

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN  
STRES PADA MAHASISWA YANG SEDANG  
MEMBUAT TUGAS AKHIR**

**SKRIPSI**

**OLEH:  
MELISA JULIANA  
198600334**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2024**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 30/4/24

Access From (repository.uma.ac.id)30/4/24

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN  
STRES PADA MAHASISWA YANG SEDANG  
MEMBUAT TUGAS AKHIR**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area



Oleh:  
**Melisa Juliana**  
**198600334**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2024**

## HALAMAN PENGESAHAN

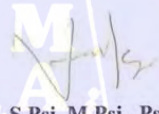
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kecenderungan Stres  
Pada Mahasiswa Yang Sedang Membuat Tugas Akhir

Nama : Melisa Juliana


NPM : 19.860.0334

Fakultas : Psikologi

Disetujui Oleh,  
Komisi Pembimbing

  
Nafeesa, S.Psi, M.Psi., Psikolog  
Pembimbing

  
Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi., Psikolog  
Dekan

  
Faadhil, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
Ketua Program Studi Psikologi

Tanggal Lulus : 18 Maret 2024

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 18 Maret 2024



Melisa Juliana  
19.860. 0334

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Melisa Juliana  
NPM : 19.860.0334  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**“HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN  
STRES PADA MAHASISWA YANG SEDANG MEMBUAT TUGAS  
AKHIR”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Medan

Pada Tanggal : 18 Maret 2024

Yang menyatakan,



Melisa Juliana  
19.860.0334



## RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Medan Pada tanggal 2 Juli 2001 dari Ayah Almarhum Taramel Sipayung (+) dan Ibu Dormi Romauli Mangunsong Penulis merupakan Putri ke 3 dari 3 bersaudara.

Tahun 2019 Penulis lulus dari SMA Raksana Medan dan pada tahun 2019 terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.



## ABSTRAK

### HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN STRES PADA MAHASISWA YANG SEDANG MEMBUAT TUGAS AKHIR DI STKIP BUDIDAYA BINJAI

Melisa Juliana

19.860.0334

Email: [sipayungmelisa01@gmail.com](mailto:sipayungmelisa01@gmail.com)

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris dan mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan stres pada mahasiswa yang sedang membuat tugas akhir di STKIP Budidaya Binjai. Jumlah sampel penelitian ini sebesar 59 mahasiswa STKIP Budidaya Binjai. Pendekatan penelitian ini menggunakan kuantitatif dan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Teknik analisis data menggunakan *product moment correlation*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan stres. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0.110. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecenderungan stres dibentuk oleh dukungan sosial sebesar 11%, dan selebihnya dapat dibentuk oleh aspek dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan dari jaringan sosial.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Kecenderungan Stres

ABSTRACT

**THE CORRELATION BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND STRESS TENDENCIES AMONG STUDENTS WORKING ON THEIR FINAL PROJECT**

Melisa Juliana  
198600334

This research aimed to empirically test and determine the correlation between social support and stress tendencies among students working on their final projects at STKIP Budidaya Binjai. The total sample for this research was 59 students from STKIP Budidaya Binjai. This research approach was used quantitative and data collection techniques using questionnaires. The data analysis technique used product-moment correlation. The results of the data analysis showed that there was a negative correlation between social support and stress tendencies. The coefficient of determination ( $R^2$ ) was 0.110. This showed that stress tendencies were formed by social support 11%, and the rest could be formed by aspects of emotional, esteem, instrumental, information, and social network supports. The results obtained from each variable were social support of 96.41. It could be concluded that the level of social support was normal and the stress tendencies were high.

**Keywords:** Social Support, Stress Tendencies

16/04/2024





## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala karuniaNya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian ini ialah “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kecenderungan Stres Pada Mahasiswa yang Sedang Membuat Tugas Akhir di STKIP Budidaya Binjai”.

Terima kasih penulis sampaikan kepada Nafeesa, S.Psi., M.Psi., Psikologi selaku pembimbing, ibu Babby Hasmayni, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku penguji, ibu Dr. Ummu Khuzaimah, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku ketua dan ibu Ira Kesuma Dewi, S.Psi, M.Psi selaku sekretaris yang telah banyak memberikan saran. Disamping itu penghargaan penulis sampaikan kepada pihak STKIP Budidaya Binjai yang telah membantu penulis selama melaksanakan penelitian. Ungkapan terima kasih juga disampaikan kepada orang tua saya Alm. T. Sipayung dan D.R.Simangunsong, serta seluruh keluarga atas segala doa dan perhatiannya.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Peneliti berharap tugas skripsi ini dapat bermanfaat baik untuk kalangan pendidikan maupun masyarakat. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Medan 15 Agustus 2023

Melisa Juliana

198600334

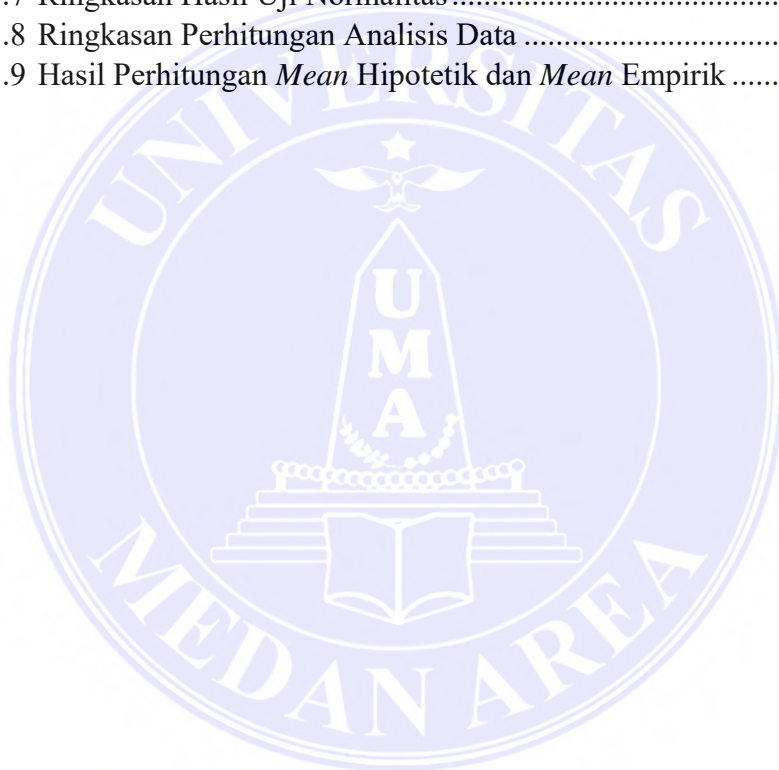
## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Hipotesis .....	5
1.5 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
2.1 Kecenderungan Stres .....	7
2.1.1 Definisi Kecenderungan Stres .....	7
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecenderungan Stres .....	8
2.1.3 Penggolongan dalam Kecenderungan Stres .....	12
2.1.4 Pendekatan Kecenderungan Stres .....	14
2.1.5 Tahapan Kecenderungan Stres .....	15
2.2 Dukungan Sosial.....	16
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial .....	16
2.2.2 Faktor-faktor Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	18
2.2.3 Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	19
2.3 Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres .....	21

2.4 Kerangka Konseptual .....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	24
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	24
3.4 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	25
3.5 Metode Pengumpulan Data .....	26
3.6 Validitas dan Reliabilitas .....	27
3.7 Metode Analisis Data .....	29
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>31</b>
4.1 Orientasi Penelitian.....	31
4.1.1 Lokasi Penelitian.....	31
4.1.2 Visi dan Misi Lokasi Penelitian .....	31
4.1.3 Kepengurusan STKIP Budidaya Binjai .....	32
4.2 Persiapan Penelitian.....	33
4.2.1 Persiapan Alat Ukur .....	33
4.2.2 Uji Coba Alat Ukur .....	35
4.3 Pelaksanaan Penelitian .....	37
4.4 Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	38
4.4.1 Statistik Deskriptif .....	38
4.4.2 Uji Normalitas .....	39
4.4.3 Hasil Perhitungan Analisis Data .....	40
4.4.4 Hasil Perhitungan <i>Mean</i> Hipotetik dan <i>Mean Empirik</i> .....	41
4.4.4.1 <i>Mean</i> Hipotetik.....	41
4.4.4.2 <i>Mean</i> Empirik .....	41
4.5 Kriteria.....	41
4.6 Pembahasan .....	43
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>47</b>
5.1 Kesimpulan.....	47
5.2 Saran .....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Populasi Penelitian .....	26
Tabel 1.2 Distribusi Item Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba Alat Ukur .....	34
Tabel 1.3 Distribusi Item Kecenderungan Stres Sebelum Uji Coba Alat Ukur ...	35
Tabel 1.4 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba Validitas.....	36
Tabel 1.5 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kecenderungan Stres Setelah Uji Coba Validitas .....	37
Tabel 1.6 Ringkasan Hasil Uji Normalitas .....	38
Tabel 1.7 Ringkasan Hasil Uji Normalitas .....	39
Tabel 1.8 Ringkasan Perhitungan Analisis Data .....	40
Tabel 1.9 Hasil Perhitungan <i>Mean</i> Hipotetik dan <i>Mean</i> Empirik .....	43



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Konseptual .....	23
Gambar 1.2 Logo STKIP Budidaya Binjai .....	32
Gambar 1.3 Kondisi Dukungan Sosial Subjek Penelitian.....	38
Gambar 1.4 Kondisi Kecenderungan Stres Subjek Penelitian.....	39





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 <i>Blue Print</i> .....	52
Lampiran 1.2 Kuesioner Penelitian.....	57
Lampiran 1.3 Tabulasi Data.....	61
Lampiran 1.4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	65
Lampiran 1.5 Hasil Regresi .....	67



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Kecenderungan stres yang dialami mahasiswa pada tingkat akhir umumnya disebabkan karena penyelesaian dalam tugas akhir (skripsi) yang digunakan sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana, sehingga dalam prosesnya tidak jarang mahasiswa merasa adanya tekanan dalam dirinya yang harus menyelesaikan tugas akhir secara tepat waktu (keterbatasan waktu penelitian), topik penelitian yang dipilih relatif sulit, dan lainnya. Menurut Pratama dan Burhanto dalam Tasalim & Cahyani (2021) bahwa penyusunan tugas akhir kenyataannya membuat mahasiswa cenderung mengalami stres yang diakibatkan karena belum menemukan atau menentukan variabel penelitian yang akan diteliti, kurang tersedianya buku referensi, pembimbing yang memiliki keterbatasan waktu dalam melakukan proses bimbingan, menunggu balasan chat dari dosen, dan lainnya.

