HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWI TAHUN PERTAMA DI UNIVERSITAS MERDEKA MALANG

SKRIPSI

Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi

Syahrul Risquna

21090000089

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERDEKA MALANG

MALANG

2025

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWI TAHUN PERTAMA DI UNIVERSITAS MERDEKA MALANG

SKRIPSI

Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi

Syahrul Risquna
21090000089

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama	:	Syahrul Risquna
NIM	:	21090000089
Universitas	:	Universitas Merdeka Malang
Fakultas	:	Fakultas Psikologi
Program Studi	:	S1 Psikologi
Judul Skripsi	:	Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Mahasiswi Tahun Pertama di Universitas Merdeka Malang

Malang, 30 Juli 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si.

Dosen Pembimbing

Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si.

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang

Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog.

Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Mahasiswi Tahun Pertama di Universitas Merdeka Malang

Dipersiapkan dan disusun oleh

Syahrul Risquna

21090000089

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 17 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji	Sekretaris Penguji
Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si.	Lukman Hakim, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

Anggota Penguji

Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog.

Skripsi ini telah terima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana

Malang, 17 Juli 2024
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang

Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog.

SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Syahrul Risquna
Nomor Pokok	:	21090000089
Program Studi	:	S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi	:	Psikologi Pendidikan
Judul Skripsi	:	Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Mahasiswi Tahun Pertama di Universitas Merdeka Malang
Lokasi Penelitian	:	Universitas Merdeka Malang, Kota Malang
Alamat Rumah	:	Jl. Kenongo RT/RW. 01/01 Putat Lor, Gondanglegi Malang
Asal	:	Kabupaten Malang
No. Telp/ Email	:	082231937687 / risquna1011@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukakn plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 30 Juli 2025

Syahrul Risquna

MOTTO

“Ujian Memang Berat Jangan Ngeluh
Hadapi Saja”

LEMBAR PERSEMBAHAN

Saya persembahkan Skripsi ini kepada

“Kedua orang tua saya, yang selalu memberikan kasih sayang, mendukungan, mempercayai dan mendo’akan yang terbaik untuk saya. Pengorbanan mereka yang tidak akan terbalaskan, namun saya berharap perjuangan saya akan membawa kebahagiaan dan memberikan sesuatu yang istimewah di masa depan”

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada Tuhan atas segala berkat dan petunjuk-Nya, sehingga laporan akhir saya yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Mahasiswi Tahun Pertama di Universitas Merdeka Malang” dapat diselesaikan tepat waktu. Saya sadar bahwa kesuksesan tidak mungkin tercapai tanpa restu dari Tuhan. Penelitian ini disusun berdasarkan persyaratan untuk memenuhi nilai mata kuliah Skripsi, dan merupakan syarat dalam Ujian Akhir Program Studi Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang.

Penulis mengucapkan terimakasih atas penyelesian skripsi ini, kepada:

1. Terimakasih kepada orang tua dan kakak saya atas dukungan, saran, kasih saya, nasihat dan perhatian yang telah membuat proses pengerjaan skripsi saya ini mejadi momen yang sangat berharga.
2. Terimakasih kepada Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing saya atas semua dukungan, arahan dan kesabaran dalam membimbing saya untuk menyelesaikan skripsi saya ini.
3. Terimakasih kepada Ibu Husnul Khotimah, S.Psi., M.A. selaku dosen penguji seminar proposal saya, yang telah memberikan dukungan, bimbingan dan saran dalam proses penyusunan skripsi saya ini.
4. Terimakasih kepada Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog. selaku dosen penguji sidang akhir yang telah memberikan dukungan dan saran dalam prosen penyempurnaan skripsi saya.
5. Terimakasih kepada Bapak Lukman Hakim, S.Psi., M.Psi., Psikolog. selaku dosen penguji sidang akhir yang telah memberikan dukungan dan saran dalam prosen penyempurnaan skripsi saya.
6. Terimakasih kepada teman-teman deket selama kuliah saya, Angga, Maureen, Nisa dan Nabilah yang selalu memberikan dukungan, semangat dan saran dalam pengerjaan skripsi ini.
7. Terimakasih kepada teman saya Wahyu Mega (Acha) yang selalu memberikan dukungan, saran dan perhatian untuk saya pantang menyerah dalam proses pengerjaan skripsi saya ini.

8. Terimakasih kepada responden saya yang sudah bersedia untuk membantu saya, dalam mengisi kuesioner penelitian, sehingga dapat menyelesaikan skripsi saya dengan baik.
9. Terimakasih kepada dosen dan civitas fakultas psikologi yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu atas Ilmu dan pengetahuan yang diberikan selama diperkuliahan.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan laporan akhir ini masih terdapat berbagai kekurangan dan keterbatasan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan dan kritik konstruktif dari berbagai pihak demi penyempurnaan laporan ini. Penulis berharap laporan ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca maupun penulis lain yang tertarik untuk melakukan penelitian serupa. Sebagai penutup, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Mahasiswi Tahun Pertama di Universitas Merdeka Malang“ ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan pada jenjang S1 Psikologi di Universitas Merdeka Malang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa dukungan, bimbingan, dan doa dari berbagai pihak. Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan tulus menerima segala kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa depan. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menjadi kontribusi kecil dalam perkembangan ilmu pengetahuan.

