang lain terkait tugas akhir					
4	Saya memiliki kecenderungan untuk menunda-nunda dalam mengerjakan tugas akhir					
5	Saya mampu mengerjakan tugas akhir tepat waktu					
6	Saya merasa tidak percaya diri dengan masa depan setelah lulus					
7	Saya merasa harus berusaha sempurna dalam mengerjakan tugas Akhir unfav					
8	saya merasa tidak mampu mengatasi tugas akademik yang begitu sulit					
9	Saya merasa kesulitan dalam menyeimbangkan tuntutan tugas akhir dengan tanggung jawab lainnya					
10	Saya rasa kemampuan yang dimiliki tidak diperhitungkan oleh Lingkungan sekitar					
11	Saya sering merasa tertekan tenggat waktu yang terlalu cepat					
12	Saya sudah jarang berkumpul bersama teman karena saya merasa terasingkan					
13	Saya mengabaikan Kebutuhan istirahat dan makan yang cukup					

MATRIKS PENELITIAN

JUDUL	VARIABEL	INDIKATOR	SUMBER DATA	METODE PENELITIAN	TEKNIK PENGUMPULAN DATA	RUMUSAN MASALAH
Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stress Akademik Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember	Dukungan sosial teman sebaya	a. Dukungan emosional b. Dukungan penghargaan c. Dukungan instrument d. Dukungan informasi	Kuesioner	Penelitian ini menggunakan Metode penelitian kuantitatif korelasional, sedangkan teknik dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik simple random sampling.	a. Angket b. Dokumentasi	Apakah Terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa semester akhir fakultas dakwah Universitas islam Negeri kiai haji achmad siddiq jember
	Stress akademik	a. Frustasi b. Konflik c. Tekanan d. Perubahan e. Pemaksaan diri				

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

TABULASI DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA

4	5	3	4	5	4	3	5	4	5	5	4	5	4	61
5	4	5	3	4	4	5	4	5	3	5	5	3	5	60
5	4	5	3	4	3	5	2	3	4	3	5	4	5	55
2	4	2	5	3	5	4	3	4	3	4	3	5	4	51
5	2	5	1	5	4	2	5	3	5	3	2	5	3	50
4	3	4	2	3	5	4	3	5	4	3	2	3	5	50
5	5	3	4	4	5	4	5	4	3	4	3	4	4	57
4	5	3	4	3	4	3	4	3	4	5	5	4	5	56
5	4	4	3	4	5	4	5	5	4	5	4	5	5	62
5	5	4	2	4	3	5	3	4	4	2	4	3	4	52
5	2	3	4	3	4	5	4	3	4	5	2	5	3	52
3	4	3	5	3	2	5	2	4	3	4	5	4	5	52
4	5	3	5	5	2	4	5	3	4	1	3	5	5	54
5	4	3	5	3	2	4	3	2	5	3	4	2	3	48
3	5	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	48
5	5	2	3	4	5	3	4	5	3	5	1	2	3	51
3	3	5	4	2	3	4	3	2	4	3	5	4	5	50
4	3	4	5	4	5	3	4	3	4	3	5	4	5	56
4	5	4	3	4	3	4	5	4	3	4	5	4	5	57
2	5	4	2	4	5	3	4	3	2	3	4	5	4	50
4	3	4	3	5	4	5	4	5	3	5	4	5	4	58
4	5	4	5	3	2	5	2	4	5	2	5	4	5	55
5	4	5	2	4	3	2	4	3	4	5	2	3	4	50
4	5	4	5	3	5	4	5	3	5	2	3	2	5	55
4	2	5	2	4	3	4	5	3	2	1	3	4	3	45
2	3	2	3	5	2	3	2	1	4	3	4	5	3	42
4	3	5	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	46
4	5	3	4	5	3	4	5	4	3	4	5	4	5	55
4	5	3	4	2	3	4	5	3	3	1	4	2	4	47
3	4	2	3	2	3	2	3	4	2	4	3	2	3	40
5	3	5	2	3	4	3	5	2	4	5	4	5	2	52
3	4	1	5	2	5	3	5	3	4	3	4	3	5	50
4	2	3	2	3	2	4	3	2	4	3	5	2	4	43
1	4	3	2	5	3	4	3	4	5	2	3	5	2	46
4	5	3	2	3	5	3	2	4	3	4	2	3	1	44
2	4	3	4	5	3	4	2	4	5	4	5	3	5	53
2	3	2	3	4	3	2	3	2	4	3	4	3	5	43
4	2	3	2	3	2	4	5	2	3	4	2	4	5	45

