

**DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING MAHASISWA YANG MENGERJAKAN TUGAS AKHIR**

Elis Yulia Sari<sup>1</sup>, Margaretta Erna Setianingrum<sup>2</sup>  
[elisyuliasari204@gmail.com](mailto:elisyuliasari204@gmail.com)<sup>1</sup>, [margaretha.erna@uksw.edu](mailto:margaretha.erna@uksw.edu)<sup>2</sup>  
Universitas Kristen Satya Wacana

**Abstract**

*Final-year students often experience high academic pressure during the process of completing their final projects, which can affect their psychological well-being. One important factor that helps maintain psychological well-being is peer social support. This study aims to examine the relationship between peer social support and psychological well-being among final-year students working on their theses. The study used a quantitative method with a correlational approach. Participants consisted of 151 final-year students selected through purposive sampling. Data were collected using the Peer Social Support Scale and the Psychological Well-Being Scale. The results showed a very strong positive relationship between peer social support and psychological well-being, with a correlation value of  $r = 0.838$  and a significance value of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). These findings indicate that higher peer social support is associated with higher levels of psychological well-being. The results highlight the importance of peer social support in maintaining the mental health of final-year students.*

**Keywords:** Peer Social Support, Psychological Well-Being, Final-Year Students.

**Abstrak**

Mahasiswa tingkat akhir sering mengalami tekanan akademik yang tinggi selama proses penyusunan tugas akhir, yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Salah satu faktor penting yang membantu menjaga kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial dari teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan psychological well-being pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Partisipan berjumlah 151 mahasiswa tingkat akhir yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya dan skala psychological well-being. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat kuat antara dukungan sosial teman sebaya dan psychological well-being dengan nilai korelasi  $r = 0,838$  dan signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dari teman sebaya, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis mahasiswa. Temuan ini menegaskan pentingnya peran dukungan sosial teman sebaya dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir.

**Kata Kunci:** Dukungan Sosial Teman Sebaya, Psychological Well-Being, Mahasiswa Tingkat Akhir.

## PENDAHULUAN

Psychological well-being merupakan kondisi di mana individu mampu menerima keseluruhan aspek dalam dirinya serta memiliki kemandirian dalam pengambilan keputusan. Ryff dan Keyes (1995) menjelaskan bahwa individu dengan psychological well-being yang optimal dapat membina hubungan harmonis, beradaptasi dengan lingkungan, menghadapi permasalahan sehari-hari, terus mengembangkan diri, dan memiliki arah hidup yang jelas. Kondisi ini mencakup enam dimensi: penerimaan diri, penguasaan lingkungan, kemandirian, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, dan keberadaan tujuan hidup yang bermakna. Bagi mahasiswa tingkat akhir, psychological well-being memainkan peran krusial karena mampu meningkatkan kebahagiaan serta mengoptimalkan potensi dalam menghadapi tantangan akademik, khususnya penyelesaian tugas akhir (Aditya dkk., 2022).

Namun, realitas menunjukkan bahwa tidak sedikit mahasiswa tingkat akhir mengalami psychological well-being yang kurang optimal. Yuliandri dkk. (2024) menemukan bahwa 13% mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang memiliki psychological well-being rendah, yang berdampak pada kurangnya ketahanan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi. Temuan Aulia dan Panjaitan (2019) mengungkapkan bahwa 47,2% mahasiswa di sebuah universitas di Yogyakarta mengalami stres yang berkaitan dengan rendahnya psychological well-being. Kondisi ini dapat menimbulkan konsekuensi serius, karena mahasiswa dengan psychological well-being rendah lebih rentan terlibat dalam perilaku negatif seperti gangguan pola tidur, ketidakpuasan hidup, bahkan berisiko melakukan tindakan membahayakan diri (Chao, 2012 dalam Aulia & Panjaitan, 2019). Penelitian Hariaty dkk. (2023) memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa 79,4% mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi mengalami stres tingkat sedang.

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap psychological well-being mahasiswa adalah dukungan sosial, terutama dukungan sosial teman sebaya (Ryff & Keyes, 1995; Saputra & Palupi, 2020). House dan Kahn (1985) mendefinisikan dukungan sosial teman sebaya sebagai dukungan yang diberikan berupa perhatian emosional, bantuan instrumental, dan informasi yang diperoleh melalui interaksi dengan lingkungan sekitar. Ryff (1989) menekankan bahwa kemampuan menjalin hubungan positif dengan orang lain, termasuk teman sebaya, merupakan salah satu karakteristik kunci individu dengan tingkat psychological well-being yang tinggi. Dukungan teman sebaya juga berfungsi sebagai penyangga stres yang membantu meredam dampak negatif dari tekanan akademik dan permasalahan pribadi (Cohen & Wills, 1985 dalam Fatiq & Nasrullah, 2024).