Akhir kata, semoga Tuhan senantiasa memberikan berkah dan rahmat-Nya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Malang, 30 Juli 2025

Syahrul Risquna

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ii
LEMBAR PENGESAHAN iii
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS iv
MOTTO v
LEMBAR PERSEMBAHAN vi
UCAPAN TERIMAKASIH vii
KATA PENGANTAR ix
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR GAMBAR xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv
INTISARI xv
ABSTRACT xvi
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 6
D. Manfaat Penelitian 6
BAB II KAJIAN PUSTAKA 8
A. Stres Akademik 8
1. Pengertian Stres Akademik 8
2. Aspek-Aspek Stres Akademik 9
3. Faktor-Faktor Stres Akademik 11
B. Dukungan Sosial Teman Sebaya 13
1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya 13
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya 14
3. Faktor-faktor dari Dukungan Sosial Teman Sebaya 15
C. Keterkaitan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik 17
D. Hipotesis 19
BAB III METODE PENELITIAN 20
A. Desain Penelitian 20
B. Identifikasi dan Operasional Variabel 20
C. Partisipan Penelitian 22
1. Populasi 22
2. Sampel 22
D. Cara Pengumpulan Data 23
1. Skala Stres Akademik 24
2. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya 25
E. Cara Analisis Data 26
1. Uji Asumsi 26
2. Uji Hipotesis 27
F. Prosedur Penelitian 27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 29
A. Deskripsi Subjek Penelitian 29
B. Kategorisasi Data 30

C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur 33
D. Hasil Uji Hipotesis 34
1. Uji Prasyarat 34
2. Uji Regresi 35
E. Pembahasan 36
BAB V PENUTUP 41
A. Kesimpulan 41
B. Saran 41
DAFTAR PUSTAKA 44
LAMPIRAN 50

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kategori Penilaian Skala Likert 24
Tabel 2 Blueprint Skala Stres Akademik 25
Tabel 3 Blueprint Dukungan Sosial Teman Sebaya 26
Tabel 4 Distribusi Subjek Berdasarkan Usia 29
Tabel 5 Distribusi Subjek Berdasarkan Program Studi 30
Tabel 6 Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik 31
Tabel 7 Rumus Skor Standar Deviasi 32
Tabel 8 Kategorisasi Skor Dukungan Sosial Teman Sebaya 32
Tabel 9 Kategorisasi Stres Akademik 32
Tabel 10 Statistik Deskriptif 33
Tabel 11 Hasil Uji Normalitas Variabel Dukungan Sosial dan Stres Akademik 34
Tabel 12 Hasil Uji Linearitas Variabel Dukungan Sosial dan Stres Akademik 35
Tabel 13 Hasil Analisa Regresi antara Dukungan Sosial dan Stres Akademik 36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir 18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Perhitungan *Expert Judgement Aiken's V* 51
Lampiran 2 Skala *Try Out* 54
Lampiran 3 Tabulasi Data Skala *Try Out* 58
Lampiran 4 Hasil Perhitungan Skala *Try Out* 61
Lampiran 5 Skala Penelitian 65
Lampiran 6 Tabulasi Data Skala Penelitian 73
Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas, Uji Linieritas, dan Uji Hipotesis 79
Lampiran 8 Surat Ijin Penelitian 82
Lampiran 9 Lampiran Pernyataan Persetujuan Publikasi 84
Lampiran 10 Lampiran Hasil Turnitin 86
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup 89

Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Mahasiswi Tahun Pertama di Universitas Merdeka Malang

Syahrul Risquna
Fakultas Psikologi Univeristas Merdeka Malang
risquna1011@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan tingkat stres akademik pada mahasiswi tahun pertama di Universitas Merdeka Malang. Menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional, penelitian ini melibatkan 100 responden yang dipilih melalui teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang kemudian dianalisis menggunakan regresi linier sederhana dengan perangkat lunak SPSS versi 20.0. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik ($p < 0,05$), dengan nilai koefisien korelasi sebesar -1,050, Nilai **β** sebesar -0.704 menunjukkan besarnya pengaruh variabel dukungan sosial terhadap variabel stres akademik dan R^2 sebesar 0,495, yang artinya 49,5% variasi stres akademik dipengaruhi oleh dukungan sosial teman sebaya. Hasil penelitian ini yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswi tahun pertama. Saran untuk Mahasiswi tahun pertama disarankan untuk secara aktif membangun dan menjaga hubungan sosial yang positif dengan teman sebaya Implikasi praktisnya, penting untuk meningkatkan dukungan sosial melalui program sosial dan pengembangan jejaring mahasiswa agar mampu mengelola stres secara efektif.

Kata kunci: Mahasiswi; Stres akademik; Dukungan sosial teman sebaya

The Relationship Between Peer Support and Academic Stress of First-Year Female Students at Merdeka University Malang

Syahrul Risquna
Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang
risquna1011@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between peer social support and academic stress among first-year female students at Universitas Merdeka Malang. Using a quantitative method with a correlational design, the study involved 100 respondents selected through accidental sampling. Data were collected using a questionnaire and analyzed using simple linear regression with SPSS version 20.0. The results showed a significant negative relationship between peer social support and academic stress ($p < 0.05$), with a correlation coefficient of -1.050. The **β** value of -0.704 indicates the extent of the influence of peer social support on academic stress, and the R^2 value of 0.495 means that 49.5% of the variation in academic stress is influenced by peer social support. These findings indicate a negative relationship between peer social support and academic stress among first-year female students. It is recommended that first-year female students actively build and maintain positive social relationships with their peers. The practical implication is the importance of enhancing social support through social programs and student networking initiatives to help manage stress effectively.

Keywords: Female students; Academic stress; Peer social support