

HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG SEDANG MENJALANI SKRIPSI DI STIKES HANGTUAH TANJUNGPINANG KEPULAUAN RIAU

Kania Widyanti¹, Tatiyani².

Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I Jl. Pangeran Diponegoro No.74,
Kenari, Kec. Senen, Kota Jakarta Pusat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 10430

E-mail : kaniaa.widyanti@upi-yai.ac.id¹, tatiyani@upi-yai.ac.id²

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada Hubungan antara Optimisme dan Dukungan sosial teman sebaya terhadap Resiliensi pada mahasiswa akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi dari jumlah siswa terdaftar sebanyak 77 mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi dan merupakan jumlah sampel dari penelitian. Pengumpulan data menggunakan skala likert dan pengambilan sampel menggunakan nonprobability sampling dengan menggunakan teknik sampel jenuh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah positif yang signifikan antara optimisme dan resiliensi sebesar $r = 0,686$ dan $p = < 0,05$ dan terdapat hubungan dengan arah positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi sebesar $r = 0,485$ dan $p = < 0,05$. Selanjutnya, hasil analisis data dengan multivariate correlation menggunakan SPSS 29.0 for windows diperoleh koefisien determinasi R square sebesar 0,493 dan berdasarkan regresi korelasi multivariat diperoleh nilai koefisien korelasi $R = 0,702$ dan $p = < 0,001$ yang berarti terdapat hubungan antara optimisme dan dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau.

Kata Kunci : Optimisme, Dukungan Sosial Teman Sebaya, Resiliensi

ABSTRACT

The purpose of this study is to find out if there is a relationship between Optimism and peer social support towards Resilience in final students who are undergoing a thesis at STIKES Hang Tuah Tanjungpinang, Riau Islands. This research is a quantitative research. The population of the number of registered students is 77 final students who are undergoing a thesis and are the number of samples from the research. Data collection uses a likert scale and sampling uses nonprobability sampling using a saturated sample technique, which is a sample collection technique when all members of the population are used as samples. The results showed that there was a significant positive relationship between optimism and resilience of $r = 0.686$ and $p = < 0.05$ and there was a significant positive relationship between peer social support with resilience of $r = 0.485$ and $p = < 0.05$. Furthermore, the results of data analysis with multivariate correlation using SPSS 29.0 for windows obtained a

determination coefficient of R square of 0.493 and based on multivariate correlation regression, the correlation coefficient values $R = 0.702$ and $p = <0.001$ were obtained, which means that there is a relationship between optimism and peer social support for resilience in final year students who are undergoing a thesis at STIKES Hang Tuah Tanjungpinang, Riau Islands.

Keyword : Optimism, Peer Social Support, Resilience

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah pembelajar di perguruan tinggi yang mendalami berbagai teori dan menyelesaikan SKS per semester. Setelah memenuhi SKS yang ditentukan, mereka menyelesaikan pendidikan dengan mengerjakan tugas akhir atau skripsi.

Menurut Darmono dan Hasan (2005), skripsi merupakan syarat wajib untuk meraih gelar sarjana. Skripsi adalah karya ilmiah hasil penelitian, kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama oleh mahasiswa program sarjana di akhir masa studinya. Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi akan berhadapan dengan berbagai kesulitan, dan hal tersebut dapat menimbulkan stres, kecemasan, dan frustrasi bagi mahasiswa. Hal ini dapat menghambat proses pengerjaan skripsi dan bahkan dapat berdampak pada kesehatan mental dan fisik mahasiswa. Maka dari itu dibutuhkan peran resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dan menjadi lebih kuat dalam menghadapi permasalahan. Connor dan Davidson (dalam Dian et al., 2022, p.188) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kualitas pribadi yang memungkinkan individu untuk mengatasi kesulitan dalam hidup.

Dengan resiliensi, individu tidak mudah putus asa dan mampu beradaptasi dengan situasi sulit.

