

**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN**  
**DENGAN STRES PADA MAHASISWA**  
**SELAMA KULIAH ONLINE**



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**  
**SEMARANG**  
**2021**

**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN**  
**DENGAN STRES PADA MAHASISWA**  
**SELAMA KULIAH ONLINE**

**Diajukan dalam Rangka Memenuhi**

**Salah Satu Syarat Memperoleh**

**Gelar Sarjana Psikologi**



**SANDRA OCTAVERINA**

**17.E1.0227**

**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**  
**SEMARANG**  
**2021**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sandra Octaverina

NIM : 17.E1.0227

Progdi / Konsentrasi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul "**Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman dengan Stres Pada Mahasiswa Selama Kuliah Online**" tersebut bebas plagiasi. Akan tetapi bila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Semarang, 13 September 2021

Yang menyatakan,

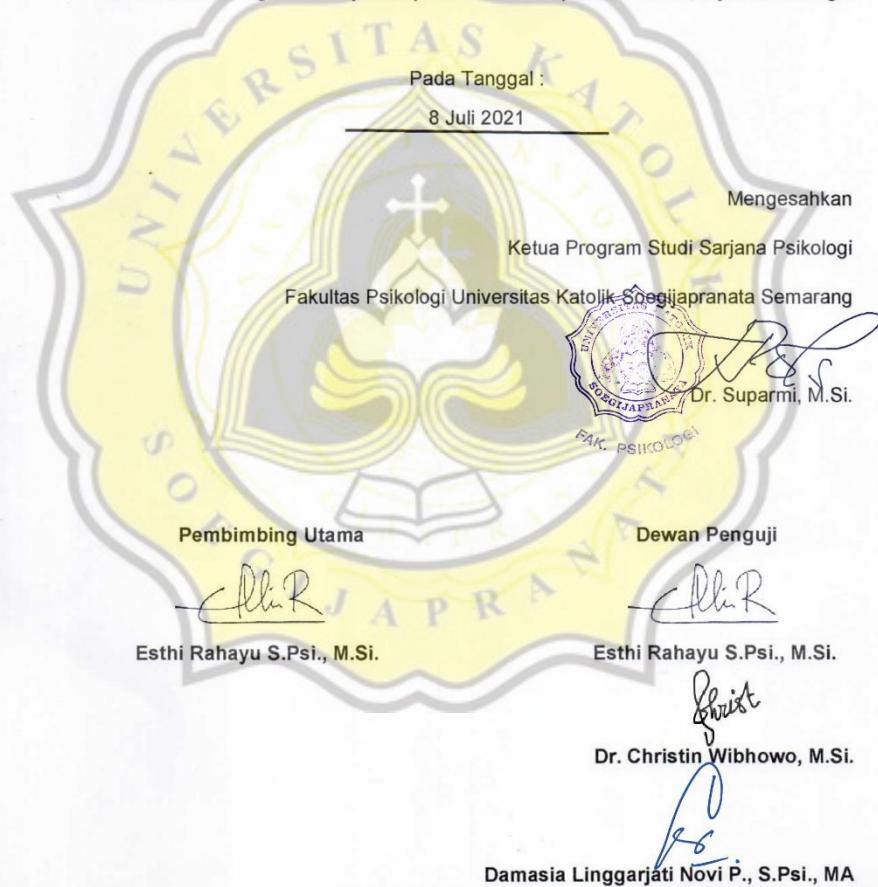


Sandra Octaverina

17.E1.0227

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Pengaji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk  
Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**  
**UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sandra Octaverina

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul **“Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman dengan Stres pada Mahasiswa Selama Kuliah Online”** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Nonekslusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Semarang, 13 September 2021