3	5	4	3	4	2	3	5	4	5	3	2	5	4	53
5	3	5	3	4	3	5	4	5	4	3	5	4	5	58
3	2	5	3	2	5	3	5	1	4	1	5	4	5	48
4	3	4	3	4	3	5	4	2	3	2	5	3	5	50
3	2	4	5	4	3	4	5	4	3	5	2	4	3	51
5	3	3	5	4	5	2	4	5	4	3	4	5	2	54
4	2	5	2	4	3	4	2	3	2	3	2	4	5	45
4	3	2	4	3	5	3	4	2	3	5	4	3	4	49
4	5	4	3	4	3	4	3	2	4	3	4	3	4	50
1	5	1	5	2	5	3	5	4	5	3	5	3	5	52
3	2	3	2	1	3	4	3	5	3	5	4	5	4	47
5	3	1	5	3	1	2	5	2	3	1	5	1	3	40
4	5	3	4	3	4	5	4	5	4	3	5	2	3	54
2	5	3	4	3	1	4	5	2	5	3	5	4	5	51
3	4	5	4	5	3	1	4	2	3	2	4	3	1	44
5	2	3	2	5	3	5	1	5	2	4	5	3	5	50
3	4	3	2	4	3	3	4	2	3	4	2	4	3	44
5	2	3	2	4	5	3	4	1	4	2	3	5	4	47
4	3	5	3	4	3	4	2	4	3	5	4	5	4	53
5	4	5	3	5	3	4	3	2	2	1	2	1	3	43
2	3	2	4	5	4	3	1	2	4	3	5	2	3	43
4	5	3	4	2	3	2	4	3	4	2	3	4	5	48
2	4	2	3	2	5	3	4	5	3	2	5	4	5	49
4	5	3	5	2	5	4	5	3	1	2	1	3	1	44
4	2	1	3	4	5	4	2	4	5	2	1	4	5	46
4	3	5	4	5	3	2	1	4	3	4	5	2	5	50
5	4	5	3	5	2	5	1	3	4	5	2	4	3	51
5	3	2	1	2	3	4	2	1	3	5	3	2	5	41
4	2	4	3	5	4	3	4	2	4	2	5	3	4	49
4	3	3	5	2	3	2	4	2	3	5	4	3	4	47
3	4	3	2	3	2	3	5	4	3	1	5	4	3	45
3	4	2	4	2	3	3	4	5	4	3	4	5	4	50
4	2	3	2	3	2	4	2	3	4	5	4	3	4	45
2	3	2	3	1	2	4	5	4	1	5	4	3	5	44
3	4	3	4	4	3	4	4	3	5	3	5	3	5	53
3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	5	4	5	51
2	4	5	2	3	2	3	4	5	3	2	4	2	3	44
3	3	4	3	4	4	3	4	1	2	4	2	2	2	41
5	5	4	4	4	4	5	4	5	4	3	3	4	5	59
5	2	5	3	5	2	5	1	5	4	3	5	3	5	53

4	3	2	3	5	3	3	2	3	4	3	5	3	2	45
5	4	2	3	4	5	3	2	3	5	3	5	4	5	53
5	4	5	3	5	2	5	4	5	2	3	5	4	1	53
1	2	3	4	3	2	3	2	3	5	3	3	4	3	41
3	4	3	2	3	2	4	3	2	3	4	3	5	3	44
4	5	4	3	4	3	4	5	1	3	2	4	3	4	49
3	4	2	3	2	3	2	4	2	1	5	2	5	3	41
4	2	5	4	5	4	3	5	2	3	5	3	2	1	48
1	2	3	1	2	4	2	5	4	3	2	4	5	4	42
4	2	3	5	4	5	3	5	2	1	3	2	4	2	46
4	2	3	2	1	5	4	3	3	2	3	2	5	3	42
4	3	4	5	4	3	2	4	3	4	3	5	3	4	51
3	2	4	3	4	3	4	5	4	2	4	3	4	3	49
4	3	4	5	4	2	4	5	4	5	3	4	3	5	55
3	4	3	2	4	3	5	3	1	3	2	3	4	5	45
4	3	2	4	1	4	3	4	3	4	3	5	3	4	47
3	4	3	2	3	5	3	2	3	4	3	2	5	4	46
3	4	3	4	3	1	2	3	4	3	2	1	3	4	40
3	1	2	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	2	41
4	5	4	5	4	5	3	5	2	5	3	4	5	4	58
2	1	3	2	3	2	1	3	4	3	5	2	5	4	40
5	3	4	2	3	5	4	5	3	5	3	2	4	5	53
4	3	4	5	4	3	2	4	5	3	2	5	3	4	51
3	5	4	3	4	2	4	3	5	3	2	3	4	3	48
5	3	4	5	4	2	3	4	3	4	2	4	1	4	48
4	5	3	4	3	5	3	5	4	1	2	4	3	4	50
3	4	3	2	3	4	2	3	4	3	2	4	3	4	44
4	1	4	2	4	2	3	5	3	2	4	3	2	5	44
3	4	3	2	4	3	4	2	4	2	3	4	3	4	45
4	3	4	5	4	5	3	2	4	3	4	5	3	2	51
5	2	4	5	1	5	4	5	3	5	3	5	3	5	55
4	3	2	3	4	2	1	4	3	5	4	5	4	3	47
5	2	4	5	3	4	3	4	5	4	5	3	4	2	53
2	4	2	4	1	2	4	2	3	4	5	4	5	4	46
2	3	2	4	3	2	3	2	3	4	3	2	3	5	41
4	2	3	2	3	4	3	2	4	3	2	4	3	4	43
3	2	3	2	3	2	5	3	3	3	3	3	3	2	40
5	3	5	4	3	4	2	4	1	3	5	3	4	5	51
3	2	3	2	4	2	3	5	3	2	3	4	2	3	41
4	3	4	5	4	2	4	4	1	4	3	4	5	4	51