Salah satu perguruan tinggi di Binjai yang cukup dikenal yaitu STKIP Budidaya Binjai. Perguruan tinggi tersebut sampai saat ini memiliki enam program studi. STKIP Budidaya Binjai tentunya sebagai perguruan tinggi yang memiliki visi untuk mewujudkan perguruan tinggi yang unggul di bidang pendidikan dalam menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas dan kompetitif di tingkat nasional, sehingga dalam mewujudkan hal tersebut salah satu misi STKIP Budidaya Binjai adalah untuk membangun potensi mahasiswa yang

memiliki karakter dalam peningkatan kualitas lulusan. STKIP Budidaya Binjai dalam menghasilkan lulusan berkualitas harus melewati atau menyelesaikan tugas akhir, dimana tugas akhir tersebut sebagai bentuk tanggung jawab mahasiswa diakhir perkuliahannya yang akan meningkatkan kemampuannya dalam melakukan penelitian, pemahaman atas materi perkuliahan, dan menambah wawasan mahasiswa terkait fenomena yang terjadi disekitarnya untuk diteliti. Oleh karena itu, hal yang melatarbelakangi peneliti memilih STKIP Budidaya Binjai sebagai objek penelitian adalah masih relatif jarang peneliti lain yang melaksanakan penelitian di perguruan tinggi tersebut. Selain itu, mayoritas mahasiswa yang telah menjalani tingkat akhir di STKIP Budidaya Binjai cenderung berlomba untuk segera lulus agar dapat mencari pekerjaan atau melanjutkan tahap pendidikan berikutnya. Hal tersebut mendorong mahasiswa untuk segera menyelesaikan tugas akhir tepat waktu yang cenderung pada saat pelaksanaannya menimbulkan stres dalam diri.

Kecenderungan stres dialami mahasiswa tingkat akhir dapat menurunkan semangatnya untuk mengerjakan tugas akhir yang membuat mahasiswa tersebut kurang berkonsentrasi, sehingga mempengaruhi hasil dari tugas akhir menjadi tidak optimal. Berdasarkan wawancara dilakukan peneliti terhadap mahasiswa STKIP Budidaya Binjai bahwa mahasiswa tingkat akhir merasa bahwa penulisan skripsi relatif sulit untuk dilakukan karena harus secara ilmiah yang disebabkan karena mahasiswa kurang terlatih dalam menulis dan kurangnya literasi. Hal ini yang membuat tidak jarang mahasiswa tingkat akhir harus menghadapi revisi berulang kali dilakukan oleh pembimbing. Menurut Polina dan Siang (Da'awi & Nisa, 2021) bahwa hambatan dalam penyelesaian skripsi terdiri dari dua faktor,

yaitu faktor internal yang meliputi kurangnya motivasi atau minat mahasiswa dan kemampuan akademik yang rendah untuk menuangkan ide atau fenomena masalah yang dapat dikaji. Sedangkan faktor eksternal meliputi materi atau judul skripsi yang dikerjakan relatif sulit dalam pencarian literatur atau data, serta permasalahan yang dapat timbul kepada dosen pembimbing saat melakukan konsultasi skripsi. Oleh karena itu, hambatan tersebut jika tidak segera diatasi akan menimbulkan stres dalam diri mahasiswa dan cenderung dapat mengganggu kestabilan emosi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

Kecenderungan stres yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir juga dapat berdampak secara fisik dan psikis. Berdasarkan wawancara dilakukan peneliti terhadap mahasiswa STKIP Budidaya Binjai bahwa timbulnya kecenderungan stres dalam diri mahasiswa menimbulkan gejala yang dapat memberikan dampak negatif dalam diri mahasiswa tersebut. Hal ini jika tidak segera diatasi akan menurunkan motivasi mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi hingga akhir (menunda-nunda dalam penyelesaian skripsi), maka akan dapat menambah tekanan lagi dalam diri mahasiswa. Menurut Seto, Wondo, & Mei (2020) stres yang memberikan sifat tidak menyenangkan dan bersifat negatif sering disebut sebagai *distress*. *Distress* memberikan dampak negatif, berupa keadaan diri menjadi cemas, sulit konsentrasi, mudah tersinggung, dan lainnya. Kecenderungan stres secara akademik tergolong sebagai stres negatif, dimana dapat muncul saat mahasiswa dihadapkan dengan tuntutan-tuntutan yang harus dikerjakan, seperti tugas, skripsi, dan lainnya.

Berdasarkan beberapa penelitian menunjukkan bahwa stres pada mahasiswa dapat berhubungan dengan dukungan sosial (Astuti & Hartati, 2013),

(Lestari & Wulandari, 2021), dan (Izmi, 2021). Dukungan sosial dapat berasal dari hubungan dekat seseorang kepada orang disekitarnya, dimana seseorang merasa dihargai, diperhatikan, dan dihormati pada saat berkomunikasi. Dukungan sosial yang dapat dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir umumnya berasal dari orang tua maupun teman sebayanya, karena orang tua dan teman sebayanya akan berupaya untuk memberikan motivasi atau semangat kepada mahasiswa tersebut untuk dapat menyelesaikan skripsinya secara tepat waktu. Dukungan sosial yang mahasiswa terima akan membuat dirinya diperhatikan dan dicintai oleh orang terdekatnya, sehingga mampu mendorongnya untuk memberikan hal yang terbaik melalui penyelesaian skripsi. Tetapi hal tersebut bertolak belakang dengan yang dialami mahasiswa, dimana berdasarkan wawancara dilakukan peneliti bahwa dukungan sosial belum maksimal diperoleh dari teman sebayanya yang membuat mahasiswa tersebut semakin sulit untuk menyelesaikan skripsi (tugas akhir). Berdasarkan pendapat Amylia dalam Santo & Alfian (2021) jika mahasiswa menerima dukungan sosial yang berasal dari lingkungan, mereka akan secara aktif memandang pengalaman sebagai sesuatu yang tidak terlalu mencemaskan, serta merasa aman dan nyaman karena diperhatikan, dicintai, dan diterima dilingkungan tersebut. Tetapi hal tersebut tidak dirasakan oleh beberapa mahasiswa STKIP Budidaya Binjai, karena kurang dukungan dari teman-temannya yang dapat menimbulkan kecenderungan stres dalam diri.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian yang berjudul: “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kecenderungan Stres Pada Mahasiswa yang Sedang Membuat Tugas Akhir di STKIP Budidaya Binjai”.



## 1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti adalah: Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan stres pada mahasiswa yang sedang membuat tugas akhir di STKIP Budidaya Binjai?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris dan mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan stres pada mahasiswa yang sedang membuat tugas akhir di STKIP Budidaya Binjai.

## 1.4 Hipotesis

Hipotesis sebagai bagian yang terpenting pada penelitian ini, karena hipotesis merupakan gagasan mengikat, berisi penjelasan tentatif dan membimbing pengamatan dan mencari data yang relevan melalui pertimbangan lain dan memprediksi konsekuensi tertentu. Pada penelitian ini, peneliti memilih *action hypothesis* dan membuat hipotesis adalah berikut: terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan stres pada mahasiswa yang sedang membuat tugas akhir di STKIP Budidaya Binjai.

## 1.5 Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat dari pelaksanaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

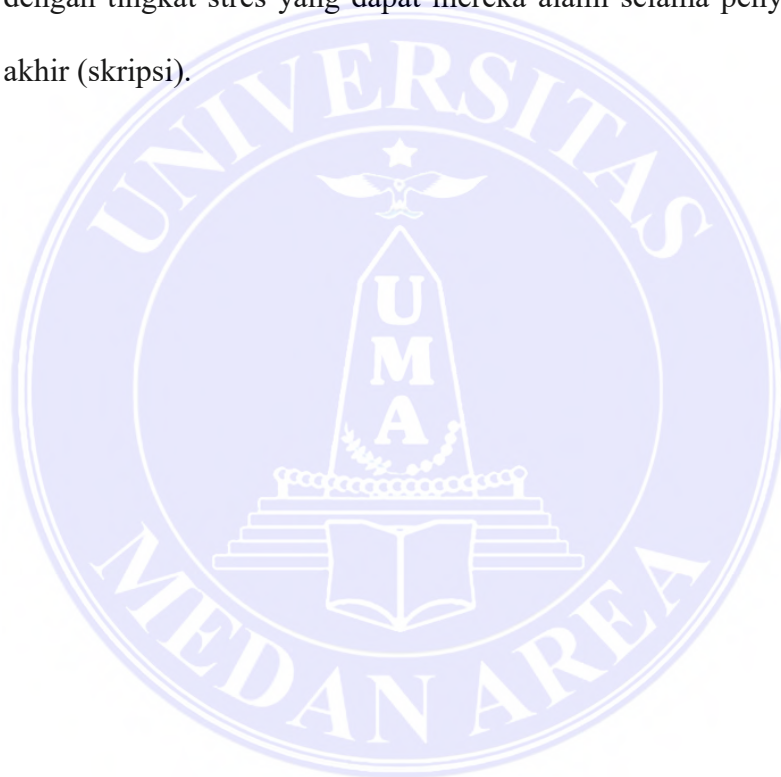
### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat meningkatkan atau menambah pengetahuan maupun wawasan peneliti mengenai ilmu pengetahuan khususnya bidang Psikologi

Perkembangan, yaitu berkaitan dengan dukungan sosial dan kecenderungan stres.

## 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai pemberian informasi bagi mahasiswa tingkat akhir untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres yang dapat mereka alami selama penyelesaian tugas akhir (skripsi).



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Kecenderungan Stres

##### 2.1.1 Definisi Kecenderungan Stres

Sebelum peneliti menjelaskan kecenderungan stres, maka terlebih dahulu peneliti menjelaskan tentang definisi kecenderungan dan stres. Kecenderungan berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2003) adalah berasal dari kata dasar cenderung yang memiliki arti minat, kesukaan, dan keinginan, sedangkan kecenderungan adalah makna dari kesudian, kesukaan atau keinginan, dan kecondongan. Peneliti mendefinisikan kecenderungan sebagai kemungkinan terjadi atau timbul dalam melakukan sesuatu. Sedangkan stres menurut Saleh, Russeng, & Tadjuddin (2020) stres adalah cara manusia untuk bereaksi baik secara fisik atau mental terhadap suatu perubahan, situasi, dan peristiwa dalam kehidupannya. Seseorang mengalami stres dengan cara dan alasan yang berbeda, reaksi yang didasarkan pada persepsi penderita tentang suatu peristiwa atau situasi, seperti apabila seseorang melihat situasi secara negatif, maka akan mungkin merasa tertekan, kewalahan, di luar kendali atau tertindas. Kemudian menurut Utami, Susilawati, & Ayu (2021) stres adalah fenomena multi dimensi yang kompleks berfokus pada hubungan yang dinamis antara seseorang dengan lingkungan. Perubahan fisiologis akibat ancaman, secara umum disebut respons stres. Individu yang tidak mempunyai kemampuan dalam menerima *stressor*

menimbulkan respons negatif, maka diperlukan keterampilan dan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dari stres.