Sejumlah penelitian menunjukkan hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being. Safitri dan Rusli (2023) menemukan bahwa mahasiswa yang sedang menulis skripsi memiliki psychological well-being lebih baik ketika mendapat dukungan sosial teman sebaya. Penelitian Mufidha (2019) menunjukkan dukungan sosial teman sebaya berkontribusi sebesar 42,4% terhadap psychological well-being remaja. Santoso dan Wibowo (2024) juga menemukan bahwa mahasiswa rantau yang mendapat dukungan sosial teman sebaya kuat memiliki psychological well-being lebih baik dalam menghadapi tantangan adaptasi di lingkungan baru.

Akan tetapi, tidak semua penelitian mendukung peran positif dukungan sosial teman sebaya. Imbiri dan A. Huwae (2025) menemukan korelasi negatif signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan tugas akhir. Dalam lingkungan akademis kompetitif, dukungan sosial teman sebaya yang berlebihan justru dapat menimbulkan tekanan sosial tambahan yang memperparah stres dan kecemasan mahasiswa (Brady dkk., 2017).

Mengingat masih terdapat inkonsistensi hasil penelitian mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being, serta keterbatasan penelitian yang secara

khusus mengkaji fenomena ini pada mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir, maka penelitian ini menjadi penting untuk mengisi celah penelitian sebelumnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Menurut Sugiyono (2019), metode kuantitatif merupakan pendekatan penelitian yang didasarkan pada filsafat positivisme dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Azwar (2018) menjelaskan bahwa penelitian korelasional dalam pendekatan kuantitatif bertujuan untuk melihat sejauh mana hubungan antara variabel-variabel, baik dari sisi arah maupun kekuatannya.

Penelitian ini melibatkan dua variabel yaitu variabel bebas (X) berupa dukungan sosial teman sebaya dan variabel terikat (Y) berupa psychological well-being. Psychological well-being didefinisikan sebagai kondisi di mana seseorang mampu menerima segala aspek dalam dirinya, menjalin relasi sehat dengan orang lain, memiliki kemampuan mengambil keputusan, menunjukkan penguasaan terhadap lingkungan, memiliki arah hidup jelas, dan terus mengembangkan potensi diri. Variabel ini diukur menggunakan Ryff Scale of Psychological Well-Being (RSPWB) dari Ryff (1995) yang terdiri dari 18 item dengan nilai reliabilitas 0.880 (Muttaqin, 2022). Dukungan sosial teman sebaya didefinisikan sebagai wujud perhatian, rasa nyaman, penghargaan, dan bantuan fisik maupun psikologis yang diberikan rekan sebaya. Variabel ini diukur menggunakan Social Provisions Scale (SPS) oleh Russell dan Cutrona (1987) yang terdiri dari 24 item dengan koefisien reliabilitas 0.884.

Populasi penelitian adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Sampel penelitian berjumlah 151 mahasiswa aktif Universitas Kristen Satya Wacana yang sedang mengerjakan tugas akhir. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria mahasiswa aktif UKSW dan sedang mengerjakan tugas akhir.

Validitas instrumen diuji menggunakan validitas isi melalui expert judgement oleh dosen pembimbing tugas akhir. Analisis item dilakukan menggunakan corrected item-total correlation dengan batas kelayakan item  $r_{ix} \geq 0,30$  (Azwar, 2021). Reliabilitas diukur menggunakan Alpha Cronbach dengan bantuan program SPSS versi 24 for Windows.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment atau Spearman's rho tergantung hasil uji normalitas. Sebelum menguji hipotesis, dilakukan uji asumsi meliputi uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov (data berdistribusi normal jika  $p > 0,05$ ) dan uji linearitas menggunakan uji F (hubungan linear jika  $p < 0,05$  pada Test of Linearity).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Orientasi Kancah Penelitian dan Pengumpulan Data

Penelitian ini dilaksanakan secara daring di wilayah Salatiga dengan melibatkan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner online menggunakan Google Forms yang disebarluaskan melalui WhatsApp selama 13 hari (7-20 Juli 2025). Beberapa kendala yang dihadapi meliputi rendahnya tingkat respons responden karena kesibukan menyusun tugas akhir dan adanya responden yang mengisi kuesioner kurang cermat.