5	5	4	3	5	4	2	4	2	5	2	4	3	4	52
2	2	2	3	2	2	3	2	5	4	5	4	5	4	45
4	3	3	5	2	5	3	3	5	4	4	3	3	5	52
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	69
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
1	2	5	2	4	2	3	2	3	5	3	4	3	5	44
5	3	5	4	1	3	5	2	5	4	3	5	4	5	54
4	5	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	49
5	4	5	3	5	4	2	5	1	5	1	2	5	4	51
2	4	3	2	4	2	3	4	4	5	4	5	4	3	49
3	2	5	4	3	1	5	4	3	4	3	4	3	2	46
5	5	2	4	4	5	2	3	4	2	5	4	5	3	53
5	5	4	3	5	1	2	3	1	2	1	3	4	3	42
5	4	3	4	3	2	3	2	3	4	5	2	4	5	49
5	2	5	4	5	3	2	4	3	5	2	3	4	5	52
3	2	3	4	1	3	2	3	4	3	2	3	5	3	41
3	4	3	3	4	2	3	5	2	4	2	3	5	4	47
3	4	3	4	3	1	3	4	3	4	3	2	3	5	45
1	4	2	3	4	3	5	4	5	4	5	2	3	4	49
5	4	5	3	4	5	4	2	5	1	4	3	4	5	54
4	5	1	4	2	4	3	5	2	3	5	4	5	3	50
5	3	4	5	2	4	5	4	1	5	4	3	5	4	54
1	5	4	3	4	2	5	4	3	5	4	5	3	4	52
4	2	4	3	4	2	4	5	3	2	1	3	4	5	46
4	5	3	2	4	5	3	2	4	3	1	3	5	4	48
4	5	3	2	1	3	4	5	2	5	3	4	3	3	47
4	3	4	2	1	4	3	5	4	5	4	3	4	2	48
3	4	5	2	1	2	4	3	2	3	4	5	4	4	46
4	3	2	4	3	5	4	2	5	4	3	5	1	4	49
1	5	4	3	5	4	2	3	4	5	4	5	2	4	51
4	2	5	3	5	2	3	1	5	4	3	4	2	3	46
4	5	4	3	5	4	3	5	4	5	3	5	2	4	56
3	4	5	3	4	2	4	5	2	3	4	3	4	3	49
5	4	5	2	4	5	3	5	4	5	2	3	5	4	56
5	3	4	5	4	3	2	4	1	2	3	2	4	2	44
2	3	1	4	2	3	2	4	5	4	3	5	4	5	48
4	5	4	2	3	5	2	3	4	5	3	4	5	4	53
5	4	5	4	2	1	2	5	4	5	4	5	3	4	53
4	5	4	3	5	3	4	4	3	1	4	5	4	3	52
2	5	5	5	5	1	4	4	5	5	1	5	5	5	57