Selain itu, Siagian dalam Sinambela (2016) bahwa stres adalah kondisi ketegangan yang berpengaruh terhadap kondisi fisik, emosi, dan jalan pikiran seseorang. Stres yang tidak dapat diatasi dengan baik biasanya berakibat pada ketidakmampuan seseorang dalam berinteraksi secara positif dengan lingkungannya, baik pada lingkungan pekerjaan maupun lingkungan luarnya.

Berdasarkan pengertian dari kecenderungan dan stres di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa kecenderungan stres merupakan kondisi yang dapat timbul dalam diri individu dalam memandang maupun mengalami suatu peristiwa yang menimbulkan tekanan atau kekhawatiran pada saat menjalaninya. Pada penelitian ini peneliti membahas tentang kecenderungan stres yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang melaksanakan atau mengerjakan tugas akhir. Hal yang umum dapat dirasakan oleh mahasiswa yang sedang melaksanakan tugas akhir adalah perasaan khawatir mengenai materi yang akan diteliti (kesulitan untuk mengumpulkan materi), kesulitan dalam menghubungi dosen pembimbing, serta kurang memahami topik yang sedang diteliti. Kondisi tersebut dapat menjadi penyebab timbulnya kecenderungan stres dalam diri mahasiswa yang akan menurunkan semangat atau motivasinya untuk menyelesaikan tugas akhir.

### **2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecenderungan Stres**

Ada enam faktor yang dapat mempengaruhi kecenderungan stres timbul dalam diri mahasiswa menurut Susapto (2018) adalah sebagai berikut:

1. Konflik dengan dosen dan teman

Suatu kondisi pada saat mahasiswa bermasalah atau berselisih pendapat dengan dosen dan teman kuliah.

2. Kondisi fisik

Suatu perubahan kondisi fisik yang dialami mahasiswa yang disebabkan oleh timbulnya stres dalam diri.

3. Lingkungan

Suatu tempat yang berada di luar atau di dalam kampus yang dapat mempengaruhi timbulnya stres dalam diri mahasiswa.

4. Ekonomi

Suatu keadaan yang berhubungan dengan finansial dalam mencukupi kebutuhan kuliah mahasiswa.

5. Keluarga

Respon dari keluarga atau orang-orang terdekat tentang perkuliahan mahasiswa.

6. Perilaku

Suatu tindakan atau aktivitas yang dilakukan oleh mahasiswa pada saat di dalam kampus atau di luar kampus.

Selain itu menurut Aryani (2016) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecenderungan stres dalam diri mahasiswa adalah berikut:

1. Frustrasi

Frustrasi yang dialami oleh mahasiswa dapat terjadi pada saat motif atau tujuannya mengalami hambatan untuk dicapai. Contoh: individu yang



dalam keadaan terdesak dan terburu-buru, tetapi mengalami hambatan untuk melakukan sesuatu akibat macet, serta individu yang berjuang keras, tetapi gagal.

## 2. Konflik

Konflik dapat dialami seseorang pada saat mendapatkan tekanan untuk berespon simultan terhadap dua atau lebih kekuatan-kekuatan yang berlawanan. Adapun 3 (tiga) jenis konflik yang umum dialami, yaitu:

### a. Konflik menjauh-menjauh

Individu terjerat oleh dua pilihan yang sama-sama tidak disukai atau disenangi, seperti contoh seorang pelajar atau mahasiswa yang sangat malas untuk belajar, tetapi enggan untuk memperoleh nilai yang kurang baik apalagi jika tidak naik kelas.

### b. Konflik mendekat-mendekat

Individu dapat terjerat pada dua pilihan yang diinginkannya, seperti suatu acara kerja kelompok yang menarik untuk diikuti, tetapi pada saat bersamaan ada film yang menarik untuk ditonton.

### c. Konflik mendekat-menjauh

Konflik yang dapat terjadi pada saat individu terjerat dalam situasi, dimana ia merasa tertarik terhadap sesuatu, tetapi sekaligus ingin menghindari dari situasi tertentu. Konflik tersebut paling sering dialami pada kehidupan sehari-hari, serta sulit untuk diselesaikan. Sebagai contoh pada saat seorang siswa atau mahasiswa mengikuti ujian, ia menyadari bahwa harus mempersiapkan diri secara maksimal saat

mendekati hari ujian, namun ia juga tidak dapat menghindari untuk bermain bersama teman-temannya.

### 3. Tekanan

Individu dapat mengalami tekanan yang berasal dari luar maupun dalam diri ataupun keduanya. Ambisi personal yang bersumber dari dalam, tetapi kadang dapat dikuatkan oleh harapan-harapan yang berasal dari luar diri individu tersebut.

### 4. *Self-Imposed*

Faktor ini berkaitan dengan bagaimana seseorang memaksakan atau memberikan beban terhadap dirinya sendiri. Sebagai contoh seorang siswa atau mahasiswa ingin menjadi paling hebat di kelas dan mengalahkan teman-temannya atau ia merasa takut pada saat menghadapi ujian karena akan takut gagal dan tidak dapat membanggakan orang tua.

### 5. Keluarga

Berbagai kondisi atau situasi yang dapat terjadi di dalam keluarga secara potensial menciptakan atau menimbulkan stres bagi anak. Orangtua yang jarang di rumah atau orangtua sering bertengkar mungkin akan dapat menghasilkan anak yang bermasalah kedepannya. Kondisi yang berat dapat dialami anak yang orangtuanya mengalami perceraian dapat menciptakan rasa percaya terhadap dunia sebagai tempat ia berlindung.

### 6. Dukungan Sosial di Sekolah/Kampus

Dukungan sosial yang dapat diterima oleh siswa atau mahasiswa berasal dari tenaga pengajar (guru atau dosen) dan teman sekelasnya. Tetapi

dukungan sosial yang rendah atau minim dapat menimbulkan stres dalam diri siswa atau mahasiswa, sebagai contoh adanya tekanan akademik, seperti cara tenaga pengajar dalam mengajar, beban mata pelajaran atau mata kuliah, tidak optimal dalam mengelola waktu belajar, dan ujian, serta adanya tekanan yang berasal dari teman sebaya berupa konflik, persaingan, penolakan kelompok sebaya, dan lainnya.

### 7. Lingkungan Fisik

Faktor ini berkaitan dengan kondisi lingkungan alam dan sekitarnya yang dapat membuat seorang individu tidak nyaman dan merasa stres, sebagai contoh seorang siswa atau mahasiswa tidak dapat belajar dengan nyaman karena cuaca yang panas, tinggal di lingkungan ramai atau lingkungan yang padat dan sesak yang membuat sulit untuk memiliki konsentrasi pada saat belajar.

Berdasarkan pendapat di atas, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan bahwa faktor yang mempengaruhi timbulnya kecenderungan stres dalam diri seseorang berasal dari respon yang kurang menyenangkan dari orang yang ada disekitarnya (teman sebaya maupun keluarga), kurangnya dukungan sosial dalam menjalankan aktivitas, ambisi personal, lingkungan tempat tinggal yang tidak kondusif, dan lainnya.

### 2.1.3 Penggolongan dalam Kecenderungan Stres

Stres dapat digolongkan menjadi enam bagian menurut Sunaryo dalam Botutihe, Suintin, & Tiala (2022), yaitu:

1. Stres fisik

Dapat disebabkan oleh suhu atau temperatur yang tinggi atau rendah, suara bising, sinar terlalu terang, dan lainnya.

2. Stres kimiawi

Dapat disebabkan karena asam-basa kuat, obat-obatan, hormone, zat beracun, dan gas.

3. Stres mikrobiologik

Dapat disebabkan oleh virus, bakteri, dan parasit yang dapat menimbulkan penyakit.

4. Stres fisiologik

Dapat disebabkan oleh gangguan struktur, organ, fungsi jaringan, dan sistemik sehingga menimbulkan fungsi tubuh tidak normal.

5. Stres proses pertumbuhan dan perkembangan

Dapat disebabkan oleh gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada masa bayi hingga menjadi tua.

6. Stres psikis atau emosional

Dapat disebabkan oleh gangguan hubungan interpersonal, sosial budaya, dan keamanan.

Berdasarkan pendapat di atas, maka disimpulkan golongan stres yang timbul dalam diri seseorang dapat disebabkan dari fisik, kimiawi, mikrobiologik, fisiologik, proses pertumbuhan dan perkembangan dari bayi hingga menjadi tua, dan psikis.

#### 2.1.4 Pendekatan Kecenderungan Stres

Menurut Sinambela (2016) bahwa ada empat pendekatan terhadap stres adalah sebagai berikut:

1. Pendekatan dukungan sosial

Pendekatan dilaksanakan melalui aktivitas yang bertujuan memberikan kepuasan sosial kepada seseorang.

2. Pendekatan meditasi

Pendekatan yang perlu dilaksanakan seseorang dengan cara berkonsentrasi ke alam pikiran, menenangkan emosi, dan mengendorkan kerja otot.

3. Pendekatan *biofeedback*

Pendekatan dilaksanakan melalui bimbingan medis, seperti bimbingan dokter, psikolog, dan psikiater sehingga diharapkan seseorang dapat menghilangkan stres yang dialaminya.

4. Pendekatan program kesehatan pribadi

Pendekatan ini adalah pendekatan preventif sebelumnya terjadinya stres, dimana seseorang dalam periode waktu tertentu memeriksa kesehatan, pengaturan gizi, melakukan relaksasi otot, dan olahraga secara teratur.

Berdasarkan pendapat di atas, maka peneliti menyimpulkan pendekatan yang perlu dilakukan kepada seseorang yang mengalami stres adalah dengan mendapatkan dukungan yang positif dari orang disekitarnya, melakukan meditasi, menjalani bimbingan medis dengan tenaga profesional (psikolog atau psikiater), dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala hingga menjaga pola makan dan melakukan olahraga rutin.