## Partisipan Penelitian

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Usia</b>		
20	1	0.7%
21	70	46.4%
22	65	43%
23	8	5.3%
24	3	2%
Other	4	2.6%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	100	66.2%
Laki-Laki	51	33.8%
<b>Angkatan</b>		
2022	56	37.1%
2021	76	50.3%
2020	9	6%
2019	3	2%
Other	7	4.6%
<b>Fakultas</b>		
Fakultas Psikologi	86	56.3%
Fakultas Sains dan Matematika	2	1.3%
Fakultas Teknologi Informasi	4	2.6%
Fakultas Teologi	4	2.6%
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan	2	1.3%
Fakultas Pertanian dan Bisnis	2	1.3%
Fakultas Bahasa dan Seni	1	0.7%
Fakultas Biologi	1	0.7%
Fakultas Interdisiplin	3	2%
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan	2	1.3%

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Komunikasi	2	1.3%
Fakultas Hukum	12	7.9%
Fakultas Ekonomi dan Bisnis	17	11.3%
Fakultas Teknik Elektronika dan Komputer	1	0.7%

Partisipan penelitian berjumlah 151 mahasiswa aktif dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia yang sedang mengerjakan tugas akhir. Berdasarkan karakteristik demografi, mayoritas responden berusia 21 tahun (46,4%) dan 22 tahun (43%), berjenis kelamin perempuan (66,2%), berasal dari angkatan 2021 (50,3%), dan dominan dari Fakultas Psikologi (56,3%). Karakteristik ini sesuai dengan target populasi penelitian yaitu mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi tantangan akademik dan psikologis pada tahap akhir studi.

#### Hasil Statistik Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan sosial teman sebaya	151	56	86	69.84	7.082
<i>Psychological Well-Being</i>	151	41	67	53.25	6.036
Valid N (listwise)	151				

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa pada variabel dukungan sosial teman sebaya diperoleh nilai minimum 56, maksimum 86, rata-rata 69,84 dengan standar deviasi 7,082. Pada variabel psychological well-being diperoleh nilai minimum 41, maksimum 67, rata-rata 53,25 dengan standar deviasi 6,036. Nilai rata-rata kedua variabel lebih besar dibanding standar deviasi, menunjukkan sebaran data tidak terlalu jauh dari nilai rata-rata dan cukup representatif.

Kategorisasi dukungan sosial teman sebaya menunjukkan bahwa 45% partisipan berada pada kategori sedang, 19,9% kategori tinggi, 15,1% kategori rendah, 12,6% kategori sangat rendah, dan 6% kategori sangat tinggi. Secara keseluruhan, tingkat dukungan sosial teman sebaya mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir berada pada kategori sedang (mean = 69,84).

Kategorisasi psychological well-being menunjukkan bahwa 49% partisipan berada pada kategori sedang, 19,2% kategori rendah, 13,9% kategori tinggi, 10,7% kategori sangat rendah, dan 6,6% kategori sangat tinggi. Secara keseluruhan, tingkat psychological well-being mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir berada pada kategori sedang (mean = 53,25).

#### Hasil Uji Asumsi

One-Sample-Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		151
Normal Parameters	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.47797310

	<i>Absolute</i>	.094
	<i>Positive</i>	.076
	<i>Negative</i>	-.094
<i>Test Statistic</i>		.094
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.002c

Uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test menghasilkan nilai signifikansi 0,002 ( $p < 0,05$ ), menunjukkan bahwa data residual tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan uji korelasi non-parametrik Spearman's rho untuk menguji hipotesis.

ANOVA Table			Sum Of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Psychological Well-Being</i> Dukungan Sosial Teman Sebaya	<i>Between Groups</i>	(Combined)	4797.737	28	171.348	31.355	.000
		<i>Linearity</i>	4543.384	1	4543.384	832.398	.000
		<i>Deviation from Linearity</i>	254.353	27	9.420	1.724	.024
	<i>Within Groups</i>		666.700	122	5.465		
	Total		5464.437	150			

Uji linearitas menunjukkan nilai F Linearity sebesar 832,398 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan linear yang sangat kuat dan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being. Meskipun terdapat deviation from linearity yang signifikan ( $p = 0,024$ ), nilai F pada linearitas jauh lebih besar dibanding nilai F pada penyimpangan, sehingga hubungan antara kedua variabel tetap dapat dianggap linear dan signifikan.