Yang menyatakan



Sandra Octaverina

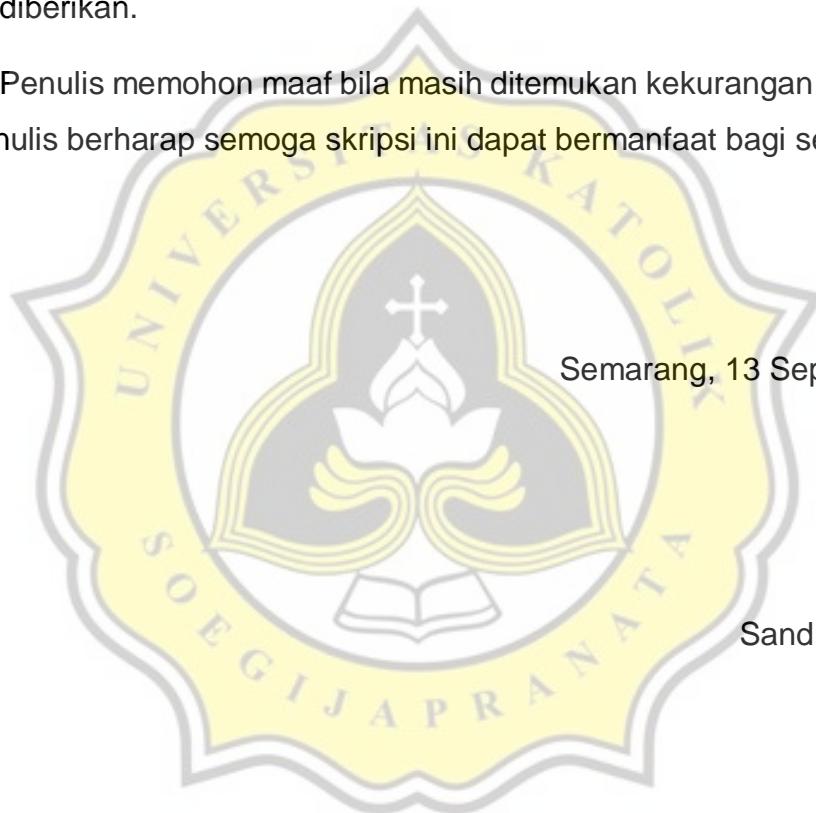
## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Bismillahirahmannirrahim, segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT atas segala kelimpahan berkat dan rahmat yang selalu memberikan penulis kesehatan, ketabahan, dan keridhoan-Nya dalam menyelesaikan skripsi ini. Peneliti menyadari skripsi ini tidak akan selesai tanpa doa, bantuan, dan juga dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
2. Esthi Rahayu S.Psi., M.Si. selaku Dosen Pembimbing penulis selama menyelesaikan skripsi. Penulis mengucapkan terimakasih yang sangat besar kepada Bu Esthi yang senantiasa meluangkan waktu untuk membantu, memberikan dukungan, dan juga memberikan saran yang sangat berarti bagi peneliti
3. Dr. Suparmi M.Si selaku Dosen Wali kelas 04 angkatan 2017. Terima kasih atas dukungan dan semangat dari Bu Minuk selama penulis berada di bangku perkuliahan.
4. Kepada dosen di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah memberikan ilmu serta pengetahuan kepada penulis selama berada di bangku kuliah.
5. Kepada semua staff di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu dalam hal administrasi selama penulis berada di bangku Kuliah.
6. Seluruh responden mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah bersedia berpartisipasi dalam mengisi skala yang penulis bagikan.

7. Untuk keluarga yang selalu memberikan doa dan dukungan demi kelancaran penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Untuk Mas Dikky selaku kekasih, yang tak henti-hentinya memberikan semangat selama penulis menyelesaikan skripsi ini.
9. Serta seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih atas segala doa dan juga dukungan yang selama ini diberikan.

Penulis memohon maaf bila masih ditemukan kekurangan dalam skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.



Semarang, 13 September 2021

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Sandra Octaverina".

Sandra Octaverina

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman dan stres pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan adalah "Ada hubungan antara dukungan sosial teman dengan stres pada mahasiswa". Subjek penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata, dengan kriteria mahasiswa aktif semester 1-8. Jumlah keseluruhan subjek penelitian adalah 79 mahasiswa, dengan menggunakan teknik *sampling accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Dukungan Sosial Teman dan Skala Stres Mahasiswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Spearman's rho*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang negatif antara variabel dukungan sosial teman dengan stres pada mahasiswa dengan nilai Rho = -0,251 dengan p=0,026, artinya terdapat hubungan negative antara variabel dukungan sosial teman dengan variabel stres pada mahasiswa, dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima, sehingga disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial teman dan stres pada mahasiswa.