### 2.1.5 Tahapan Kecenderungan Stres

Menurut Amberg dalam Ditjen Yankes Yogyakarta yang dikutip oleh Saleh, Russeng, & Tadjuddin (2020) bahwa ada enam tahapan stres yang dapat diketahui sebagai langkah awal untuk mengetahui atau mengenali stres, yaitu:

1. Tahap pertama adalah tahapan stres yang paling ringan dimana biasanya ditandai dengan semangat dalam bekerja berlebihan, penglihatan lebih tajam, merasa mampu untuk menyelesaikan pekerjaan lebih namun tanpa disadari cadangan energi habis dan timbul rasa gugup yang berlebihan.
2. Tahap ke dua adalah tahapan yang mulai timbul keluhan seperti merasa letih sewaktu bangun pagi, badan tidak terasa segar, mudah merasa lelah setelah makan siang ataupun menjelang sore, lambung tidak nyaman, otot punggung dan tengkuk terasa tegang dan tidak bisa merasa santai, serta jantung berdebar-debar.
3. Tahap ke tiga adalah muncul keluhan yang semakin nyata, seperti gangguan lambung atau usus, perasaan tidak tenang, ketegangan otot semakin terasa, ketegangan emosional yang semakin meningkat, tubuh terasa lemah (tidak bertenaga) dan gangguan pola tidur.
4. Tahap ke empat adalah muncul gejala seperti ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas rutin karena perasaan bosan, kehilangan semangat, muncul rasa takut dan cemas yang tidak jelas penyebabnya, terlalu lelah karena gangguan pola tidur, dan kemampuan dalam mengingat dan konsentrasi yang menurun.

5. Tahap ke lima adalah kelelahan fisik sangat terasa, tidak mampu dalam menyelesaikan pekerjaan yang ringan dan sederhana, semakin terjadi peningkatan rasa takut dan cemas, dan gangguan pada sistem pencernaan yang semakin berat.
6. Tahap ke enam adalah tahap puncak yang ditandai dengan timbulnya rasa panik dan takut mati, kesulitan untuk bernapas, adanya kemungkinan terjadi kolaps atau pingsan, jantung berdetak cepat, serta tubuh gemetar dan berkeringat.

Berdasarkan pendapat di atas menunjukkan tahapan seseorang mengalami stres dimulai dari energi tubuh yang habis, kondisi tubuh yang menurun (merasa lelah), kelelahan fisik yang semakin berat hingga tidak mampu menyelesaikan pekerjaan yang ringan, serta timbulnya rasa panik hingga kesulitan bernapas, dan lainnya.

## **2.2 Dukungan Sosial**

### **2.2.1 Definisi Dukungan Sosial**

Dukungan sosial diartikan sebagai informasi verbal atau non verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku (Gotlieb dalam Irwan, 2018). Dukungan sosial adalah sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu dalam menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi

sehari-hari dalam kehidupan. Dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, tetangga, dan orang lainnya (Irwan, 2018).

Dukungan sosial adalah bantuan atau dukungan yang diterima seseorang dari orang-orang tertentu yang ada dalam kehidupannya dan berada di dalam lingkungan sosial tertentu yang membuat si penerima merasa dicintai, dihargai, dan diperhatikan. Orang yang menerima dukungan sosial dapat memahami makna dukungan sosial yang diberikan kepada orang lain (Tumanggor, Ridlo, & Nurochim, 2017).

Dukungan sosial merupakan kenyamanan, penghargaan, dan perhatian yang diandalkan pada saat individu mengalami kesulitan. Dukungan sosial ini lebih mengarah pada tingkat individual yang merupakan sesuatu dimiliki setiap orang dan dapat diukur dengan menggunakan pertanyaan tertentu. Tingkat dukungan sosial ini dapat tergantung pada kebiasaan seseorang atau kemampuan sosial yang dimiliki seseorang. Konstruk ini dapat diukur dengan mengetahui aspek dukungan sosial yang diterima dari orang lain, sehingga pada akhirnya timbul beberapa asumsi. Asumsi pertama adalah dukungan sosial mengukur aspek eksternal dari komunitas seseorang. Sedangkan asumsi ke dua menganggap bahwa dukungan sosial sebagai karakteristik dari jaringan komunitas dan tidak memiliki sifat yang individual (Orford dalam Saranani, Setiawan, & Asraf, 2022).

Sarafino (1998) juga mendefinisikan dukungan sosial mengacu pada memberikan kenyamanan pada orang lain, serta merawat atau menghargai orang tersebut.

Berdasarkan pendapat di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan dukungan sosial sebagai suatu perilaku memberikan perhatian, semangat, motivasi kepada individu yang membuat dirinya merasa dihargai, dihormati, dan dicintai oleh orang yang ada disekitarnya.

### **2.2.2 Faktor-faktor Mempengaruhi Dukungan Sosial**

Menurut Stanley dalam Irwan (2018) bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dukungan sosial sebagai berikut:

#### **1. Kebutuhan fisik**

Kebutuhan fisik yang dimaksud adalah sandang, pangan, dan papan. Jika seseorang tidak tercukupi kebutuhan fisiknya, maka seseorang tersebut dapat dikatakan kurang mendapat dukungan sosial.

#### **2. Kebutuhan sosial**

Aktualisasi diri yang baik maka seseorang lebih dikenal oleh masyarakat dibanding orang yang tidak pernah bersosialisasi di masyarakat. Seseorang yang memiliki aktualisasi diri yang baik akan cenderung selalu ingin mendapatkan pengakuan di dalam kehidupan masyarakat. Oleh karena itu, pengakuan sangat diperlukan dalam memberikan penghargaan.

#### **3. Kebutuhan psikis**

Kebutuhan psikis yang dimaksud adalah rasa ingin tahu, perasaan religius, rasa aman yang tidak mungkin dapat terpenuhi tanpa adanya bantuan dari orang lain. Apalagi apabila orang tersebut sedang menghadapi masalah baik ringan atau berat, maka orang tersebut cenderung mencari dukungan

sosial dari orang disekitarnya, sehingga dirinya akan merasa dicintai, dihargai, dan diperhatikan.

Berdasarkan pendapat di atas, maka peneliti menyimpulkan dukungan sosial individu dapat dipengaruhi oleh kebutuhan fisik, kebutuhan sosial yang berasal dari orang-orang yang ada dilingkungannya, dan kebutuhan psikis yang ada dalam diri seseorang untuk dicintai, dihargai maupun dihormati.

### **2.2.3 Aspek-aspek Dukungan Sosial**

Menurut Weiss dalam Cutrona (1994) bahwa terdapat enam aspek yang terkandung dalam dukungan sosial, yaitu:

#### **1. Kelekatan**

Jenis dukungan sosial ini memungkinkan individu memperoleh kelekatan emosional, sehingga menciptakan rasa aman bagi orang yang menerima.

#### **2. Integrasi Sosial**

Dukungan sosial ini dapat memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan mempunyai suatu kelompok yang memungkinkannya dapat membagi minat, perhatian, dan melaksanakan aktivitas bersifat rekreatif secara serempak dan dapat menghilangkan perasaan kecemasan walaupun hanya terjadi sesaat.

#### **3. Adanya Pengakuan**

Dukungan sosial ini menunjukkan bahwa seseorang mendapat pengakuan atas kemampuan dari keahliannya, serta mendapat penghargaan dari orang lain maupun lembaga.



#### 4. Ketergantungan untuk Diandalkan

Seseorang mendapat dukungan sosial yang nanti akan dapat diandalkan baik diri sendiri, guru, dan teman sebagai yang akan memberi bantuan pada saat mengalami kesulitan.

#### 5. Bimbingan

Pada dukungan sosial ini menunjukkan adanya hubungan kerja atau hubungan sosial yang memungkinkan orang memperoleh informasi, saran maupun nasehat yang dapat dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang akan dihadapi.

#### 6. Kesempatan untuk Merasa Dibutuhkan

Pada dukungan sosial ini adalah paling penting dalam menjalin hubungan interpersonal akan perasaan yang dibutuhkan atau diperlukan orang lain.

Aspek-aspek yang terkandung dalam dukungan sosial menurut Sarafino (1998) terbagi atas lima, yaitu:

##### 1. Dukungan Emosi

Pada dukungan sosial ini menunjukkan ekspresi empati, perhatian, dan kepedulian kepada seseorang.

##### 2. Dukungan Penghargaan

Pada dukungan ini akan menunjukkan ekspresi orang tentang hal positif mengenai orang tersebut, membesarkan hati, menyetujui dengan ide-ide atau perasaan yang dialami seseorang, adanya perbandingan positif yang terjadi antara individu tersebut dengan individu lain.

### 3. Dukungan Instrumen

Pada dukungan ini adanya bantuan langsung seperti apabila seseorang diberi atau dipinjami uang atau dibantu dengan melakukan tugas pada saat seseorang sedang mengalami stres.

### 4. Dukungan Informasi

Pada dukungan ini adalah adanya pemberian nasehat, saran atau dengan memberikan umpan balik tentang bagaimana orang tersebut berada dalam keadaan stres.

### 5. Dukungan Jaringan Sosial

Pada dukungan ini dapat terjadi dengan memberikan perasaan bahwa seseorang merupakan anggota dari kelompok tertentu dan mempunyai minat yang sama. Rasa kebersamaan pada anggota kelompok merupakan suatu dukungan bagi seseorang.

Berdasarkan pendapat di atas menunjukkan seseorang merasa mendapatkan dukungan sosial dari orang disekitarnya adalah dengan mendapatkan kepedulian, perasaan dicintai maupun dihargai, apresiasi pencapaian, mendapatkan bantuan moril maupun materil, memberikan arahan atau masukan yang positif, dan diterima dilingkungan sosial.

## 2.3 Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kecenderungan Stres

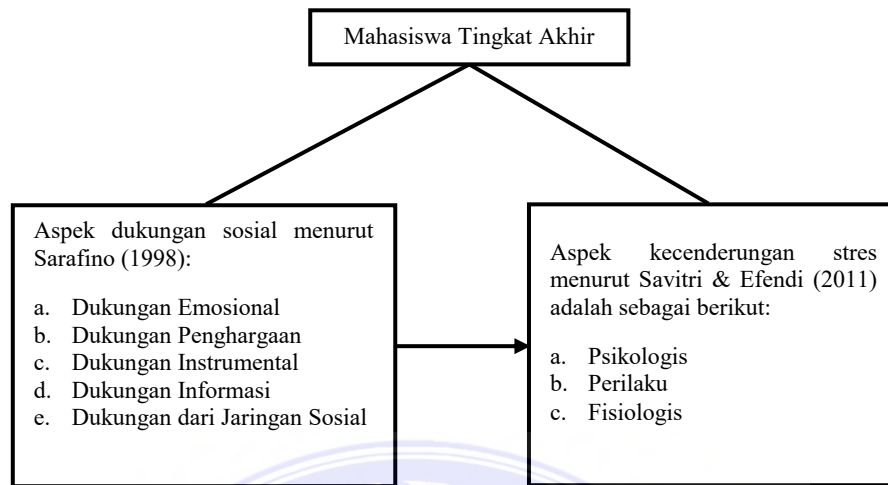
Dukungan sosial dapat mengurangi stres yang dialami seseorang. Seseorang yang mengalami stres akan berkurang apabila mendapat dukungan sosial dari mentor, teman sejawat atau sahabat, keluarga, dan lainnya. Dukungan sosial yang dapat dirasakan langsung oleh mahasiswa umumnya berasal dari

teman sejawat yang tidak jarang sebagai pihak yang dibutuhkan mahasiswa dalam bertukar informasi terkait perkuliahan maupun mengenai tugas akhir. Jika dukungan sosial tinggi akan membuat mahasiswa semakin termotivasi dalam menyelesaikan tugas akhir dan dapat meminimalisir timbulnya stres. Sebaliknya, jika dukungan sosial rendah cenderung menimbulkan stres dalam benak mahasiswa akibat dari tidak adanya pihak yang bersedia untuk membantu atau mendukungnya dalam proses penyelesaian skripsi.