### Hasil Uji Hipotesis

Correlations				
			Dukungan Sosial Teman Sebaya	Psychological Well-Being
<i>Spearmans's rho</i>	Dukungan Sosial Teman	<i>Correlation Coefficient</i>		
			1.000	.838**

	Sebaya	Sig. (2-tailed)		.000
	N	151	151	
<i>Psychological Well-Being</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	.838**	1.000	
	Sig. (2-tailed)	.000		
	N	151	151	

Hasil uji korelasi Spearman's rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,838 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan pedoman interpretasi koefisien korelasi, nilai 0,838 berada pada rentang 0,80-1,00 yang termasuk kategori sangat kuat. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir dapat diterima.

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat kuat antara dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa dari teman sebaya, semakin tinggi pula psychological well-being yang mereka rasakan. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial berdampak pada menurunnya psychological well-being mahasiswa. Eva dkk. (2020) menemukan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik.

Rahadianyah dan Chusairi (2021) menemukan bahwa dukungan sosial teman sebaya efektif dalam menurunkan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu coping resources penting dalam mengelola stres. Melalui dukungan sosial, mahasiswa dapat mengekspresikan perasaan negatif secara sehat, memperoleh perspektif baru terhadap masalah, serta mengembangkan strategi penyelesaian masalah yang lebih adaptif. Dengan demikian, dukungan sosial berfungsi sebagai buffer yang melindungi individu dari dampak negatif stres akademik terhadap psychological well-being.

Kekuatan korelasi yang sangat tinggi ( $r = 0,838$ ) menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peranan substansial dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswa tingkat akhir, dengan shared variance sekitar 70% antara kedua variabel. Mahasiswa tingkat akhir menghadapi berbagai tantangan kompleks tidak hanya bersifat akademik, tetapi juga emosional dan sosial. Mereka menghadapi tekanan menyelesaikan penelitian berkualitas, deadline ketat, tuntutan dosen pembimbing, kesulitan teknis dalam metodologi atau analisis data, serta kekhawatiran akan masa depan pasca-kelulusan. Sosiady dan Ermansyah (2020) menemukan bahwa mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir mengalami berbagai dampak stres akademik yang dapat mengganggu proses penyelesaian jika tidak dikelola dengan baik.

Dalam konteks penggeraan tugas akhir, teman sebaya dapat memberikan bantuan praktis seperti menemanai ke tempat pengumpulan data, membantu distribusi kuesioner, atau memberikan tempat tinggal sementara untuk penelitian di lokasi jauh. Bentuk-bentuk dukungan instrumental ini sangat berarti bagi mahasiswa rantau yang tidak memiliki keluarga di sekitar kampus. Saputri dkk. (2025) menemukan hubungan positif signifikan antara dukungan sosial

teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau, menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya menjadi sumber dukungan utama bagi mahasiswa yang tinggal jauh dari keluarga.

Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya. Mufidha (2021) menemukan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan prediktor signifikan terhadap psychological well-being pada remaja, memberikan kontribusi substansial terutama dalam aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, dan penguasaan lingkungan. Alawiyah dkk. (2022) menyatakan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial lebih tinggi cenderung memiliki psychological well-being lebih baik dalam menghadapi tekanan akademik. Novianti dan Alfian (2022) menegaskan bahwa dukungan sosial dapat memperkuat resiliensi mahasiswa sehingga lebih mampu menghadapi tantangan selama penggerjaan tugas akhir.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan. Desain korelasional hanya mampu menggambarkan hubungan tanpa memastikan pengaruh sebab-akibat. Pengumpulan data melalui kuesioner daring berbasis self-report rentan terhadap bias subjektivitas. Karakteristik responden yang homogen dari satu universitas membatasi generalisasi hasil ke populasi lebih luas. Berbagai faktor lain yang dapat memengaruhi psychological well-being seperti dukungan keluarga, kondisi ekonomi, kepribadian, atau strategi coping belum dijelaskan dalam penelitian ini.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada 151 mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being ( $r = 0,838$ ,  $p = 0,000$ ). Mayoritas mahasiswa memiliki tingkat dukungan sosial teman sebaya dan psychological well-being pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diterima mahasiswa, semakin tinggi pula psychological well-being yang dirasakan.