5	5	4	4	3	3	3	5	3	3	4	4	4	3	53
5	2	3	3	3	3	5	1	2	4	2	3	2	4	42
4	4	3	3	4	4	3	4	3	2	3	3	4	3	47
5	4	5	5	4	5	3	5	5	4	4	5	4	5	63
3	2	5	4	1	3	1	5	5	1	5	5	3	4	47
3	3	3	2	3	4	3	5	2	3	4	2	3	2	42
3	2	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	2	3	45
2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	42
2	2	3	4	2	3	3	4	3	2	5	3	4	3	43
3	4	3	5	4	2	3	4	2	2	3	3	5	3	46
3	3	3	2	2	4	3	3	4	3	4	3	2	4	43
4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	44
5	5	5	5	4	4	4	5	2	3	4	2	4	2	54
4	5	4	4	3	5	4	5	3	4	2	3	2	3	51
3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	2	3	2	3	43
3	3	3	4	3	2	3	5	3	2	3	5	3	5	37
2	1	4	4	3	2	3	5	3	3	3	4	2	4	43
2	3	3	4	3	3	4	3	4	2	3	4	4	3	45
1	1	2	5	3	5	3	3	4	2	1	3	2	3	38
4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	3	5	61
4	5	4	5	5	3	4	3	5	4	5	4	3	4	58
5	4	3	1	4	2	3	4	5	1	5	4	3	5	49
3	2	3	5	4	5	1	5	2	3	5	4	5	3	50
3	5	4	3	4	2	4	1	2	4	3	2	3	5	45
5	3	4	3	1	2	4	3	4	5	3	4	3	5	49
4	5	3	4	5	4	1	4	5	3	4	2	5	2	51
5	2	4	3	4	3	5	2	4	5	3	4	4	5	53
4	5	4	5	4	5	4	2	1	3	1	2	1	3	44
4	5	2	4	3	5	4	3	5	4	5	3	4	2	53
4	3	5	4	2	1	4	3	2	5	3	4	5	3	48
3	5	2	5	4	3	4	3	5	2	3	4	2	3	48
5	4	3	4	4	4	5	4	4	5	4	4	3	5	58
4	2	4	3	3	2	4	3	5	2	4	1	4	5	46
4	2	3	2	4	3	1	2	5	3	5	4	5	4	47
4	5	4	5	3	5	2	4	1	5	4	3	5	3	53
4	1	2	3	4	5	2	5	4	3	2	5	3	4	47
5	4	4	3	4	5	3	4	5	4	4	5	3	4	57
4	3	4	5	4	5	2	5	1	5	3	4	5	3	53
4	5	4	5	3	4	5	4	5	4	5	4	5	4	61
3	4	2	5	3	4	5	2	3	4	5	4	3	5	52

4	5	4	5	3	5	2	4	5	3	2	3	4	5	54
5	4	3	2	3	5	4	3	4	3	4	2	4	2	48
5	4	3	5	4	2	5	1	4	5	4	5	4	5	56
5	3	2	4	5	4	5	3	4	3	4	5	3	4	54
3	3	3	4	4	5	3	5	3	3	2	2	3	3	46
5	2	3	4	5	3	4	3	5	4	5	3	2	1	49
3	4	5	4	2	3	1	3	2	4	3	4	5	4	47
4	3	4	5	4	2	4	1	4	5	4	5	4	5	54
2	4	3	4	2	3	2	4	5	4	5	3	5	4	50
3	4	2	3	4	2	3	1	2	3	4	2	4	3	40
3	4	3	4	5	3	2	1	4	3	2	3	2	5	44
1	3	4	3	1	3	4	3	4	3	2	1	2	3	37
4	5	3	5	3	2	2	5	3	5	3	4	3	4	51
2	3	4	5	4	3	4	3	4	3	5	3	5	3	51
4	3	5	2	5	4	3	5	3	4	3	2	5	3	51
5	3	5	4	3	5	3	4	2	5	4	3	5	3	54
5	4	3	5	3	4	2	4	2	5	3	5	3	4	52
5	3	4	5	2	4	3	5	3	5	4	3	5	2	53
2	3	2	4	3	5	3	4	5	5	4	5	3	5	53
3	4	3	5	4	5	3	4	3	5	3	4	5	4	55
4	3	5	3	5	2	5	3	4	5	2	5	3	5	54
3	2	5	2	3	4	3	5	5	3	5	4	4	5	53
4	3	5	4	5	4	5	4	5	2	4	5	3	4	57
5	3	4	2	4	3	4	5	2	4	2	5	4	5	52
3	4	5	2	4	3	5	4	5	3	2	5	3	5	53
3	4	5	2	3	5	2	3	5	4	5	4	3	5	53
4	3	2	5	4	5	3	2	3	5	4	3	5	2	50
2	2	4	5	4	5	3	4	3	5	4	5	3	5	54
3	4	3	4	5	3	5	3	4	3	5	3	4	3	52
2	4	3	5	1	5	3	4	5	3	5	3	5	3	51
5	4	3	5	3	2	5	4	2	3	4	5	4	2	51
4	3	2	5	3	4	3	5	4	3	5	3	5	3	52