Berdasarkan pendapat Astuti & Hartati (2013) menyatakan bahwa stres dapat timbul jika tuntutan dari lingkungan telah melebihi kapasitas kemampuan dalam melakukan coping dari individu bersangkutan. Oleh karena itu, stres dapat menimbulkan penurunan harga diri, efikasi diri yang rendah dan memiliki anggapan kurangnya kemampuan dalam mengendalikan peristiwa atau kejadian yang penting. Dengan demikian dalam menghadapi keadaan tersebut fungsi dari dukungan sosial sebaiknya dapat menghilangkan atau menghindarkan individu dari adanya stres. Berdasarkan hasil penelitian dari Lestari, Ruzain, & Rosyida (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang terjadi antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres pada mahasiswa tingkat akhir. Dukungan sosial yang semakin tinggi, maka akan semakin rendah stres yang dialami mahasiswa pada saat menyusun skripsi.

## 2.4 Kerangka Konseptual

Model kerangka konseptual pada penelitian ini dapat dilihat pada Gambar 2.1 berikut.



**Gambar 1.1 Kerangka Konseptual**

Sumber: Hasil Olahan Peneliti (2023)



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini pada pada STKIP Budidaya Binjai yang beralamat di Jl. Gaharu No. 147, Jatimakmur, Binjai Utara, Jati Makmur, Kec. Binjai, Kota Binjai, Sumatera Utara 20746. Waktu penelitian dimulai Juni 2023-Oktober 2023.

#### 3.2 Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Rukajat (2018) metode deskriptif adalah penelitian yang menggambarkan fenomena yang terjadi secara aktual, nyata, dan realistik yang terjadi pada saat ini, karena dalam penelitian deskriptif akan membuat gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat tentang hubungan antar fenomena diteliti.

#### 3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

##### 1. Variabel Independen (X)

Variabel independen pada penelitian ini adalah dukungan sosial. Dukungan sosial adalah hubungan dekat seseorang kepada orang disekitarnya, dimana seseorang merasa dihargai, diperhatikan, dan dihormati pada saat dalam jaringan komunikasi.

- a. Dukungan emosional
- b. Dukungan penghargaan
- c. Dukungan instrumental



- d. Dukungan informasi
- e. Dukungan dari jaringan sosial (Sarafino, 1998).

Untuk mengetahui dukungan sosial peneliti menggunakan skala yang dibuat berdasarkan teori *Student Social Support Scale* oleh Malecki & Elliott (1999). Pada penilaian skala tersebut menyatakan bahwa semakin tinggi nilai yang diperoleh, maka akan menunjukkan dukungan sosial diberikan semakin tinggi, serta begitu pula sebaliknya.

## 2. Variabel Dependen (Y)

Variabel dependen pada penelitian ini adalah kecenderungan stres. Kecenderungan stres merupakan kondisi yang dapat timbul dalam diri individu dalam memandang maupun mengalami suatu peristiwa yang menimbulkan tekanan atau kekhawatiran pada saat menjalaninya. Aspek-aspek kecenderungan stres berupa reaksi psikologis, perilaku, dan fisiologis (Savitri & Efendi, 2011).

### 3.4 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Swarjana (2022) bahwa populasi merupakan keseluruhan orang atau objek yang hasil penelitian nantinya akan digeneralisasikan. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di STKIP Budidaya Binjai yang berjumlah sebesar 59 orang.

**Tabel 1.1 Populasi Penelitian**

<b>No.</b>	<b>Program Studi</b>	<b>Jumlah</b>
1	Bimbingan dan Konseling	20 Orang
2	Pendidikan Bahasa Inggris	19 Orang
3	Pendidikan Matematika	20 Orang
<b>Total</b>		<b>59 Orang</b>

Teknik pengambilan sampel yang berlaku pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Teknik tersebut digunakan pada populasi penelitian yang relatif kecil, sehingga seluruh populasi akan digunakan sebagai sampel penelitian. Dengan demikian jumlah responden penelitian ini adalah 59 orang (mahasiswa).

### **3.5 Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang berlaku pada penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner dan wawancara.

#### **1. Kuesioner**

Pengumpulan data dengan memberikan pernyataan dalam bentuk kuesioner kepada responden penelitian yang akan menjawab pernyataan tersebut sesuai dengan pemahaman maupun pandangan mereka. Kuesioner penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup, dimana berisi pernyataan yang jawabannya dalam bentuk pilihan.

Skala pengukuran pada penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan menggunakan 4 pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Pernyataan akan disusun berdasarkan *favorable* dan *unfavorable*.

a. Penilaian *favorable*

- 1) Sangat Setuju (SS) skor 5
- 2) Setuju (S) skor 4
- 3) Kurang Setuju (KS) skor 3
- 4) Tidak Setuju (TS) skor 2
- 5) Sangat Tidak Setuju (STS) skor 1

b. Penilaian *unfavorable*

- 1) Sangat Setuju (SS) skor 1
- 2) Setuju (S) skor 2
- 3) Kurang Setuju (KS) skor 3
- 4) Tidak Setuju (TS) skor 4
- 5) Sangat Tidak Setuju (STS) skor 5

2. Wawancara

Pengumpulan data dengan melakukan tanya jawab kepada perwakilan responden penelitian mengenai topik yang diteliti yang akan berguna untuk mengumpulkan informasi tambahan yang peneliti butuhkan.

### 3.6 Validitas dan Reliabilitas

Penjelasan uji validitas dan reliabilitas adalah sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Menurut Rukajat (2018) uji validitas instrumen dapat digunakan untuk mengukur seberapa besar ketepatan maupun kecermatan suatu alat ukur di dalam melakukan fungsinya. Rumus uji validitas dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* adalah sebagai berikut:

$$r = \frac{n \sum x_1 y_1 - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum x_1^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r = Koefisien validitas butir pernyataan yang dicari

X = Skor butir pernyataan

Y = Skor total pernyataan

n = Jumlah responden

Selanjutnya, langkah berikutnya adalah menentukan nilai  $t_{hitung}$  dengan menggunakan rumus berikut:

$$t_{hitung} = \frac{r \sqrt{(n-2)}}{\sqrt{(1-r^2)}}$$

Kriteria dalam penentuan pernyataan dikatakan valid atau tidak adalah sebagai berikut:

- Nilai  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  pada *alpha* (0.05), maka dikatakan pernyataan adalah valid.
- Nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  pada *alpha* (0.05), maka dikatakan pernyataan adalah tidak valid.

## 2. Uji Reliabilitas

Menurut Rukajat (2018) uji reliabilitas dapat menunjukkan kemampuan instrumen penelitian dalam mengungkap data yang layak untuk dipercaya.

Menurut Arikunto (2013) analisis reliabilitas internal dapat menggunakan pendekatan *Alpha Cronbach*:

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \cdot \left( \frac{\sum \sigma_b^2}{\sum t^2} \right)$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Nilai reliabilitas instrumen

$k$  = Jumlah butir pernyataan

$Y$  = Skor total pernyataan

$\sum \sigma_b^2$  = Jumlah varian butir

$\sum t^2$  = Varian total

### 3.7 Metode Analisis Data

Metode analisis data menggunakan korelasi *pearson* atau *product moment correlation*. Menurut Muhid (2019) terdapat dua rumus yang digunakan untuk menghitung koefisien korelasi, yaitu:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2 y^2)}}$$

dan

$$r_{xy} = \frac{n \sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{\{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2\} \{n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Korelasi antara variabel x dan y

$x$  =  $(x_i - \bar{x})$

$y$  =  $(y_i - \bar{y})$

Tanda pada nilai koefisien korelasi dapat berpengaruh pada penafsiran terhadap hasil analisis korelasi, yaitu:

1. Tanda positif (+) pada nilai koefisien korelasi menunjukkan terdapat arah hubungan searah yang berarti bahwa hubungan ke dua variabel (x dan y)



berbanding lurus. Semakin tinggi  $x$  maka akan diikuti dengan semakin tinggi  $y$ , dan sebaliknya.

2. Tanda negatif (-) pada nilai koefisien korelasi menunjukkan terdapat arah hubungan berlawanan yang berarti hubungan ke dua variabel ( $x$  dan  $y$ ) berbanding terbalik. Semakin tinggi  $x$  maka akan diikuti semakin rendah  $y$ , dan sebaliknya.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan dukungan sosial dengan kecenderungan stres pada mahasiswa yang sedang membuat tugas akhir di STKIP Budidaya Binjai yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka selanjutnya dapat ditarik beberapa kesimpulan berikut:

1. Hasil analisis data yang diperoleh dengan menggunakan metode *product moment correlation* adalah hipotesis diterima bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan stres karena hasil  $R_{xy} = -0.279$  dan nilai signifikansi sebesar  $0.0110 < 0.05$ .
2. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) dari hubungan dukungan sosial dengan kecenderungan stres adalah 0.110. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecenderungan stres dibentuk oleh dukungan sosial sebesar 11%, dan selebihnya dapat dibentuk oleh aspek dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan dari jaringan sosial.
3. Hasil *mean* empirik yang diperoleh dari masing-masing variabel adalah dukungan sosial sebesar 67.32 dan kecenderungan stres sebesar 96.41. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial adalah normal dan kecenderungan stres tergolong tinggi.

## 5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti mengemukakan saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Mahasiswa STKIP Budidaya Binjai

Untuk meminimalisir tingkat stres dalam diri mahasiswa sebaiknya dapat saling mendukung pada saat melaksanakan tugas akhir dengan cara terbuka dalam memberikan informasi mengenai penyusunan atau penyelesaian tugas akhir yang berlaku di STKIP Budidaya Binjai, menyediakan waktu untuk berdiskusi tentang tugas akhir, memberikan masukan atas tugas akhir, memberikan apresiasi, dan sebagainya. Selain itu bagi mahasiswa agar meminimalisir stres dengan istirahat yang cukup, konsumsi makanan yang sehat atau bergizi, melakukan olahraga, dan memiliki manajemen waktu yang baik.

