

Pengaruh Dukungan Teman Sebaya Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Baru

Yumna Mumtaza¹, Lailatul Norma Safitri², Maysa Ayu Raddina³, Faidatul Husna⁴

¹ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

² UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

³ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

⁴ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

Corresponding Author:

Yumna Mumtaza, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

Email: mumtazayumna60@gmail.com

Abstract.

New students have to face greater academic demands in the world of college. The inability to face various academic tasks causes them to experience academic stress. This quantitative study aims to obtain information related to the influence of peer social support on academic stress experienced by new students of the Faculty of Psychology, UIN Malang. This study involved 101 students as research respondents. Peer support and academic stress data were collected through a questionnaire in the form of a google form using a simple random sampling technique. The data obtained were then analyzed using a correlation test using SPSS 26.0 version for windows. The results showed a correlation value (r) of -0.320 with a significance of $p = 0.001$ ($p < 0.05$). It can be concluded that there is a negative relationship between peer social support and academic stress in new students of the Faculty of Psychology, UIN Malang, although the level of correlation between the two variables is low. Following up on the findings in this study, it is necessary to explore other variables that can influence academic stress in new students, besides peer support.

Keywords: Academic Stress, Social Support, Peers, Academic Pressure

Abstrak.

Mahasiswa baru harus menghadapi tuntutan akademik yang lebih besar di dunia perkuliahan. Ketidakmampuan dalam menghadapi berbagai tugas akademik mengakibatkan mereka mengalami stres akademik. Studi kuantitatif ini bertujuan untuk memperoleh informasi terkait pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik yang dialami mahasiswa baru Fakultas psikologi UIN Malang. Penelitian ini melibatkan 101 mahasiswa sebagai responden penelitian. Data dukungan teman sebaya dan stres akademik dikumpulkan melalui kuisisioner dalam bentuk *google form* menggunakan teknik *simple random sampling*. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi menggunakan *SPSS 26.0 version for windows*. Hasil penelitian menunjukkan nilai korelasi (r) sebesar -0,320 dengan signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi UIN Malang terdapat hubungan yang negatif, meskipun tingkat korelasi antar kedua variabel rendah. Menindaklanjuti temuan pada penelitian ini, maka perlu dilakukan eksplorasi terkait variabel-variabel lain yang bisa memengaruhi stres akademik pada mahasiswa baru, selain dukungan dari teman sebaya.

Kata kunci: Stres Akademik, Dukungan Sosial, Teman Sebaya, Tekanan Akademik

PENDAHULUAN

Masa transisi yang dialami mahasiswa baru menuntut mereka untuk mampu menyesuaikan diri. Berbagai perubahan tersebut meliputi perubahan dalam hubungan sosial, tuntutan untuk lebih mandiri dalam mengatur keuangan, dan beban tugas akademik yang tentunya lebih tinggi dibandingkan ketika masih SMA (Erindana et al., 2021). Selain itu, mahasiswa baru juga akan menghadapi persaingan yang lebih besar di kelas, baik dalam hal akademik maupun yang lain. Apabila mahasiswa baru tidak mampu menghadapi berbagai perubahan tersebut, mereka akan cenderung merasa kewalahan, sehingga mengalami stres akademik (Hidayat & Fourianalistyawati, 2017).

Fenomena stres akademik di kalangan mahasiswa baru terutama disebabkan karena besarnya tanggung jawab akademik yang dihadapi. Tekanan akademik yang dihadapi bisa berupa batas nilai minimal, tugas-tugas perkuliahan, ujian semester, dan tuntutan untuk mampu manajemen waktu dengan baik (Kumaraswamy, 2013 dalam Mahardhani et al., 2020). Berdasarkan data WHO pada tahun 2019 didapatkan hasil bahwa secara global, mahasiswa yang menghadapi tekanan akademik berkisar antara 38% hingga 71%, sementara di kawasan Asia Tenggara, prevalensi stres akademik berada di angka 39,6% hingga 61,3% (WHO, 2019 dalam Saifudin et al., 2023). Selanjutnya, presentase stres akademik mahasiswa di Indonesia adalah sebesar 36,7-71,6% (Kemenkes RI, 2019 dalam Saifudin et al., 2023). Berdasarkan data tersebut, tidak menutup kemungkinan bahwa mahasiswa baru di UIN Malang juga mengalami permasalahan serupa.