Kata kunci: dukungan sosial teman, stres mahasiswa, pembelajaran *online*

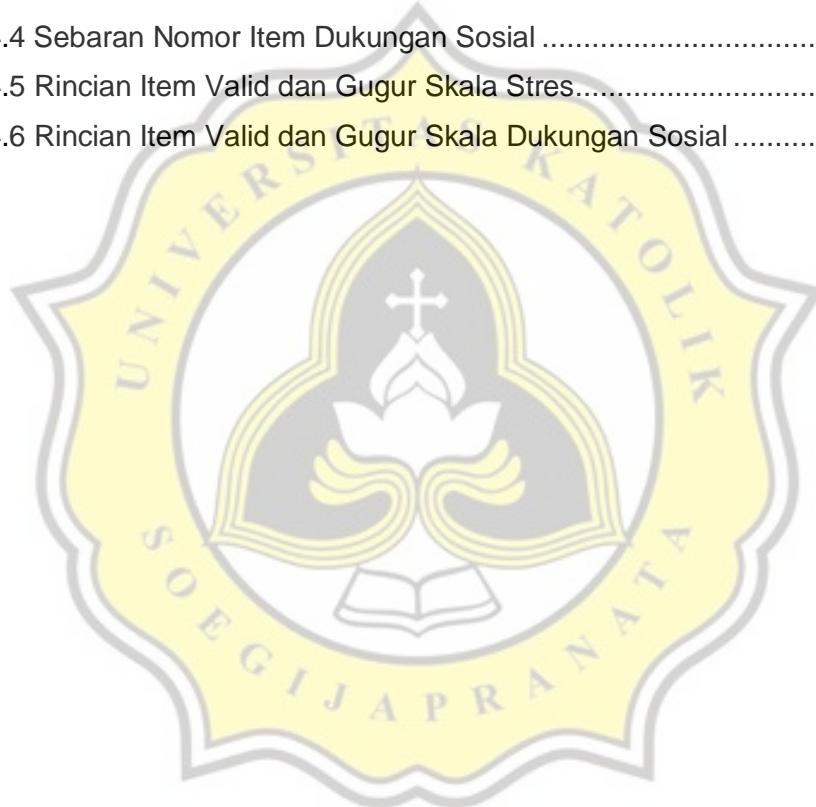
## DAFTAR ISI

	Halaman
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1    Latar Belakang Masalah .....	1
1.2    Tujuan Penelitian.....	10
1.3    Manfaat Penelitian.....	10
1.3.1    Manfaat Teoritis.....	10
1.3.2    Manfaat Praktis.....	10
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1    Stres Mahasiswa Selama Masa Pembelajaran Online .....	11
2.1.1    Pengertian Stres Mahasiswa Selama Masa Pembelajaran <i>Online</i> ....	11
2.1.2    Gejala Stres.....	13
2.1.3    Faktor yang Mempengaruhi Stres.....	14
2.2    Dukungan Sosial Teman.....	18
2.2.1    Pengertian Dukungan Sosial Teman .....	18
2.2.2    Jenis Dukungan Sosial .....	19
2.3    Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman dengan Stres Mahasiswa Selama Pembelajaran <i>Online</i> .....	21
2.4    Hipotesis.....	23
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	24
3.1    Metode Penelitian yang Digunakan .....	24
3.2    Identifikasi Variabel Penelitian .....	24
3.3    Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	24
3.3.1    Stres Mahasiswa .....	24
3.3.2    Dukungan Sosial Teman .....	25
3.4    Subjek Penelitian.....	25
3.4.1    Populasi.....	25
3.4.2    Teknik Pengambilan Sampel .....	25
3.5    Metode Pengumpulan Data .....	26

3.5.1	Alat Pengumpulan Data .....	26
3.5.2	<i>Blueprint</i> dan Cara Penilaian .....	26
3.6	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	28
3.6.1	Validitas Alat Ukur .....	28
3.6.2	Reliabilitas Alat Ukur.....	28
3.6.3	Metode Analisis Data.....	28
<b>BAB 4 PENGUMPULAN DATA PENELITIAN .....</b>		29
4.1	Orientasi Kancah .....	29
4.2	Persiapan Pengumpulan Data Penelitian.....	29
4.2.1	Pemilihan Subjek Penelitian .....	29
4.2.2	Perijinan Penelitian.....	30
4.2.3	Penyusunan Alat Ukur .....	31
4.3	Uji Coba Alat Ukur .....	32
4.4	Pengumpulan Data Penelitian.....	34
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		35
5.1	Hasil Penelitian.....	35
5.1.1	Uji Asumsi .....	35
5.1.2	Uji Hipotesis .....	36
5.2	Pembahasan .....	36
<b>BAB 6 PENUTUP .....</b>		39
6.1	Kesimpulan.....	39
6.2	Saran.....	39
6.2.1	Bagi Subjek .....	39
6.2.2	Bagi Penelitian.....	39
6.2.3	Penyusunan Alat Ukur .....	39
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		40
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>		45

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Blueprint Skala Stres</i> pada Mahasiswa .....	26
Tabel 3.2 <i>Blueprint Skala Dukungan Sosial Teman</i> .....	27
Tabel 4.1 Data Jenis Kelamin Subjek .....	30
Tabel 4.2 Data Semester Subjek .....	30
Tabel 4.3 Sebaran Nomor Item Stres.....	31
Tabel 4.4 Sebaran Nomor Item Dukungan Sosial .....	32
Tabel 4.5 Rincian Item Valid dan Gugur Skala Stres.....	33
Tabel 4.6 Rincian Item Valid dan Gugur Skala Dukungan Sosial .....	34



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Skala Penelitian.....	46
B. Data Uji Coba .....	56
C. Uji Coba Skala Penelitian.....	65
D. Data Penelitian.....	76
E. Uji Asumsi .....	85
F. Uji Hipotesis.....	92
G. Surat-surat Penelitian.....	94