### 2. STKIP Budidaya Binjai

Pihak fakultas dapat memberikan arahan kepada mahasiswa mengenai pentingnya untuk saling mendukung dalam proses penyelesaian tugas akhir.

### 3. Bagi Peneliti Berikutnya

Bagi peneliti berikutnya dapat menambah variabel lain, karena mengingat masih terdapat 89% faktor atau variabel lain, seperti frustrasi, tekanan, konflik, *self-imposed*, keluarga, dan lingkungan fisik yang dapat digunakan untuk mengetahui atau menguji hubungan terhadap kecenderungan stres pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir.



## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan Sosial pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi (Studi Fenomenologis pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP). *Jurnal Psikologi Undip*, Vol.12, No.1.
- Aryani, F. (2016). *Stres Belajar: Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*. Sulawesi Tengah: Edukasi Mitra Grafika.
- Arikunto, S. (2013). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Botutihe, F., Suintin, & Tiala, H. (2022). *Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres Dengan Gangguan Pola Menstruasi*. Sulawesi Selatan: CV. Ruang Tentor.
- Cutrona, C. (1994). Perceived parental social support & academic achievement. an attachment theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Da'awi, M. M., & Nisa, W. I. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Stres Dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, Volume 1, No. 1, Hal. 067–075.
- Irwan. (2018). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: CV. Absolute Media.
- Izmi, F. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Penyusun Tugas Akhir*. Semarang: Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
- Kaswan. (2019). *Perubahan dan Pengembangan Organisasi*. Bandung: Yrama Widya.
- Lestari, W., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Covid-19 Semester Genap Tahun Ajaran 2019/2020. *PSIMPHONI*, Vol. 1 No. 2, 93-98.
- Malecki, C., & Elliott, S. (1999). Adolescents' ratings of perceived social support and its importance: Validation of the Student Social Support Scale. *Psychology in the Schools*, 36, 473-483.
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik dengan SPSS for Windows*. Sidoarjo: Zifatama Jawa.
- Ni'mah, A., Tadjri, I., & Kurniawan, K. (2014). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Self Efficacy dalam Menyelesaikan Skripsi. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3 (1), 43-48.



- Putri, H. M., & Febriyanti, D. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, Volume 9 (Nomor 5), Halaman 375-383.
- Rukajat, A. (2018). Pendekatan Penelitian Kuantitatif: Quantitative Research Approach. Yogyakarta: Deepublish.
- Saleh, L. M., Russeng, S. S., & Tadjuddin, I. (2020). *Manajemen Stres Kerja*. Yogyakarta: Deepublish.
- Santo, A. T., & Alfian, I. N. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir. *BRPKM*, Vol. 1(1), 370-378.
- Sarafino, E. (1998). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Saranani, F., Setiawan, M., & Asraf. (2022). *Stres Kerja*. Jawa Barat: CV. Media Sains Indonesia.
- Savitri, I., & Efendi, S. (2011). *Kenali Stres*. Jakarta: PT Balai Pustaka (Persero).
- Seto, S. B., Wondo, M. T., & Mei, M. F. (2020). Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi). *Jurnal Basicedu*, Volume 4, Nomor 3, Halm. 733 - 739.
- Sinambela, L. P. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia: Membangun Tim Kerja yang Solid untuk Meningkatkan Kinerja*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Susapto, D. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Muhammadiyah Magelang. *Skripsi Universitas Muhammadiyah Magelang*.
- Swarjana, I. K. (2022). *Populasi-Sampel Teknik Sampling & Bias dalam Penelitian*. Yogyakarta : ANDI.
- Tasalim, R., & Cahyani, A. R. (2021). *Stres Akademik dan Penanganannya*. Jawa Barat: Guepedia.
- Tumanggor, R., Ridlo, K., & Nurochim. (2017). *Ilmu Sosial dan Budaya Dasar*. Jakarta: Kencana.
- Utami, T. N., Susilawati, & Ayu, D. (2021). *Manajemen Stress Kerja Suatu Pendekatan Integrasi Sains dan Islam*. Medan: CV. Merdeka Kreasi Group.

**Lampiran 1.1 Blue Print****BLUE PRINT DUKUNGAN SOSIAL**

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorabel</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah Item</b>		
Dukungan Emosional	Empati	1. Teman saya memiliki empati saat saya dalam proses mengerjakan tugas akhir	16. Tidak peduli dengan kesulitan saya dalam mengerjakan tugas akhir	6		
		Perhatian	2. Saya dapat bertukar pikiran kepada teman mengenai tugas akhir saya		17. Saya hanya mendapat tekanan pada saat menceritakan permasalahan dalam tugas akhir saya	
			3. Saya selalu merasa senang saat teman mengingatkan saya untuk segera menyelesaikan tugas akhir		18. Saya tidak mendapatkan perhatian dari teman-teman saya	
	Dukungan Penghargaan	Perasaan berharga	4. Teman saya meyakini bahwa saya mendapatkan hasil yang baik		19. Tidak mengapresiasi dalam mengerjakan tugas akhir	6
			5. Teman saya selalu menemani saya saat kesulitan dalam menangani tugas akhir		20. Teman saya selalu meninggalkan saya saat sedang kesulitan dalam pengerjaan tugas akhir	
			Dorongan untuk maju		6. Teman saya percaya bahwa saya	

Aspek	Indikator	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah Item
Dukungan Instrumental	Bantuan materi	mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu 7. Teman saya bersedia memberikan masukan tentang materi yang kurang dalam karya ilmiah saya	saya mampu menyelesaikan tugas akhir 22. Tidak ada teman yang bersedia membantu saya mencari materi tugas akhir 23. Saya tidak membutuhkan bantuan dari teman saya	6
	Bantuan waktu dan tenaga	9. Teman saya bersedia menyediakan waktu dan tenaga pada saat proses penyelesaian tugas akhir	24. Teman saya sibuk dengan aktivitasnya masing-masing	
Dukungan Informasi	Pemberian arahan	10. Arahan dalam proses penyelesaian tugas akhir di kampus saya disampaikan secara jelas dan mudah untuk dimengerti oleh setiap mahasiswa 11. Revisi tugas	25. Arahan yang diberikan tidak dapat membantu saya untuk menyelesaikan tugas akhir 26. Saya sulit memahami revisi tugas akhir saya	6

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b><i>Favorabel</i></b>	<b><i>Unfavorable</i></b>	<b>Jumlah Item</b>
		akhir yang saya terima mudah saya pahami dan perbaiki		
	Pemberian saran	12. Saran yang diberikan oleh teman saya akan langsung saya ikuti	27. Saya tidak suka diatur atau diberi saran	
Dukungan Jaringan Sosial	Suasana lingkungan pergaulan	13. Suasana lingkungan pertemanan saya terasa nyaman untuk saya membuka diri mengenai kesulitan tugas akhir saya	28. Lingkungan pertemanan saya tidak membuat saya merasa nyaman	6
		14. Teman-teman saya sedang dalam proses penyelesaian tugas akhir	29. Lingkungan pertemanan saya tidak sedang dalam penyelesaian tugas akhir	
	Meningkatkan minat	15. Teman saya selalu memberikan semangat, sehingga membangkitkan minat saya untuk menyelesaikan tugas akhir	30. Teman saya selalu membuat saya tidak memiliki motivasi	
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>30</b>

### **BLUE PRINT KECENDERUNGAN STRES**

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorabel</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah Item</b>
Psikologis	Kemampuan berkonsentrasi	1. Saya mudah berkonsentrasi	16. Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan tugas akhir	10
		2. Saya cepat memahami revisi tugas akhir	17. Saya tidak paham tentang revisi tugas akhir saya	
	Kontrol atas perasaan	3. Saya merasa bahagia saat membahas mengenai tugas akhir	18. Saya merasa tertekan saat ditanya mengenai perkembangan tugas akhir	
		4. Antusias saya sangat tinggi untuk menyelesaikan tugas akhir lebih cepat	19. Saya tidak antusias untuk menyelesaikan tugas akhir tepat waktu	
		5. Saya dapat mengontrol emosi saya	20. Saya lebih suka meluapkan emosi saya	
Perilaku	Pengambilan keputusan	6. Saya mempertimbangkan secara matang	21. Saya gegabah dalam mengambil keputusan	10



		dalam mengambil keputusan	22. Saya tidak bisa mengambil keputusan sendiri	
		7. Saya mampu mengambil keputusan sendiri	23. Saya tidak suka saat diberikan masukan dan arahan dalam proses penyelesaian tugas akhir saya	
		8. Saya membuka diri untuk mendapatkan masukan dan arahan mengenai tugas akhir saya		
	Aktivitas pertemanan/ pergaulan	9. Saya bersedia berkumpul dan berbagi informasi tentang tugas akhir kepada teman-teman saya	24. Saya menghindari dari lingkungan pergaulan saya	
		10. Saya bersedia membantu teman saya yang mengalami kesulitan saat menyelesaikan tugas akhir	25. Saya lebih suka menyendiri dan tidak suka berbagi informasi	
Fisiologis	Perubahan kondisi tubuh	11. Saya merasa tubuh saya lebih bugar dari biasanya	26. Tubuh saya semakin cepat lelah	10
		12. Berat badan saya stabil	27. Berat badan saya menurun	
	Kondisi kesehatan dalam tubuh	13. Pencernaan saya cukup baik	28. Saya sering merasa sakit dibagian perut	
		14. Saya tidak pernah merasa pusing dalam menyelesaikan	29. Kepala saya sering pusing saat memikirkan hal	

	tugas akhir	yang berat	
	15. Saya tidak	terutama dalam	
	pernah tiba-tiba	menyelesaikan	
	merasa sakit pada	tugas akhir	
	bagian tubuh	30. Seluruh tubuh	
	tertentu	saya terasa sakit	
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>30</b>

**Lampiran 1.2 Kuesioner Penelitian  
IDENTITAS RESPONDEN**

1. Nama:
2. Jenis Kelamin:
  - Pria
  - Wanita
3. Jurusan:

**PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER:**

Di bawah ini terdapat sejumlah pernyataan. Baca dan pahami setiap pernyataan dengan seksama, kemudian berikan respon saudara dengan cara memberikan tanda silang (X) atau conteng (√) pada kolom yang telah tersedia dengan satu pilihan jawaban.