Salah satu faktor penting yang berkontribusi pada resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi adalah Optimisme. Menurut Segerestrom (dalam Ghufroon & Rini, 2010, p.95), mendefinisikan optimisme sebagai sebuah cara berpikir positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Berpikir positif berarti berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk.

Selain optimisme, dukungan sosial teman sebaya juga menjadi faktor penting dari resiliensi. Menurut Simanjuntak dan Indrawati (2021), dukungan sosial teman sebaya merupakan penilaian individu terhadap bantuan atau dukungan positif yang diterima dari teman yang tingkat kematangannya atau usianya lebih sama. Hal ini menyebabkan individu merasa dihargai, diperhatikan, dan dicintai.

Berdasarkan hasil wawancara, mahasiswa STIKES Hangtuah Tanjungpinang yang sedang mengerjakan skripsi mengalami berbagai kesulitan dan tantangan, seperti revisi berulang, kesulitan mendapatkan referensi, keterbatasan waktu penelitian, kesibukan dosen pembimbing, dan kurangnya dukungan

sosial. Hal ini membuat mereka merasa stres, tidak percaya diri, pesimis, dan ragu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi.

Mahasiswa juga membutuhkan dukungan sosial yang lebih baik, seperti perhatian, semangat, motivasi, bantuan dalam menyelesaikan kesulitan, dan apresiasi, untuk membantu mereka menyelesaikan skripsinya.

Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara Optimisme dengan Resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau?
2. Apakah ada hubungan antara Dukungan sosial teman sebaya dengan Resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau?
3. Apakah ada hubungan antara Optimisme dan Dukungan sosial teman sebaya dengan Resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau?

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Apakah ada hubungan antara Optimisme dengan Resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau

2. Apakah ada hubungan antara Dukungan sosial teman sebaya dengan Resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau
3. Apakah ada hubungan antara Optimisme dan Dukungan sosial teman sebaya dengan Resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau

2. TINJAUAN PUSTAKA

Resiliensi

Menurut Santrock (dalam Hertinjung et al., 2022, p.62) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif dan mencapai hasil yang sukses dalam menghadapi berbagai risiko yang bermakna dan keadaan yang merugikan bagi diri.

Menurut Reivich dan Shatte (dalam Isfaiyah et al., 2019) terdapat tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi yaitu sebagai berikut:

- a) *Regulasi emosi (emotion regulation)*
Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan.
- b) *Pengendalian impuls (impuls control)*
Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, dan tekanan yang muncul dalam diri.
- c) *Optimisme*
Individu yang resilien memiliki pandangan optimis terhadap masa depan. Mereka yakin bahwa masa depan mereka akan cemerlang dan

bahagia. Keyakinan ini didasari oleh kepercayaan diri mereka dalam kemampuan diri untuk mengatasi berbagai kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Optimisme ini menjadi salah satu faktor penting dalam membangun resiliensi, karena membantu individu untuk tetap fokus pada tujuan dan harapan, bahkan di tengah situasi yang sulit.

d) Analisis penyebab masalah (*causal analysis*)

Analisis kausal adalah kemampuan penting untuk mengidentifikasi akar permasalahan. Kemampuan ini membantu individu memahami kompleksitas masalah dan menentukan penyebab utamanya, sehingga mereka dapat mencari solusi yang tepat dan efektif.

e) Empati (*emphaty*)

Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang orang lain rasakan.

f) Efikasi diri (*self efficacy*)

Efeksi diri adalah kepercayaan bahwa individu dapat memecahkan dan menghadapi masalah yang dialami dengan efektif. Efeksi diri juga berarti menyakini diri sendiri dapat, berhasil, dan sukses.

g) *Reaching Out*

Resiliensi bukan sekadar bangkit dari keterpurukan, tetapi tentang menemukan makna dan pertumbuhan positif dari pengalaman sulit. Individu yang resilien tidak hanya tangguh dalam menghadapi kemalangan, tapi mereka belajar dan berkembang darinya. Kesulitan dilihat sebagai peluang untuk menjadi lebih kuat dan bijaksana.