TABULASI STRESS AKADEMIK

2	3	2	3	2	1	3	1	2	1	2	1	3	26
1	3	2	1	3	3	2	1	4	1	3	2	3	29
1	2	3	2	2	1	2	1	2	3	2	3	2	26
4	3	2	1	3	1	2	3	1	2	3	1	3	29
2	3	2	1	3	2	1	3	2	3	2	1	2	27
1	2	3	2	1	2	3	2	3	1	3	2	2	27
3	2	1	3	2	1	3	1	2	3	2	3	2	28
1	3	2	3	2	1	2	3	2	3	1	3	2	28
3	1	2	3	1	2	3	2	2	3	2	1	3	28
2	3	2	1	3	2	3	1	2	3	2	3	2	29
3	2	3	2	3	1	2	3	2	1	2	1	2	27
2	1	2	3	2	1	3	2	1	3	4	3	2	29
3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	1	28
1	2	1	3	1	3	2	3	2	1	2	3	2	26
2	1	3	2	3	1	2	3	2	3	1	2	3	28
3	2	1	3	2	1	2	1	2	1	3	2	3	26
1	4	3	1	3	2	3	1	2	3	2	1	2	28
1	2	1	2	1	3	2	1	2	1	3	2	1	22
2	3	1	3	2	1	3	2	3	2	2	2	3	29
2	3	1	2	1	2	3	2	3	1	2	3	4	29
1	3	2	3	2	3	1	3	2	1	2	1	2	26
1	3	4	2	3	1	2	3	2	3	1	3	1	29
2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	3	2	3	29
3	2	1	3	2	1	3	2	1	2	1	3	1	25
2	3	1	2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	27
3	2	1	2	3	1	2	3	2	3	1	2	1	26
1	2	1	3	2	3	2	1	3	2	3	2	3	28
3	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	1	2	29
2	1	2	3	2	1	4	2	1	3	2	2	3	28
3	2	3	2	3	1	2	1	3	2	3	1	2	29
1	2	1	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	27
1	2	3	2	2	1	4	3	2	1	3	2	2	29
3	2	4	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	28
2	3	2	1	2	3	2	2	2	1	3	2	4	29
2	2	3	2	1	2	3	2	3	3	2	2	5	32
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	1	2	24
2	3	2	3	2	1	2	3	1	2	1	3	2	27
2	2	2	2	1	3	2	3	2	1	2	2	3	27
2	1	3	2	3	1	2	3	2	3	1	2	1	26
1	3	2	1	3	1	2	1	2	3	3	2	1	25

2	3	2	3	1	3	1	3	1	3	2	4	1	29
3	2	1	2	3	2	3	1	2	3	3	2	2	29
3	2	2	3	2	1	3	2	1	3	2	2	3	29
1	2	3	1	3	1	3	5	1	3	3	2	1	29
1	3	2	1	1	2	3	2	3	1	3	2	3	27
2	4	2	3	2	1	2	2	3	1	2	1	3	28
1	2	1	1	3	2	1	4	2	3	2	3	4	29
2	3	3	2	1	3	1	3	2	3	1	2	3	29
3	4	3	1	3	2	1	1	2	1	3	2	3	29
2	3	1	3	4	2	3	2	3	1	2	1	2	29
2	3	1	3	2	3	2	1	3	1	3	2	3	29
3	2	1	2	1	2	1	3	2	1	2	3	4	27
2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	4	3	1	32
1	2	3	3	2	1	3	3	1	3	2	3	1	28
2	1	3	2	3	2	1	3	1	4	2	1	3	28
2	1	2	4	2	1	2	3	2	3	2	1	3	28
3	1	2	2	3	1	2	1	3	2	1	4	4	29
2	1	2	1	3	1	3	2	3	2	3	2	4	29
1	2	3	2	1	3	2	3	1	3	2	3	2	28
3	1	3	2	1	2	3	3	2	1	3	1	2	27
1	2	1	3	1	2	3	2	3	1	2	1	2	24
3	1	2	1	3	2	3	3	3	3	1	2	1	28
1	2	3	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	27
2	3	1	3	2	1	3	2	1	2	2	3	3	28
2	1	2	2	3	1	2	4	2	1	3	2	3	28
2	1	4	2	3	2	1	3	2	1	2	1	3	27
3	1	2	1	3	2	3	1	2	3	1	2	3	27
2	3	2	3	1	2	1	3	2	1	2	1	3	26
1	2	3	2	3	1	3	1	2	1	2	1	3	25
3	2	2	3	2	2	3	1	2	1	2	1	3	27
1	2	1	3	1	2	3	2	4	1	3	2	3	28
3	1	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	1	27
1	2	3	1	3	1	4	2	3	1	2	3	2	28
1	2	1	5	2	3	1	2	1	2	3	2	1	26
2	3	2	1	4	1	2	1	3	2	3	3	2	29
1	2	3	1	2	3	4	2	3	1	2	1	3	28
2	3	2	1	3	1	3	2	3	1	2	2	1	26
1	3	2	1	2	1	2	3	2	3	1	1	5	27
3	2	1	3	2	3	1	3	2	1	4	1	2	28
1	2	1	4	3	2	1	3	2	1	3	1	5	29
3	1	4	2	3	1	2	3	1	4	1	2	2	29
1	3	1	2	3	2	1	2	1	3	2	4	3	28