Keterangan:

SS = Sangat Setuju

**S** = Setuju

**KS** = Kurang Setuju

**TS** = Tidak Setuju

**STS** = Sangat Tidak Setuju

### Dukungan Sosial

No.	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1	Teman saya memiliki empati saat saya dalam proses mengerjakan tugas akhir					
2	Saya dapat bertukar pikiran kepada teman mengenai tugas akhir saya					
3	Saya selalu merasa senang saat teman mengingatkan saya untuk segera menyelesaikan tugas akhir					
4	Teman saya meyakini bahwa saya mendapatkan hasil yang baik					
5	Teman saya selalu menemani saya saat kesulitan dalam menangani tugas akhir					
6	Teman saya percaya bahwa saya mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu					
7	Teman saya bersedia memberikan masukan tentang materi yang kurang dalam karya ilmiah saya					
8	Teman saya bersedia membantu saya dalam menemukan referensi yang saya butuhkan untuk tugas akhir saya					
9	Teman saya bersedia menyediakan waktu dan tenaga pada saat proses penyelesaian tugas akhir					
10	Arahan dalam proses penyelesaian tugas akhir di kampus saya disampaikan secara jelas dan mudah untuk dimengerti oleh setiap mahasiswa					
11	Revisi tugas akhir yang saya terima mudah saya pahami dan perbaiki					
12	Saran yang diberikan oleh teman saya akan langsung saya ikuti					
13	Suasana lingkungan pertemanan saya terasa nyaman untuk saya membuka diri mengenai kesulitan tugas akhir saya					
14	Teman-teman saya sedang dalam proses penyelesaian tugas akhir					
15	Teman saya selalu memberikan semangat, sehingga membangkitkan minat saya untuk menyelesaikan tugas akhir					
16	Tidak peduli dengan kesulitan saya dalam mengerjakan tugas akhir					
17	Saya hanya mendapat tekanan pada saat menceritakan permasalahan dalam tugas akhir saya					
18	Saya tidak mendapatkan perhatian dari teman-teman saya					
19	Tidak mengapresiasi dalam mengerjakan tugas akhir					

No.	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
20	Teman saya selalu meninggalkan saya saat sedang kesulitan dalam pengerjaan tugas akhir					
21	Teman saya pesimis bahwa saya mampu menyelesaikan tugas akhir					
22	Tidak ada teman yang bersedia membantu saya mencari materi tugas akhir					
23	Saya tidak membutuhkan bantuan dari teman saya					
24	Teman saya sibuk dengan aktivitasnya masing-masing					
25	Arahan yang diberikan tidak dapat membantu saya untuk menyelesaikan tugas akhir					
26	Saya sulit memahami revisi tugas akhir saya					
27	Saya tidak suka diatur atau diberi saran					
28	Lingkungan pertemanan saya tidak membuat saya merasa nyaman					
29	Lingkungan pertemanan saya tidak sedang dalam penyelesaian tugas akhir					
30	Teman saya selalu membuat saya tidak memiliki motivasi					

### Kecenderungan Stres

No.	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1	Saya mudah berkonsentrasi					
2	Saya cepat memahami revisi tugas akhir					
3	Saya merasa bahagia saat membahas mengenai tugas akhir					
4	Antusias saya sangat tinggi untuk menyelesaikan tugas akhir lebih cepat					
5	Saya dapat mengontrol emosi saya					
6	Saya mempertimbangkan secara matang dalam mengambil keputusan					
7	Saya mampu mengambil keputusan sendiri					
8	Saya membuka diri untuk mendapatkan masukan dan arahan mengenai tugas akhir saya					
9	Saya bersedia berkumpul dan berbagi informasi tentang tugas akhir kepada teman-teman saya					
10	Saya bersedia membantu teman saya yang mengalami kesulitan saat menyelesaikan tugas akhir					
11	Saya merasa tubuh saya lebih bugar dari biasanya					
12	Berat badan saya stabil					
13	Pencernaan saya cukup baik					
14	Saya tidak pernah merasa pusing dalam menyelesaikan tugas akhir					
15	Saya tidak pernah tiba-tiba merasa sakit pada bagian tubuh tertentu					
16	Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan tugas akhir					
17	Saya tidak paham tentang revisi tugas akhir saya					
18	Saya merasa tertekan saat ditanya mengenai perkembangan tugas akhir					
19	Saya tidak antusias untuk menyelesaikan tugas akhir tepat waktu					

No.	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
20	Saya lebih suka meluapkan emosi saya					
21	Saya gegabah dalam mengambil keputusan					
22	Saya tidak bisa mengambil keputusan sendiri					
23	Saya tidak suka saat diberikan masukan dan arahan dalam proses penyelesaian tugas akhir saya					
24	Saya menghindari dari lingkungan pergaulan saya					
25	Saya lebih suka menyendiri dan tidak suka berbagi informasi					
26	Tubuh saya semakin cepat lelah					
27	Berat badan saya menurun					
28	Saya sering merasa sakit di bagian perut					
29	Kepala saya sering pusing saat memikirkan hal yang berat terutama dalam menyelesaikan tugas akhir					
30	Seluruh tubuh saya terasa sakit					



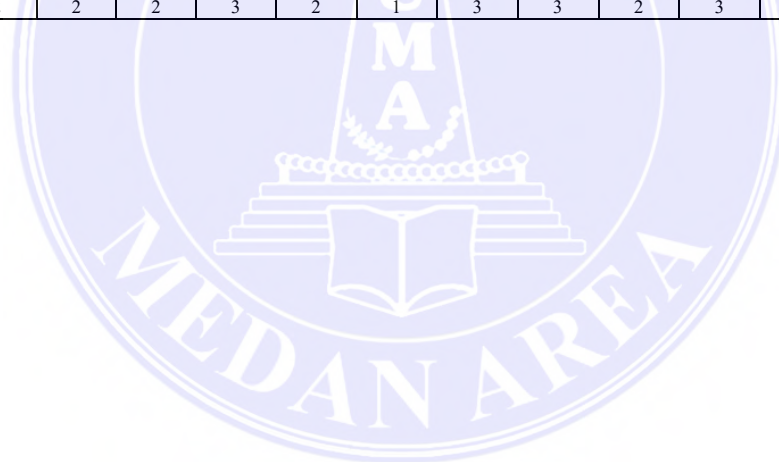


Lampiran 1.3 Tabulasi Data

TABULASI DATA VARIABEL DUKUNGAN SOSIAL (X)

No.	DS_1	DS_2	DS_3	DS_4	DS_5	DS_6	DS_7	DS_8	DS_9	DS_10	DS_11	DS_12	DS_13	DS_14	DS_15	DS_16	DS_17	DS_18	DS_19	DS_20	DS_21	Total
1	2	3	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	44
2	4	3	2	4	4	4	3	3	4	3	2	3	4	4	2	2	1	4	3	2	4	65
3	4	3	2	2	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	2	3	3	4	67
4	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	1	1	1	4	4	4	59
5	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	72
6	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	71
7	3	3	4	1	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	2	1	4	2	3	4	64
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	80
9	4	3	1	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	66
10	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	4	3	2	4	74
11	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	76
12	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	4	4	4	4	4	3	2	62
13	4	3	2	2	3	4	4	3	4	3	2	4	2	4	4	2	4	4	4	3	4	69
14	2	2	2	1	1	2	3	1	1	3	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	32
15	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	75
16	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	73
17	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	79
18	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	78
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	2	2	4	67
20	2	3	3	4	4	2	2	3	4	4	4	4	2	2	4	3	4	4	3	2	3	66
21	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	79
22	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	75
23	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	75
24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	73
25	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	2	73
26	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	79
27	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	68
28	3	4	3	2	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	73
29	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	82
30	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	38
31	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	78
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	81
33	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66
34	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	81
35	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	77
36	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	1	3	3	3	3	60
37	2	4	2	2	2	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	65
38	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	77
39	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	4	3	70
40	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	40
41	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	2	3	4	3	69

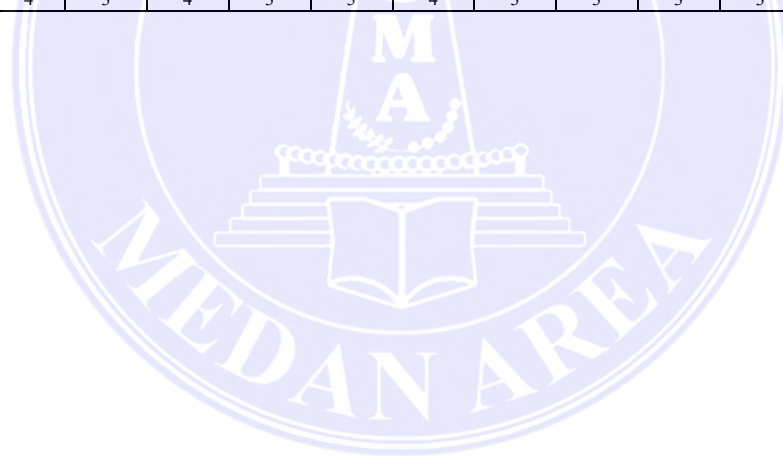
No.	DS_1	DS_2	DS_3	DS_4	DS_5	DS_6	DS_7	DS_8	DS_9	DS_10	DS_11	DS_12	DS_13	DS_14	DS_15	DS_16	DS_17	DS_18	DS_19	DS_20	DS_21	Total
42	2	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	3	3	4	71
43	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	3	77
44	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	1	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	74
45	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	77
46	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	25
47	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	52
48	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	62
49	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	3	30
50	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	78
51	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	75
52	2	3	4	3	4	2	4	3	4	4	2	3	2	4	4	2	2	4	3	4	3	66
53	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	35
54	4	3	2	3	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	2	69
55	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	2	76
56	2	2	3	4	2	2	4	2	2	4	3	2	4	4	4	2	2	4	2	4	2	60
57	2	4	4	4	2	2	4	4	2	3	4	3	4	4	2	2	2	4	4	2	4	66
58	4	3	4	4	4	4	4	3	2	2	3	2	2	4	3	2	4	4	3	3	2	66
59	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	50