Sedangkan menurut Mansfield (dalam Akbar & Tahoma, 2018), resiliensi memiliki beberapa faktor

yang dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu faktor protektif dan faktor resiko.

a) Faktor resiko adalah karakteristik yang terasosiasikan negatif dengan kesehatan mental, seperti stres, burnout, dan lain-lain.

b) Faktor protektif adalah karakteristik yang diasosiasikan positif dengan kesehatan mental, seperti dukungan sosial, stres coping, dan efikasi diri.

Optimisme

Menurut Scheier dan Carver (dalam Dian et al., 2022, p.189), optimisme merupakan keyakinan individu bahwa usahanya akan menghasilkan sesuatu yang baik. Keyakinan ini menjadi pendorong untuk terus berusaha mencapai tujuan dan meyakini bahwa hal terbaik akan selalu datang dalam hidup.

Menurut Seligman (dalam Ghufroon & Rini, 2010) terdapat tiga aspek yang menggambarkan optimisme, antara lain:

a) *Permanence* (Keabadian)

Aspek ini menunjukkan bagaimana individu melihat peristiwa berdasarkan waktu, yaitu apakah bersifat sementara (*temporary*) atau menetap (*permanence*). Orang yang mudah menyerah (pesimis) cenderung meyakini bahwa penyebab kejadian buruk bersifat permanen dan akan terus berlangsung, memengaruhi seluruh hidup mereka. Di sisi lain, orang yang optimis (melawan ketidakberdayaan) percaya bahwa penyebab kejadian buruk bersifat sementara dan tidak akan terus berlanjut.

b) *Pervasive* (Universal vs Spesifik)

Aspek ini berkaitan dengan ruang lingkup peristiwa, apakah universal (menyeluruh) atau spesifik (khusus). Orang yang optimis cenderung

membuat penjelasan spesifik ketika dihadapkan pada kejadian buruk. Mereka melihat kejadian buruk sebagai akibat dari faktor khusus dan tidak akan meluas ke hal lain. Sedangkan, ketika dihadapkan pada hal baik, mereka akan menjelaskannya dengan faktor universal.

c) *Personalization* (Personalisasi)

Aspek ini berkaitan dengan sumber penyebab kejadian, apakah berasal dari internal (dari dalam diri) atau eksternal (dari luar diri). Ketika hal buruk terjadi, orang pesimis cenderung menyalahkan diri sendiri (internal), sehingga menurunkan rasa penghargaan diri. Mereka merasa tidak berguna, tidak memiliki kemampuan, dan tidak dicintai. Orang optimis, di sisi lain, cenderung menyalahkan faktor eksternal atau keadaan.

Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Taylor (dalam Sari & Indrawati, 2016, p.178), dukungan sosial teman sebaya adalah bantuan dari teman sebaya yang dapat berupa instrumental, informasional, ataupun emosional. Dukungan ini membantu siswa merasa dihargai dan diperhatikan oleh orang-orang di sekitarnya.

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial terdiri dari beberapa aspek, yaitu:

a) Dukungan emosional (*emotional support*)

Dukungan ini membantu individu merasa nyaman, dicintai, dan diperhatikan. Bentuknya meliputi ekspresi empati, perhatian, afeksi, dan kesediaan mendengarkan keluhan orang lain.

b) Dukungan penghargaan (*esteem support*)

Dukungan ini berupa ungkapan hormat, dorongan maju, persetujuan atas gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif dengan orang lain untuk meningkatkan rasa percaya diri dan penghargaan diri.

c) Dukungan instrumental (*instrumental support*)

Dukungan ini berupa bantuan langsung, seperti bantuan finansial atau bantuan dalam menyelesaikan tugas

d) Dukungan informasi (*informasional support*)

Dukungan ini mencakup pemberian nasehat, arahan, dan umpan balik untuk membantu individu mengatasi masalah dan membuat keputusan.