3	1	3	2	1	3	2	3	2	1	2	3	2	28
3	3	2	3	2	1	3	1	3	3	1	2	2	29
2	1	1	2	2	4	3	2	3	2	4	3	1	30
4	3	2	1	2	1	2	3	1	2	3	2	1	27
4	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	3	2	28
1	2	1	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	25
1	3	2	1	3	2	3	1	2	1	2	3	2	26
3	1	2	3	2	1	2	1	2	3	3	1	2	26
3	2	1	2	1	3	2	3	1	3	1	3	2	27
2	1	2	3	4	2	1	2	1	2	1	3	3	27
2	3	4	2	1	3	2	3	1	3	2	1	2	29
2	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	3	27
1	2	1	3	4	2	1	3	2	1	3	1	3	27
1	2	4	3	2	3	1	2	1	3	4	2	1	29
2	1	2	4	2	1	4	3	1	3	2	1	2	28
3	2	2	2	1	3	2	1	2	3	2	3	2	28
3	2	1	3	2	3	2	1	3	2	1	3	3	29
4	1	1	4	2	3	2	4	3	4	3	2	2	35
1	2	2	5	1	2	1	3	2	3	1	2	3	28
3	3	3	2	1	2	3	1	2	1	3	1	2	27
1	1	1	3	1	3	1	2	3	4	1	4	3	28
3	2	1	1	2	1	2	3	4	1	2	2	3	27
3	1	3	3	2	1	3	2	3	2	1	2	3	29
3	2	1	2	3	1	2	1	3	1	1	2	4	26
3	2	2	1	2	3	1	3	2	2	2	3	2	28
4	3	2	1	2	3	1	4	2	1	2	1	2	28
4	2	1	2	3	1	2	1	3	2	3	1	3	28
2	1	1	3	1	3	1	2	1	3	2	1	3	24
2	1	1	3	1	2	3	2	1	2	1	3	5	27
1	2	2	1	2	1	2	4	2	3	2	1	2	25
1	3	3	2	1	5	1	4	1	3	1	2	1	28
3	2	1	3	2	1	2	1	2	3	2	2	4	28
2	3	1	2	2	4	1	4	1	4	2	1	2	29
2	1	3	1	2	3	1	2	3	2	4	2	1	27
2	3	1	2	3	1	4	2	1	2	3	2	3	29
1	2	1	4	2	1	2	3	4	2	3	1	2	28
1	3	1	2	3	2	3	4	2	1	2	3	2	29
2	2	2	2	1	3	1	2	1	2	3	4	3	28
2	3	3	3	2	1	3	1	3	2	1	3	1	28
2	1	2	2	3	2	1	3	3	4	3	2	1	29
4	1	2	3	1	3	2	3	2	1	2	3	2	29
3	1	3	2	1	2	3	1	3	2	3	2	3	29

3	2	1	2	2	1	3	2	1	3	2	4	2	28
3	1	2	4	2	3	2	3	2	2	2	1	2	29
4	3	1	2	4	1	1	4	2	1	2	2	1	28
4	2	2	2	2	1	2	4	2	1	3	1	2	28
1	3	2	3	2	3	1	2	3	1	3	2	3	29
1	2	2	3	5	2	2	1	1	1	1	1	1	23
1	2	1	4	3	2	1	2	1	3	1	3	2	26
5	1	2	1	2	1	2	1	2	4	2	4	1	28
3	2	1	3	2	1	2	3	4	2	1	2	3	29
1	2	3	4	1	3	1	3	2	3	2	3	1	29
2	1	2	1	2	1	5	3	2	3	2	3	1	28
3	2	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	29
1	3	2	4	2	3	2	1	2	3	2	1	3	29
1	2	1	3	2	1	4	1	2	1	3	4	2	27
4	2	1	1	2	1	1	2	4	1	3	4	2	28
1	2	2	1	2	1	1	4	3	2	1	3	4	27
2	1	2	3	1	2	1	4	3	2	4	2	1	28
2	1	2	1	2	3	2	3	4	2	3	2	2	29
2	2	3	1	3	2	3	2	1	3	2	2	1	27
4	1	4	1	4	2	1	3	1	2	1	3	2	29
4	2	1	2	1	3	4	1	4	2	1	2	1	28
1	3	2	1	2	4	2	2	4	2	1	3	1	28
1	3	2	1	3	1	2	3	1	2	5	4	1	29
2	2	3	1	4	2	4	2	1	1	2	3	2	29
2	3	4	4	2	2	1	3	2	1	2	1	2	29
4	2	1	2	4	2	1	2	3	1	2	1	2	27
1	3	2	1	3	1	2	4	2	1	2	3	2	27
2	2	1	2	1	2	5	4	1	2	1	2	1	26
2	1	2	4	3	2	1	2	1	4	3	2	2	29
1	3	2	1	2	2	3	2	4	2	2	1	2	27
1	2	2	2	4	2	1	2	2	4	2	1	4	29
2	1	4	3	4	1	2	2	1	2	1	2	4	29
2	2	2	4	1	2	1	1	2	1	2	1	2	23
2	3	2	1	3	2	1	4	3	1	2	2	1	27
1	2	3	1	3	4	2	2	1	2	1	2	3	27
1	5	3	1	2	2	4	1	2	1	3	2	1	28
2	1	4	3	2	3	1	2	3	1	1	2	1	26
2	2	2	1	2	2	1	4	2	3	1	2	1	25
2	3	2	1	2	1	3	2	1	3	2	1	3	26
1	2	1	3	1	2	1	2	4	2	3	1	4	27
2	3	2	1	3	2	1	3	1	4	1	3	2	28
3	3	3	2	3	2	3	1	2	2	2	1	2	29