Stres akademik pada mahasiswa baru bisa mengganggu mereka dalam beraktivitas akibat gejala-gejala yang ditimbulkan (Tasalim & Cahyani, 2021). Gejala stres akademik bisa dilihat dari segi fisik, kognitif, emosional, dan perilaku. Gejala fisiologis yang dialami bisa berupa detak jantung yang meningkat, kesulitan tidur, dan gangguan pernafasan (Barseli et al., 2017). Munculnya kesulitan dalam membuat keputusan, mudah lupa, dan kesulitan berkonsentrasi termasuk dalam gejala kognitif (Nursolehah & Rahmiati, 2022). Gejala emosional berupa kegelisahan, sensitivitas meningkat, dan penurunan harga diri. Kemudian, respons perilaku yang muncul berupa isolasi diri dari lingkungan sosial dan penurunan prestasi (Taylor, 1995 dalam Mahardhani et al., 2020). Beberapa gejala tersebut bisa menghambat proses belajar, sehingga berdampak pada penurunan performa akademik (Lestari & Purnamasari, 2022).

Permasalahan yang timbul akibat stres akademik bisa ditanggulangi dengan memahami faktor-faktor yang berkaitan. Faktor internal yang memengaruhi bisa berupa tingkat prevalensi *self-esteem* dan *self-efficacy* pada diri individu, kemudian faktor eksternal yang bisa memengaruhi yaitu dukungan sosial dari orang-orang terdekat (Hidayat et al., 2021). Namun, penelitian ini lebih memfokuskan pada pengaruh dukungan sosial. Berdasarkan teori *hierarchy*

of needs Abraham Maslow, kebutuhan akan dukungan sosial, seperti kasih sayang, cinta, dan penerimaan berada di tingkat ketiga (Astuti & Christine, 2022). Sedangkan *self-esteem* dan *self-efficacy* terdapat pada tingkat keempat. Artinya kebutuhan akan dukungan sosial harus terpenuhi terlebih dahulu.

Individu yang mendapatkan dukungan sosial secara penuh mampu mengelola berbagai permasalahan yang dihadapi (Pasaribu, 2016). Dukungan sosial bisa diperoleh dari orang tua, saudara, kekasih, komunitas, maupun teman sebaya (Taylor, 2003 dalam Ansyah & Susanti, 2023). Penelitian ini difokuskan pada dukungan yang diberikan oleh teman sebaya, karena teman sebaya memiliki kesamaan dalam berbagai hal, mulai dari usia, permasalahan hidup, dan tuntutan tugas akademik. Selain itu, dukungan sosial yang didapatkan dari teman sebaya juga berkontribusi dalam perkembangan psikologis individu (Younes, 2021). Bentuk dukungan sosial yang akan dibahas dalam penelitian ini akan lebih berfokus pada dukungan emosional.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap stres akademik. *Pertama*, penelitian yang dilakukan oleh Lestari & Purnamasari (2022), Firdiansyah & Hakim (2020), dan Faqih (2020) mengungkapkan bahwa pengaruh dukungan sosial dari teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa baru berpengaruh negatif yang sangat signifikan. *Kedua*, penelitian yang dilakukan oleh Purwati & Rahmandani (2020), Aulya et al (2022), dan Putro & Simanjuntak (2022) menunjukkan bahwa antara kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada mahasiswa baru terdapat pengaruh negatif yang signifikan. *Ketiga*, penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni & Hidayati (2024) dan Rihartini (2021) menunjukkan bahwa antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa baru terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan. Dapat diartikan, bahwa prevalensi stres akademik yang dialami akan semakin menurun apabila mendapatkan dukungan sosial teman sebaya yang cukup tinggi, begitupula sebaliknya.

Menurut penelitian-penelitian yang telah dilakukan, maka penelitian ini mendapatkan hipotesis yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan teman sebaya dengan tingkatan stres akademik mahasiswa baru. Artinya, secara negatif dukungan teman sebaya telah mempengaruhi tingkatan stres akademik yang dialami mahasiswa baru.