3. METODOLOGI

Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang di pergunakan dalam penelitian ini adalah teknik *nonprobability sampling* dengan populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa/i STIKES Hang Tuah Tanjungpinang semester akhir yang sedang menjalani skripsi. Jumlah mahasiswa yang terdaftar adalah sebanyak 77 mahasiswa yang terdiri dari 37 mahasiswa *reguler* dan 40 mahasiswa *non reguler*. Mahasiswa *reguler* merupakan mahasiswa yang berkuliah dengan sistem perkuliahan pada umumnya dan berusia 20 -24 tahun, sedangkan mahasiswa *non reguler* merupakan mahasiswa dengan perkuliahan semester pendek, mahasiswa berusia diatas 25 tahun dan sistem perkuliahan online. Selain itu, populasi mahasiswa terdiri dari 11 mahasiswa laki-laki dan 66 mahasiswa perempuan.

Terdapat 3 skala dalam penelitian ini, skala pertama yaitu skala resiliensi disusun berdasarkan aspek Connor dan

Davidson (dalam Octaryani & Baidun, 2018) yang terdiri dari *Personal competence; high standard and tenacity* (Kompetensi Personal; Standar yang Tinggi dan Keuletan), *Trust in one's instincts; tolerance of negative affect; strengthening effect of stress* (Kepercayaan terhadap naluri, Toleransi terhadap efek negative, dan kuat dalam menghadapi stress), *Positive acceptance of change and secure relationships* (Penerimaan positif terhadap perubahan, dan memiliki hubungan yang lain terhadap orang lain), *Control and factor* (Kontrol) dan *Spiritual influences* (Pengaruh spiritual). Skala kedua ialah skala optimisme disusun berdasarkan aspek Seligman (dalam Ghufon & Rini, 2010) yang terdiri dari *Permanence* (Keabadian), *Pervasive* (Universal vs Spesifik), *Personalization* (Personalisasi). Skala ketiga ialah skala dukungan sosial teman sebaya berdasarkan aspek Sarafino (2011) yang terdiri dari Dukungan emosional (*emotional support*), Dukungan penghargaan (*esteem support*), Dukungan instrumental (*instrumental support*) dan Dukungan informasi (*informational support*).

Analisis pertama menggunakan metode *bivariate correlation* agar mengetahui hubungan antara satu variabel *independent* dan satu variabel *dependent*, yaitu :

Ha1 : Ada Hubungan antara Optimisme dengan Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Menjalani Skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau

Ha2 : Ada Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Menjalani Skripsi

di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau

Pada analisis ketiga menggunakan metode *multivariate correlation* untuk mengetahui hubungan antara lebih dari satu variabel *independent* dan satu variabel *dependent*, yaitu :

Ha3 : Ada Hubungan antara Optimisme dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Menjalani Skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil perhitungan dengan metode analisis data *Bivariate Correlation* dengan koefisien korelasi antara Optimisme dan Resiliensi adalah $r = 0,686$ dan $p = < 0,05$, Hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan ke arah positif yang signifikan. Oleh karena itu, Ha1 : “Terdapat hubungan Optimisme dengan Resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau” dapat diterima dan Ho1 : “Tidak terdapat hubungan Optimisme dengan Resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau” ditolak.

Pengujian hipotesis kedua dilakukan dengan menggunakan metode analisa *Bivariate Correlation* untuk Dukungan sosial teman sebaya dan Resiliensi dan didapatkan hasil $r = 0,485$ dan $p = < 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan ke arah positif yang signifikan. Oleh karena itu Ha2 : “Terdapat hubungan Dukungan sosial teman sebaya dengan Resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di

STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau” dapat diterima dan Ho2 : “Tidak terdapat hubungan Dukungan sosial teman sebaya dengan Resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau” ditolak.