1	3	2	1	3	2	3	1	3	2	3	1	3	28
2	1	3	1	3	2	1	3	2	1	2	4	2	27
2	2	3	4	1	3	2	1	3	3	2	1	2	29
2	3	1	4	3	2	1	2	3	2	1	2	3	29
1	2	2	1	1	3	4	3	3	4	2	3	4	33
3	4	2	3	4	2	3	2	2	3	1	3	2	34
3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	2	2	37
4	3	3	3	4	4	5	4	3	4	2	1	3	43
1	3	1	4	3	2	4	2	4	3	3	1	3	34
1	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	1	2	32
3	2	1	2	1	3	4	2	4	2	3	1	4	32
2	1	2	1	4	2	1	4	4	2	2	2	4	31
2	1	2	2	4	2	2	2	3	4	2	2	4	32
2	1	4	4	1	4	2	3	2	2	3	4	3	35
2	1	2	3	1	1	4	2	3	4	1	4	3	31
2	2	2	5	2	2	1	3	4	2	4	2	2	33
2	2	2	4	1	2	1	4	1	2	2	3	2	28
3	2	2	1	4	2	4	2	1	4	4	2	1	32
3	2	3	2	3	1	4	1	2	1	2	3	2	29
2	1	2	1	1	2	4	2	4	1	4	5	4	33
2	1	2	4	2	4	2	1	3	2	3	2	1	29
1	2	4	4	1	2	2	3	2	1	2	2	3	29
2	1	3	2	1	2	1	4	1	2	2	3	2	26
2	2	1	3	2	4	1	2	3	1	2	3	2	28
2	3	2	1	2	1	3	2	3	1	4	2	3	29
2	1	2	2	3	2	4	1	2	4	2	1	3	29
1	2	4	3	4	1	3	2	2	3	1	3	2	31
2	3	2	1	2	2	1	2	4	3	4	1	2	29
3	4	2	4	2	3	1	2	4	3	3	2	1	34
2	1	2	1	4	1	4	3	4	2	1	2	1	28
2	1	2	1	1	3	1	2	4	2	4	1	2	26
1	4	1	2	3	2	1	2	4	3	1	2	2	28
2	1	2	1	4	2	3	1	2	1	2	3	4	28
2	4	1	4	2	4	1	2	3	1	2	3	2	31
3	4	2	3	1	2	3	1	2	1	4	2	1	29
2	1	2	1	4	2	3	4	1	4	1	3	1	29
3	3	2	4	2	1	2	3	2	3	1	2	1	29
2	2	2	1	3	2	4	2	3	2	4	2	3	32
1	2	4	2	4	2	3	2	1	2	1	2	3	29
3	2	1	5	4	1	1	2	1	3	1	2	1	27
2	4	1	2	1	3	2	1	4	2	4	2	1	29
1	4	1	4	1	4	2	4	3	4	2	4	2	36

2	1	3	4	2	4	3	4	3	2	3	1	3	35
1	2	4	3	2	4	3	3	4	3	2	1	3	35
1	2	3	1	3	3	1	2	3	2	3	1	4	29
1	2	3	1	3	2	3	1	3	1	3	2	3	28
2	3	2	1	3	2	1	2	3	2	1	4	1	27
2	3	1	2	5	2	1	2	3	1	2	1	2	27
2	2	3	1	2	5	2	3	2	1	3	1	2	29
3	2	1	2	1	3	2	1	3	1	2	3	4	28
3	2	1	3	2	5	1	3	2	1	2	1	3	29
1	3	1	2	3	2	3	1	2	3	2	3	2	28
2	1	3	1	2	3	1	2	3	1	2	1	3	25
2	1	2	1	2	3	1	2	3	2	3	2	1	25
1	3	2	1	3	2	1	2	1	3	2	2	1	24
1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	3	2	2	22
1	1	2	3	2	3	1	2	3	2	3	1	2	26
1	2	3	2	5	2	1	2	1	3	3	2	1	28
1	3	1	2	4	3	1	2	3	1	3	2	3	29
2	1	2	1	3	1	2	4	1	2	4	2	1	26
2	1	1	2	3	1	2	1	4	2	3	1	2	25
1	3	1	2	1	2	5	4	2	3	2	3	2	31
3	1	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2	4	29
1	2	3	1	3	2	4	3	2	3	1	2	2	29