METODE PENELITIAN

Metode kuantitatif korelasional digunakan pada penelitian ini untuk mengetahui apakah diantara dua variabel yang telah digunakan terdapat pengaruh yang positif atau pengaruh yang negatif. Dalam penelitian ini dukungan teman sebaya merupakan variabel bebas. Pengertian dari dukungan teman sebaya sendiri adalah sejauh mana mahasiswa baru mendapatkan bantuan, perhatian dan keterlibatan dari teman-teman sebayanya dalam menghadapi tantangan

akademik (Prayitno & Andayani, 2023). Sedangkan stress akademik merupakan variabel terikat dari penelitian ini. Terus akademik dapat diartikan sebagai tekanan mental atau emosional yang didapatkan sebagai respon terhadap tuntutan akademik seperti tugas, ujian, tenggat waktu, atau adaptasi dengan lingkungan pendidikan yang baru (Barseli et al., 2017).

Populasi dan Sampling dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru Fakultas Psikologi angkatan 2022 UIN Malang menjadi populasi dalam penelitian ini dengan sampel sejumlah 100 orang. Penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling, dimana pengambilan sampel dilakukan dengan secara acak dalam teknik ini (Sugiyono, 2011). Sedangkan instrumen penelitian dalam penelitian ini menggunakan skala yang dikembangkan pada tahun 2015 oleh Gabriel dan Badeway, yaitu skala PASS (Perception of Academic Stress Scales) yang akan mengukur variabel stres akademik. Skala tersebut berisi pernyataan-pernyataan yang telah dimodifikasi oleh peneliti sebelumnya dengan jumlah 18 item (Dewi et al., 2023). Kemudian, untuk mengukur variabel dukungan sosial penelitian ini menggunakan skala ukur MSPSS (*Multidimensional Scale of Perceived Social Support*). Skala tersebut dikembangkan pada tahun 1988 oleh Gregory Zimet dengan jumlah item sebanyak 9 dan disesuaikan dengan topik penelitian (Zimet et al., 1988)

Data primer yang terkumpul kemudian dilakukan uji validitas. Berdasarkan hasil uji validitas yang dilakukan dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa tidak ada item yang gugur untuk skala dukungan teman sebaya. Sedangkan untuk skala stres akademik terdapat item-item yang telah gugur, dari total item primer 18 menjadi 13 item. Artinya, sebanyak 5 item telah gugur, yaitu item 1, 2, 5, 12 dan 17. Untuk melihat konsistensi alat ukur dalam penelitian ini, pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan Alpha Cronbach. Sebuah alat ukur dapat dikatakan reliabel apabila nilai alpha cronbach lebih besar dari 0,6 ($>0,6$). Adapun nilai reliabilitas dari skala stress akademik adalah 0,745, sedangkan nilai reliabilitas dari skala dukungan teman sebaya adalah sebesar 0,914. Berdasarkan hal tersebut, disimpulkan bahwa skala ukur stres akademik dan dukungan teman sebaya dinyatakan reliabel, karena keduanya mempunyai nilai koefisien alpha cronbach di atas 0,6 ($>0,6$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi ini bertujuan untuk memperoleh informasi terkait adanya pengaruh antara tingkat stres akademik yang diperoleh pada mahasiswa baru Psikologi UIN Malang angkatan 2024 dengan dukungan teman sebaya. Penelitian dilakukan dengan melibatkan 101 mahasiswa baru dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 71 dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 29, seperti pada tabel 1.

Tabel 1. Demografi Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah (N)	Persentase
Laki-laki	29	28,7%
Perempuan	71	70,3%

Kategorisasi partisipan penelitian berdasarkan tingkat stres akademik dan dukungan yang diperoleh dari teman sebaya seperti pada tabel 2. Temuan dari kategorisasi partisipan berdasarkan tingkat stres akademik yang dialami memperlihatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa baru fakultas Psikologi mendapatkan stress akademik dengan pravelensi yang tinggi tinggi (90%), namun mayoritas mahasiswa baru Psikologi UIN Malang juga mendapatkan pravelensi tinggi pada dukungan sosial dari teman sebayanya (64%), sebagaimana pada tabel 2.

Tabel 2. Tingkat Stres Akademik dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Partisipan

Variabel	Tinggi	Sedang	Rendah
Stres Akademik	90%	8%	2%
Dukungan Teman Sebaya	64%	31%	5%

Hasil Uji Asumsi

Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi stres akademik sebesar 0,200, artinya variabel bebas (stres akademik) berdistribusi secara normal. Sedangkan untuk signifikansi dukungan teman sebaya memiliki nilai sebesar 0,002 ($<0,05$), artinya variabel terikat (dukungan teman sebaya) memiliki distribusi yang tidak normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tidak berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov ^a			
	Statistic	df	Sig.
Stres Akademik	0,072	101	0,200
Dukungan Teman Sebaya	0,117	101	0,002

Hasil uji linearitas pada tabel 4 menunjukkan bahwa kedua variabel linear, karena memiliki nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,508 ($>0,05$).

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
Y*X	(Combined)	892.235	23	38.793	1.415	.131
	Linearity	306.613	1	306.61	11.188	.001
	Deviation from Linearity	585.621	22	26.619	.971	.508
Within Groups		2110.300	77	27.406		
Total		3002.535	100			

Hasil uji korelasi menunjukkan nilai signifikansi 0,001 (<0,05). Artinya terdapat hubungan antara stres akademik dengan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi angkatan 2024. Nilai korelasi Pearson adalah sebesar -0,320, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kedua variabel dengan tingkat korelasi lemah (antara 0,21-0,40).

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi

		X	Y
X	Pearson Correlation	1	-.320
	Sig. (1-tailed)		.001
	N	101	101
Y	Pearson Correlation	-.320	1
	Sig. (1-tailed)	.001	
	N	101	101

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa stres akademik yang dialami mahasiswa baru Fakultas Psikologi UIN Malang angkatan 2024 menampilkan angka yang cukup signifikan. Berdasarkan hasil dari tabel 1, prevalensi stress akademik mahasiswa baru Fakultas Psikologi mencapai 90% dalam kategori tinggi, 8% dalam kategori sedang, dan 2% dalam kategori rendah. Sedangkan untuk prevalensi dukungan sosial mahasiswa baru mencapai 64% dalam kategori tinggi, 31% dalam kategori sedang, dan 5% dalam kategori rendah.

Meskipun tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa baru tergolong tinggi, mereka juga mendapatkan banyak dukungan secara emosional dari teman sebayanya. Sehingga terdapat ketidaksesuaian antara teori dan data. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingginya dukungan yang diperoleh tidak secara langsung menurunkan stres akademik. Hal ini dapat diakibatkan karena dukungan yang diberikan mungkin tidak relevan atau tidak sesuai kebutuhan. Barangkali beberapa individu mungkin tetap merasa stres meskipun mendapatkan dukungan yang cukup dari teman sebaya. Stres akademik bisa disebabkan karena memiliki tingkat efikasi diri yang rendah, kemampuan *coping* yang buruk, dan kecenderungan melakukan prokrastinasi (Fiqih & Ratnawati, 2023; Navron & Dewanti, 2023; Shehadeh et al., 2020). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anadita (2021) yang mengemukakan bahwa terdapat korelasi negatif antara variabel bebas (dukungan sosial) dengan variabel terikat (stres akademik), namun tergolong lemah.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres akademik mahasiswa baru. Mayoritas mahasiswa baru fakultas psikologi UIN Malang mengalami tingkat stres akademik yang tinggi dan memperoleh dukungan sosial yang tinggi pula dari teman sebayanya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa

dukungan emosional tidak selalu efektif dalam menurunkan stress akademik. Ketidaksiuaian tersebut dapat terjadi dikarenakan relevansi yang tidak sesuai dengan kebutuhan mahasiswa baru. Sebab, terdapat berbagai faktor lain yang bisa menyebabkan mahasiswa mengalami stres akademik. Dalam mengatasi stres akademik, mahasiswa baru dapat memperluass hubungan sosial melalui kegiatan-kegiatan positif di luar, seperti mengikuti organisasi atau UKM, menjalin hubungan baik dengan keluarga di rumah, serta memanfaatkan peran musyrif atau musyrifah yang ada dalam lingkungan ma'had sebagai sumber dukungan tambahan. Selain itu, studi yang mengkaji pengaruh variabel lain terhadap stres akademik pada mahasiswa baru juga perlu dilakukan, sehingga bisa menambah pengetahuan mengenai solusi yang tepat dalam menanggulangnya dan membantu mahasiswa baru untuk bertahan menghadapi dunia perkuliahan.

REFERENSI

- Anadita, D. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa yang Mengikuti Pembelajaran Daring. *Borobudur Psychology Review*, 1(1), 38–45.
- Anggraeni, A. D., & Hidayati, D. S. (2024). Dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi dengan stres akademik pada mahasiswa rantau tahun pertama. *Cognicia*, 12(1), 15–24.
- 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.
- Astuti, A., & Christine, L. (2022). The Concept Of The Needs Of Society According To Abraham Maslow ' s perspective Pendahuluan Metode. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling ...*, 7(2), 1–8.
- Aulya, A., Lubis, H., & Rasyid, M. (2022). Pengaruh kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 307–319.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.
- Dewi, D. K., Jannah, M., & Darmawanti, I. (2023). *Confirmatory factor analysis of the Perception of Academic Stress Scale*. 10, 64–78. <https://doi.org/10.37517/978-1-74286-697-0-06>
- Erindana, F. U. N., Nashori, H. F., & Tasaufi, M. N. F. (2021). Penyesuaian diri dan stres akademik mahasiswa tahun pertama. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(1), 11–17.
- Faqih, M. F. (2020). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa Malang yang bekerja*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Fiqih, A., & Ratnawati, V. (2023). Mengurai Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir: Faktor Pemicu, Dampak Dan Strategi Pengelolaan Di Universitas Nusantara PGRI Kediri. *Semdikjar* 6, 755–765.
- Firdiansyah, M. R., & Hakim, S. N. (2020). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa universitas muhammadiyah surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Hidayat, E. I., Ramli, M., & Setiowati, A. J. (2021). Pengaruh Self Efficacy, Self Esteem, Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 6(4), 635. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v6i4.14728>
- Hidayat, O., & Fourianalistyawati, E. (2017). Peranan mindfulness terhadap stres akademis pada mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Psikogenesis*, 5(1).
- Lestari, B. S., & Purnamasari, A. (2022). *Dukungan sosial teman sebaya dan problem focused coping dengan stres akademik pada mahasiswa*. Universitas Ahmad Dahlan.
- Mahardhani, F. O., Ramadhani, A. N., Isnanti, R. M., Chasanah, T. N., & Praptomojati, A. (2020). Pelatihan strategi koping fokus emosi untuk menurunkan stres akademik pada mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 6(1), 60–75.
- Navron, L., & Dewanti, R. (2023). The Relationship Between Hardiness and Academic Procastination in Final Students Compiling Thesis. *Indonesian Journal of Innovation Studies*. <https://ijins.umsida.ac.id/index.php/ijins/article/view/810>
- Nursolehah, R., & Rahmiati, R. (2022). Pengaruh expressive writing terhadap penurunan stres akademik mahasiswa. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6703–6712.
- Pasaribu, S. (2016). Hubungan Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Interaksi Sosial Mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 8(1), 64–78.
- Prayitno, H. A., & Andayani, B. (2023). The Relationship Between Peer Social Support and Academic Stress Among University Students During the COVID-19 Pandemic. ... *Indonesian Psychological Journal*. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jpa/article/view/4711>
- Purwati, M., & Rahmandani, A. (2020). Hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa teknik perencanaan wilayah dan kota Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 456–466.
- Putro, A. W., & Simanjuntak, E. (2022). Stres akademik dan dukungan teman pada mahasiswa tahun pertama selama pembelajaran daring. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(1), 81–94.
- Rihartini, R. (2021). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa santri di pesantren as-sa'adah Terboyo Semarang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira*, 1(1).
- Saifudin, M., Adawiyah, S. R., & Mukhaira, I. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi S1 keperawatan non reguler. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 199–207. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i2.267>
- Shehadeh, J., Hamdan-Mansour, A. M., & ... (2020). Academic stress and self-efficacy as predictors of academic satisfaction among nursing students. ... *Nursing Journal*. <https://benthamopen.com/ABSTRACT/TONURSJ-14-92>
- Sugiono. (2011). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R dan D. *Bandung: Alfa Beta*.
- Taslim, R., & Cahyani, A. R. (2021). *Stres akademik dan penanganannya*. Guepedia.
- Younes, A. (2021). The relationship between social support and assertiveness among university students. *Egyptian Journal of Social Work*, 11(1), 35–56.
- Zimet, G., Dahlem NW, Zimet SG, & Farley GK. (1988). Multidimensional scale of perceived social support (MSPSS)-scale items and Scoring information survey project view project. *J Pers Assess*, 52(December), 30–41. <http://gzimet.wix.com/mspss>