Pengujian Hipotesis ketiga dilakukan dengan menggunakan metode analisis *Multivariate Correlation* dengan metode *Enter* untuk Optimisme dan Dukungan sosial teman sebaya terhadap Resiliensi dan di dapatkan hasil $R = 0,702$ dan $R^2 = 0,493$ dengan $p = < 0,05$. Sehingga dapat dinyatakan bahwa Ha3 : “Terdapat hubungan antara Optimisme dan Dukungan sosial teman sebaya terhadap Resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau” dapat diterima dan Ho3 : “Tidak terdapat hubungan antara Optimisme dan Dukungan sosial teman sebaya terhadap Resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau” ditolak.

Peneliti melakukan analisis regresi linear menggunakan analisis *Multivariate Correlation* dengan metode *Stepwise* dengan tujuan untuk mengetahui kontribusi dari variabel bebas secara simultan terhadap variabel terikat dan kontribusi dari masing-masing variabel bebas. Total kontribusi variabel Optimisme terhadap Resiliensi sebesar 47,1% dan untuk variabel Dukungan sosial teman sebaya terhadap Resiliensi sebesar 2,2%, sehingga keduanya menyumbang bagi terbentuknya Resiliensi sebesar 49,3%, sementara itu $100\% - 49,3\% = 50,7\%$ merupakan faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti seperti regulasi emosi (*emotion*

regulation), pengendalian impuls (*impuls control*), efikasi diri (*self efficacy*), analisis penyebab masalah (*causal analysis*), empati (*emphaty*), *reaching out*, *stress*, *burn out* dan *stres coping*.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data pembahasan yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat hubungan signifikan kearah positif antara optimisme dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah optimisme maka semakin rendah juga resiliensi.
2. Terdapat hubungan signifikan kearah positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani skripsi di STIKES Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah juga resiliensi.
3. Terdapat hubungan signifikan kearah positif antara optimisme dan dukungan sosial teman sebaya dengan kemampuan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani

skripsi di STIKES Hang Tuah
Tanjungpinang Kepulauan Riau.

bimbingan pribadi sosial. *Jurnal Penelitian Dan Bimbingan Konseling*, 4(2), 157–165.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Z., & Tahoma, O. (2018). Dukungan Sosial Dan Resiliensi Diri Pada Guru Sekolah Dasar. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 7(1), 53–59. <https://doi.org/10.21009/jppp.071.07>
- Darmono, A dan Hasan. 2002. Menyelesaikan Skripsi dalam Satu Semester. Jakarta: Grasindo
- Dian, A., Yoga, P., Sofiah, D., Prasetyo, Y., & Psikologi, F. (2022). *INNER: Journal of Psychological Research Optimisme dan resiliensi pada buruh yang terkena dampak pemutusan hubungan kerja (PHK) dimasa pandemi Covid-19*. 1(4), 187–193.
- Ghufron, M. Nur, & Risnawita S, Rini. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta : Ar-Ruzz Media Group
- Simanjuntak, L. E., & Indrawati, E. S. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas Xii Sma Kristen Terang Semarang. *Jurnal EMPATI*, 10(2), 99–107.
- Hertijung, W. S., Yuwono, S., Partini, P., Laksita, A. K., Ramandani, A. A., & Kencana, S. S. (2022). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Resiliensi Remaja Di Masa Pandemi. *Proyeksi*, 17(2), 60. <https://doi.org/10.30659/jp.17.2.60-71>
- Isfaiyah, Rahmawati, & Dalimunthe, R. Z. (2019). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi siswa serta implikasi terhadap bimbingan pribadi sosial. *Jurnal Penelitian Dan Bimbingan Konseling*, 4(2), 157–165.
- Rachmaningtyas, A. T., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Self-Regulated Learning Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Masa Pandemi Covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 34–45.
- Simanjuntak, L. E., & Indrawati, E. S. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas Xii Sma Kristen Terang Semarang. *Jurnal EMPATI*, 10(2), 99–107.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. 2011. *Helath Psychology: Biopsychosocial interactions*. 7th ed. New Jersey : John Willey & Sons, Inc.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Univesitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177–182. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14979/1>