## Saran

Untuk penelitian selanjutnya disarankan: (1) memperluas variabel dengan memasukkan dukungan sosial dari berbagai sumber seperti keluarga, pasangan, atau komunitas; (2) mempertimbangkan pendekatan kualitatif seperti wawancara mendalam untuk menggali pengalaman mahasiswa lebih mendalam; (3) memperluas jangkauan sampel ke berbagai universitas agar hasil lebih representatif dan dapat digeneralisasikan lebih luas.

Saran praktis meliputi: (1) mahasiswa perlu saling memberikan dukungan berupa motivasi, kebersamaan, dan bantuan praktis untuk menjaga psychological well-being; (2) dosen pembimbing dan pihak kampus disarankan menciptakan lingkungan akademik suportif melalui forum diskusi, seminar motivasi, atau komunitas belajar; (3) praktisi psikologi pendidikan dapat merancang program intervensi untuk meningkatkan dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., Sahidin, L., & Marhan, C. (2022). Self-compassion dan psychological well-being mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Sublimapsi*, 3(1), 2–3.
- Alawiyah, T., Sano, A., & Yusri. (2022). Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being mahasiswa. *Jurnal Neo Konseling*, 4(1), 1–8.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127–134.  
<https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134>
- Azwar, S. (2018). Metode penelitian psikologi (Ed. ke-2). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). Reliabilitas dan validitas (Ed. ke-4). Pustaka Pelajar.

- Brady, S. T., Cohen, G. L., Jarvis, S. N., & Walton, G. M. (2017). A brief social-belonging intervention in college improves adult outcomes for black Americans. *Science Advances*, 3(5), e1600344.
- Eva, N., Pardjono, Wibowo, U. B., & Siswoyo, D. (2020). The effect of social support on the psychological well-being of college students. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 12(8), 454–467.
- Fatiq, D. F. N., & Nasrullah, N. (2024). Eksplorasi peran dukungan sosial dan rasa syukur dalam meningkatkan subjective well-being santri penghafal Al-Qur'an di pesantren Malang. *Journal of Education Research*, 5(4), 6048–6056.
- Hariaty, H., Elita, V., & Dilaluri, A. (2023). Gambaran stres pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 11(1), 45–51.
- House, J. S., & Kahn, R. L. (1985). Measures and concepts of social support. In S. Cohen & S. L. Syme (Eds.), *Social support and health* (pp. 83–108). Academic Press.
- Imbiri, A. A. P., & Huwae, A. (2025). Dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 6(1), 287–294.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Mufidha, A. (2019). Dukungan sosial teman sebaya sebagai prediktor psychological well-being pada remaja. *Acta Psychologia*, 1(1), 34–42.
- Mufidha, A. (2021). Peran dukungan sosial teman sebaya terhadap psychological well-being remaja. *Psychopreneur Journal*, 5(1), 42–52.
- Muttaqin, D. (2022). Internal structure evaluation on the Indonesian version of psychological well-being scales. *Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 1–16.
- Novianti, R., & Alfian, I. N. (2022). Dukungan sosial dan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi stres akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(2), 145–156.
- Rahadiansyah, M., & Chusairi, A. (2021). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Psikosains*, 16(1), 33–42.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719–727.
- Russell, D. W., & Cutrona, C. E. (1987). The provisions of social relationships and adaptation to stress. In W. H. Jones & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships* (Vol. 1, pp. 37–67). JAI Press.
- Safitri, M., & Rusli, D. (2023). Pengaruh dukungan teman sebaya pada kesejahteraan psikologis mahasiswa mengerjakan skripsi di Bukittinggi. *Jurnal Family Education*, 3(2), 85–92. <https://doi.org/10.24036/jfe.v3i2.93>
- Santoso, A. Y., & Wibowo, D. H. (2024). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dan psychological well-being pada mahasiswa rantau pasca pandemi. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(4), 3910–3920.
- Saputra, M. R., & Palupi, L. S. (2020). Relationship between social support and psychological well-being of the final year students. *E3S Web of Conferences*, 202, 12027. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202020212027>
- Saputri, A. E., Wijaya, H. E., & Werdyaningrum, D. (2025). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan psychological well-being pada mahasiswa rantau. *Jurnal Empati*, 12(1), 45–54.
- Sosiady, M., & Ermansyah, E. (2020). Dampak stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 2(1), 75–84.
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Yuliandri, Pismawenzi, & Khair, B. N. (2024). Psychological well-being mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan tugas akhir. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(1), 89–98.