### TABULASI DATA VARIABEL KECENDERUNGAN STRES (Y)

No.	KS 1	KS 2	KS 3	KS 4	KS 5	KS 6	KS 7	KS 8	KS 9	KS 10	KS 11	KS 12	KS 13	KS 14	KS 15	KS 16	KS 17	KS 18	KS 19	KS 20	KS 21	KS 22	KS 23	KS 24	KS 25	Total
1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	70
2	4	2	3	3	2	4	3	2	3	1	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	80
3	3	2	4	4	3	4	3	2	4	2	3	4	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	72
4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	4	3	2	4	2	81
5	4	4	2	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	3	86
6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
7	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	4	89
8	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	93
9	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	93
10	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	86
11	4	4	4	4	4	3	3	3	3	1	4	4	3	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	85
12	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	4	79
13	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	2	4	2	85
14	4	4	3	3	3	4	4	1	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	90
15	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	93
16	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	89
17	4	4	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	92
18	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	1	3	3	1	3	3	3	3	3	81
19	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	84
20	2	2	1	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	87
21	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	95
22	4	3	1	4	3	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	87
23	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	92
24	4	4	2	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	89
25	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	91
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	95
27	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	80
28	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	90
29	4	4	4	1	3	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	74
31	4	4	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	79
32	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	2	4	2	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4	84
33	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	88
34	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	91
35	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	93
36	1	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	79
37	2	2	3	4	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	2	4	2	79
38	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	3	83
39	3	3	3	4	3	4	2	2	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	84
40	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	90
41	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	88

No.	KS_1	KS_2	KS_3	KS_4	KS_5	KS_6	KS_7	KS_8	KS_9	KS_10	KS_11	KS_12	KS_13	KS_14	KS_15	KS_16	KS_17	KS_18	KS_19	KS_20	KS_21	KS_22	KS_23	KS_24	KS_25	Total	
42	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	93	
43	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	85
44	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	84
45	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	94
46	2	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	4	1	4	4	3	4	4	4	2	2	4	2	71
47	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	91
48	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73
49	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	92
50	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	94
51	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	84
52	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	3	3	4	90
53	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
54	1	2	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
55	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	2	3	2	87	
56	3	2	4	4	2	4	2	4	2	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	83	
57	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	3	3	4	4	3	4	2	4	3	87	
58	2	2	4	3	4	4	4	4	4	2	4	1	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	82
59	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	88



### Lampiran 1.4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS DUKUNGAN SOSIAL (X)

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.877	30

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DS_1	93.3667	135.757	.668	.868
DS_2	93.4333	141.564	.318	.876
DS_3	93.5667	140.185	.428	.873
DS_4	93.8000	141.200	.277	.877
DS_5	93.8333	143.661	.193	.878
DS_6	93.9333	137.237	.455	.872
DS_7	93.4667	134.464	.604	.869
DS_8	93.6333	136.033	.523	.871
DS_9	93.5333	139.844	.391	.874
DS_10	93.6667	138.092	.504	.871
DS_11	93.3667	139.895	.464	.873
DS_12	93.7333	142.340	.290	.876
DS_13	93.5667	136.254	.526	.871
DS_14	93.5667	136.599	.510	.871
DS_15	93.5333	137.223	.527	.871
DS_16	93.9000	139.334	.429	.873
DS_17	93.7000	136.838	.475	.872
DS_18	93.7333	139.444	.345	.875
DS_19	93.7667	139.564	.483	.872
DS_20	93.8000	140.993	.301	.876
DS_21	93.4000	138.662	.471	.872
DS_22	93.6000	139.628	.436	.873
DS_23	93.7000	146.562	.079	.880
DS_24	93.7333	137.582	.468	.872
DS_25	93.6000	137.076	.491	.872
DS_26	93.5667	139.978	.388	.874
DS_27	93.9333	138.754	.385	.874
DS_28	93.8333	142.144	.268	.877
DS_29	94.1333	141.982	.297	.876
DS_30	93.7000	139.941	.349	.875



## HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS KECENDERUNGAN STRES (Y)

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.897	30

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KS_1	96.0667	158.064	.370	.895
KS_2	96.0000	156.207	.463	.894
KS_3	95.9333	154.133	.612	.891
KS_4	96.0000	148.621	.784	.887
KS_5	96.0333	160.861	.239	.897
KS_6	95.8333	156.144	.544	.893
KS_7	96.0333	160.930	.256	.897
KS_8	95.8667	153.292	.525	.892
KS_9	96.0000	154.621	.548	.892
KS_10	96.1667	149.385	.671	.889
KS_11	96.1667	156.213	.429	.894
KS_12	96.1333	154.809	.467	.893
KS_13	96.1667	159.799	.213	.899
KS_14	96.4000	155.145	.404	.895
KS_15	96.0000	157.655	.387	.895
KS_16	96.1000	156.300	.374	.895
KS_17	96.3667	154.447	.425	.894
KS_18	96.4333	158.185	.312	.896
KS_19	96.3333	155.333	.381	.895
KS_20	96.1667	154.695	.505	.893
KS_21	96.2333	155.220	.370	.896
KS_22	96.2333	155.702	.365	.896
KS_23	96.0667	154.064	.494	.893
KS_24	96.1333	158.051	.355	.896
KS_25	96.2000	152.441	.594	.891
KS_26	96.1000	157.128	.456	.894
KS_27	95.8000	153.683	.607	.891
KS_28	95.9000	155.817	.558	.892
KS_29	96.3333	152.092	.517	.892
KS_30	96.3667	154.585	.419	.895

### Lampiran 1.5 Hasil Regresi

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		59 <sup>c</sup>
Exponential parameter. <sup>a,b</sup>	Mean	6.6910887
Most Extreme Differences	Absolute	.166
	Positive	.065
	Negative	-.166
Kolmogorov-Smirnov Z		1.023
Asymp. Sig. (2-tailed)		.246

a. Test Distribution is Exponential.

b. Calculated from data.

c. There are 21 values outside the specified distribution range. These values are skipped.

#### Correlations

		Dukungan Sosial	Kecenderungan Stres
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	-.332
	Sig. (2-tailed)		.010
	N	59	59
Kecenderungan Stres	Pearson Correlation	-.332	1
	Sig. (2-tailed)	.010	
	N	59	59

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

#### Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.332 <sup>a</sup>	.110	.095	11.06043

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

b. Dependent Variable: Kecenderungan Stres

#### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	865.250	1	865.250	7.073	.010 <sup>b</sup>
	Residual	6972.987	57	122.333		
	Total	7838.237	58			

a. Dependent Variable: Kecenderungan Stres

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	115.157	7.196		16.004	.000
	Dukungan Sosial	-.279	.105	-.332	-2.659	.010

a. Dependent Variable: Kecenderungan Stres

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan Sosial	59	37.00	97.00	67.3220	13.86815
Kecenderungan Stres	59	67.00	118.00	96.4068	11.62506
Valid N (listwise)	59				





SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
(STKIP)  
BUDIDAYA BINJAI

- |  |   |
|--|---|
| 1. Jurusan Ilmu Pendidikan               | 2. Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni         |
| a. Bimbingan dan Konseling               | a. Pendidikan Bahasa Inggris                  |
| b. Administrasi Pendidikan               | b. Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia     |
| 3. Jurusan Pendidikan Matematika dan IPA | 4. Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial |
| a. Pendidikan Matematika                 | a. Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan   |

Jl. Gaharu No. 147 Kel. Jati Makmur Kec. Binjai Utara (20746) Telp. (081) 8820320 Fax. (061) 8820330

Nomor : 0135/II/STKIP-Bd/II/2023  
Lampiran : -  
Hal : Izin *Pre Survey* Penelitian

Binjai, 15 Februari 2023

Kepada Yth :  
Wakil Dekan Bidang Pendidikan dan  
Pengabdian Kepada Masyarakat  
Di Tempat

Dengan hormat,

Menindaklanjuti surat saudara Nomor : 0235/FPSI/01.10/II/2023, tertanggal 14 Februari 2023, perihal *Pre Survey* Penelitian atas nama mahasiswa :  
Nama : Melisa Juliana  
NPM : 198600334  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Akhir di Perguruan Tinggi Budidaya Binjai

Maka dengan kerjasama yang baik antara Perguruan Tinggi, kami memberi izin untuk melaksanakan penelitian.

Demikian tanggapan dari kami terima kasih.

STKIP Budidaya Binjai  
Wakil Ketua Bidang Administrasi  
Umum dan Keuangan

Rabukit Damanik, M.Pd  
NIDN : 0121066602

Tembusan:

1. Yth : Ketua STKIP Budidaya
2. Yth : Wakil Ketua Bidang Akademik
3. Yth : Pengurus Yayasan Perguruan Tinggi Budidaya
4. Pertinggal



**UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Seliabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

---

Nomor : 2116/FPSI/01.10/VIII/2023 14 Agustus 2023  
Lampiran : -  
Hal : Penelitian

Yth. Bapak/Ibu Ketua  
STKIP Budidaya Binjai  
di  
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : **Melisa Juliana**  
NPM : **198600334**  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di **STKIP Budidaya Binjai, Jl. Gaharu No. 147 Jatimakmur, Binjai Utara** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kecenderungan Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Membuat Tugas Akhir Di STKIP Budidaya Binjai"**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

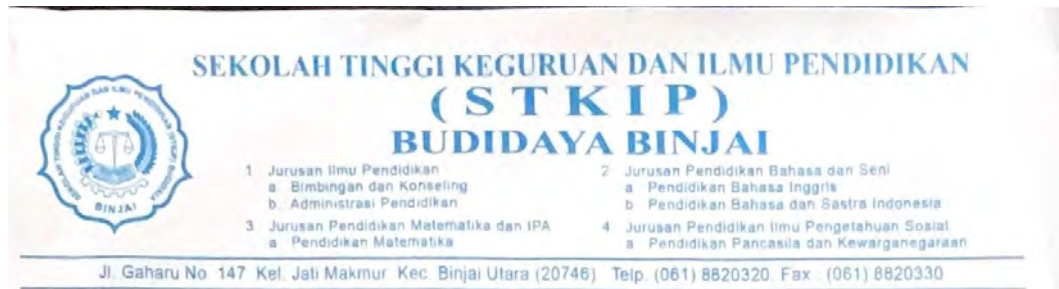
An. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat

  
**Laili Alifia, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog**

Tembusan  
- Mahasiswa Ybs  
- Arsip





**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 0716.b/V/STKIP-Bd/VII/2023

Sehubungan dengan surat dari Universitas Medan Area Nomor : 2116/FPSI/01.10/VIII/2023 tanggal 14 Agustus 2023 perihal "Pemohonan Pelaksanaan Penelitian", maka Pimpinan STKIP Budidaya Binjai menerangkan nama mahasiswa di bawah ini :

Nama : MELISA JULIANA  
NIM : 198600334  
Prodi : Ilmu Psikologi

Benar telah melaksanakan Penelitian di STKIP Budidaya Binjai pada bulan Juli 2023 guna untuk melengkapi Laporan Penelitian.

Demikian surat ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Binjai, 31 Agustus 2023  
STKIP Budidaya Binjai  
Ketua  
  
Dr. Ismail, M.Ag.  
NIDN : 0016116001

Tembusan:  
1. Yth : Pengurus Yayasan Pendidikan Budidaya Binjai  
1. Pertiinggal