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Dukungan sosial teman sebaya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	34	14.8	14.8	14.8
	Sedang	153	66.5	66.5	81.3
	Tinggi	43	18.7	18.7	100.0
	Total	230	100.0	100.0	

Stress akademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	17	7.4	7.4	7.4
	Sedang	188	81.7	81.7	89.1
	Tinggi	25	10.9	10.9	100.0
	Total	230	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan sosial teman sebaya	230	39	70	49.19	5.211
Stress akademik	230	22	43	28.28	2.430
Valid N (listwise)	230				

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		230
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,31304580
Most Extreme Differences	Absolute	,082
	Positive	,082
	Negative	-,063
Kolmogorov-Smirnov Z		1,250
Asymp. Sig. (2-tailed)		,088

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

IEGERI
SIDDIQ

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stress akademik * Dukungan sosial teman sebaya	Between Groups	(Combined)	192.540	23	8.371	1.487	.077
		Linearity	9.360	1	9.360	1.663	.199
		Deviation from Linearity	183.180	22	8.326	1.479	.084
	Within Groups		1159.651	206	5.629		
	Total		1352.191	229			



Correlations

		dukungan sosial teman sebaya	stress akademik
dukungan sosial teman sebaya	Pearson Correlation	1	-.264**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	230	230
stress akademik	Pearson Correlation	-.264**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	230	230

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



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

HASIL 230 - Google Formulir

docs.google.com/forms/d/1stHiePLihxL7zJK8C_oMYCMoOrW_PhVaqH6bZbcVfk/edit#response=ACYDBNjUC4DINO-GK4Jm7x52_w27L...

HASIL 230

Pertanyaan Jawaban 230 Setelan

230 jawaban

Lihat di Spreadsheet

Ringkasan Pertanyaan Individual

< 1 dari 230 >

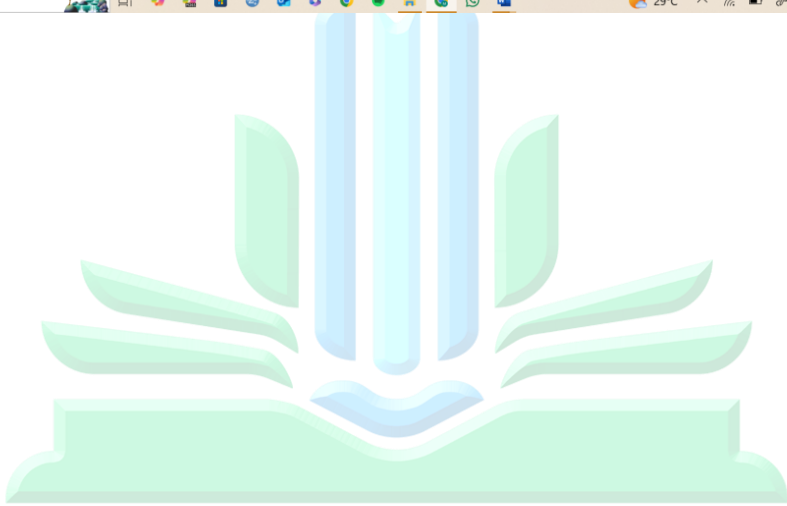
Jawaban tidak dapat diedit

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL
TEMAN SEBAYA DENGAN STRESS AKADEMIK
MAHASISWA SEMESTER AKHIR
FAKULTAS DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI KIAI Haji Achmad Siddiq Jember**

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan, Nama saya Minna Ahmad Karim mahasiswi semester 8 Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN KH. Achmad Siddiq Jember. Saat ini saya sedang melakukan penelitian yang berjudul Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah UIN KHAS Jember.

Kriteria dalam penelitian ini adalah:



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BIODATA PENULIS**A. Identitas Diri**

Nama : Minna Ahmad Karim
Nim : 214103030014
Tempat, Tanggal Lahir : Bau-Bau. 09 April 2003
Fakultas : Dakwah
Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Alamat : LINGKUNGAN MAKMUR
Provinsi : Sulawesi Tenggara
Kelurahan/Desa : Liabuku
Kebupaten/Kota : Bau-Bau

B. Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri 1 liabuku
2. SMP Pondok Modern Putri Al-Amanah Liabuku
3. SMA Pondok Modern Putri Al-Amanah Liabuku
4. Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember