

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP KECENDERUNGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA RANTAU YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI

Elsa Nurmala Sari, Yolivia Irna Aviani
Universitas Negeri Padang
e-mail : elsanurmalasari97@gmail.com

Abstract: *Contribution of peer social support to the tendency of proble focused coping to overseas student working on thesis. This study's about there is a contribution of peer social support to the tendency of problem focused coping in overseas students who are working on thesis in Bukittinggi. The design is quantitative, population is student who working on thesis in Bukittinggi. The sampling was purposive sampling with total sample of 65 overseas students working on thesis in Bukittinggi. This study uses peer support scale that was adapted from Zaen (2016) and a problem focused coping scale by Kadili (2018). The data collection technique is distributing questionnaires. Testing the research sample using regression analysis. The results showed that $r = 0.778$ and regression value of $p=0.000$ ($p < 0.05$). Based on these results it was concluded that the hypothesis was accepted and there was a contribution between social support of peers to tendency of problem focused coping to overseas students who were working on thesis in Bukittinggi*

Keyword: *Peer social support, problem focused coping, overseas student, thesis*

Abstrak: **Kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap kecenderungan *problem focused coping* pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi.** Penelitian ini bertujuan mengetahui sejauh mana teman sebaya berkontribusi terhadap kecenderungan *problem focused coping*. Desain penelitian kuantitatif dengan populasi mahasiswa rantau skripsi di Bukittinggi. Teknik pengambilan sampelnya *purposive sampling* dengan sampel 65 orang mahasiswa di Bukittinggi. Pada penelitian ini digunakan skala yang diadaptasi dari penelitian Zaen (2016) dan skala *problem focused coping* yang diadaptasi dari Kadili (2018). Teknik pengambilan data yaitu dengan menyebarkan angket. Pengolahan data menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian didapatkan $r = 0.778$ dan nilai regresi sebesar $p=0,000$ ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan hipotesis diterima dimana terdapat kontribusi antara dukungan teman sebaya terhadap kecenderungan *problem focused coping* pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Bukittinggi.

Kata Kunci: *Dukungan sosial teman sebaya, problem focused coping, mahasiswa rantau, thesis*

PENDAHULUAN

Banyak generasi muda saat ini yang memutuskan untuk merantau keluar daerah mereka dengan berbagai tujuan, apakah untuk mencari penghidupan yang lebih baik ataupun untuk mendapatkan pendidikan dengan mutu yang lebih baik. Banyaknya mahasiswa yang merantau keluar daerah untuk mendapatkan pendidikan juag memiliki sisi baik dan sisi buruk. Menurut Jayusman (2018) dengan merantau mereka dapat melatih kemandirian dan juga kemampuan adaptasi dengan lingkungan baru, selain itu juga terdapat kesulitan dan tantangan ketika merantau, diantaranya adalah kesulitan dalam penyesuaian bahasa, mengartikan ekspresi orang-orang di rantau karena bedanya bahasa dan norma yang biasa digunakan dirumah dengan di rantau.

Tekanan-tekanan ini dapat menjadi sumber stress bagi mahasiswa rantau dan ditambah dengan tuntutan akademik yang cukup berat terutama ketika memasuki masa pengerjaan skripsi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2008) yang menemukan bahwa faktor lain yang menyebabkan stress pada mahasiswa rantau adalah stressor yang disebabkan oleh kuliah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Legiran dan Belinawati (2015) yang menemukan bahwa mahasiswa yang tidak tinggal dengan orang tua di Fakultas Kedokteran Universitas

Muhammadiyah Palembang mengalami stress sebanyak 24,6 %.

Sebagian besar mahasiswa mengatakan bahwa stressor terbesar yang dialaminya adalah pada saat pengerjaan skripsi. Pernyataan ini didukung dengan penelitian Astuti dan Hartati (2013) yang menyatakan mahasiswa merasa kesulitan pada saat mengerjakan skripsi karena kebanyakan dari mereka merasa sulit untuk menuangkan ide mereka kedalam bentuk tulisan, dan juga mahasiswa kurang berminat dengan penelitian. Gunawati dan Listiara. (2006) juga menyatakan bahwa mahasiswa merasa kesulitan dalam mengerjakan skripsi karena sulitnya mencari bahan literatur yang relevan dengan penelitian, sulit dalam menemukan tema penelitian dan merasa takut untuk menemui dosen pembimbing.

Berdasarkan penjelasan penyebab stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi diatas, hal yang perlu dilak ukan ketika mengalami stress adalah memilih strategi coping yang tepat untuk mengurangi stress. Stategi coping merupakan cara yang yang dilakukan oleh individu untuk mengurangi tekanan akibat stress yang dialaminya (Cohen & Smet, 1994). Srategi coping terbagi menjadi dua yaitu pemecahan masalah yang langsung berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan pemecahan masalah yang

berfokus pada penyelesaian emosi terlebih dahulu (*emotional focused coping*) (Lazarus & Folkman, 1984). Keefektifan strategi coping ditunjukkan dengan berhasil mengurangi rasa gelisah dan rasa cemas yang ditimbulkan akibat stress (Lazarus & Folkman, 1984). Dalam masa pengerjaan skripsi tentunya lebih banyak dibutuhkan *problem focused coping* karena *problem focused coping* langsung tertuju pada masalah yang dihadapi kemudian mencari alternatif yang tepat untuk menyelesaikan masalah tersebut.

Dalam penggunaan *problem focused coping* dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah dukungan sosial (Lazarus & Folkman, 1984). Dukungan sosial juga terbagi menjadi beberapa jenis, dalam hal mahasiswa rantau pada penelitian ini, dukungan sosial dari teman sebaya lebih mungkin didapatkan oleh mahasiswa yang tinggal jauh dari orang tua. Karena Menurut Papalia, Old, dan Feldman (2008) menjelaskan bahwa teman sebaya memungkinkan memberikan kebutuhan afeksi, simpati, pemahaman moral, tempat beres eksperimen pada usia mahasiswa. Sehingga ketika teman sebaya memberikan dukungan sosial yang baik, kemudian akan memenuhi kebutuhan afeksi mahasiswa rantau sehingga dapat menentukan alternatif pemecahan masalah yang dihadapinya dapat selesai dengan baik. Cara pemecahan masalah orang terdekat

juga akan mempengaruhi bagaimana cara individu menyelesaikan permasalahannya (Erlangga, 2017). Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa ketika teman sebaya mereka memiliki kecenderungan *problem focused coping* untuk menyelesaikan masalahnya, maka orang yang berada disekitarnya juga akan terpengaruh untuk menggunakan *problem focused coping*.

Terdapat beberapa penelitian yang dilakukan untuk meneliti *problem focused coping* diantaranya Listiana (2009) menemukan bahwa ada hubungan antara optimisme dengan *problem focused coping*. Penelitian lain yang dilakukan Kadili (2018) menemukan bahwa kecerdasan emosional berhubungan signifikan terhadap kecenderungan *problem focused coping* dengan kecerdasan emosional. Namun peneliti belum menemukan penelitian yang membahas seberapa besar dukungan sosial teman sebaya berkontribusi dalam kecenderungan mahasiswa rantau untuk cenderung melakukan coping yang berfokus pada masalah dalam pengerjaan skripsi. Untuk itu peneliti tertarik untuk melihat seberapa besar kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap kecenderungan *problem focused coping* pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di kota Bukittinggi.

METODE

Metode penelitian merupakan kuantitatif korelasional untuk melihat bagaimana hubungan variabel X dengan Y. Dukungan sosial teman sebaya merupakan variabel *independent*, dan *problem focused coping* merupakan variabel *dependent*. Kemudian mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Bukittinggi merupakan populasi pada penelitian ini dengan jumlah sampel 65 orang, serta menggunakan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, kuliah di Bukittinggi dan maksimal pulang kerumah orang tuanya dua kali setahun.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya yang diadaptasi dari Zaen (2016) dengan jumlah item sebanyak 36 item yang dikontribusi berdasarkan aspek-aspek yang ada, dan dilakukan penelitian kepada 65 orang subjek yaitu mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di kota Bukittinggi. Kemudian *problem focused coping* yang diadaptasi dari skala penelitian Kadili (2018) yang memiliki jumlah item sebanyak 56 item yang disusun berdasarkan aspek yang ada dan dilakukan penelitian kepada 65 orang subjek yaitu mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di kota Bukittinggi. Dalam penelitian teknik analisis data yang digunakan adalah analisis

regresi yang melihat sejauh mana hubungan antar kedua variabel yang diteliti. Penggunaan analisis regresi salah satunya adalah untuk menentukan arah dan besarnya koefisien korelasi anantara kedua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan penghitungan rerata hipotetik dan rerata empirik dukungan sosial teman sebaya lebih besar dari rerata hipotetiknya, yaitu sebesar 175.26 berbanding 140 dengan demikian dapat dikatakan bahwa subjek memiliki dukungan sosial teman sebaya yang tinggi berdasarkan populasi pada umumnya. Rerata empirik *problem focused coping* lebih besar dari rerata hipotetiknya yaitu 113.52 dibanding 144 sehingga dikatakan bahwa *problem focused coping* subjek lebih tinggi daripada populasi pada umumnya. Kemudian berdasarkan uji normalitas skala dukungan teman sebaya didapat dari $KS-Z = 0.786$ dan $p = 0.567$ ($p = 0.055 > 0.05$). sedangkan hasil uji normalitas skala *problem focused coping* didapat dari $Z = 0.565$ dan $p = 0.907$ ($p = 0.055 > 0.05$) yang menunjukkan sebaran kedua variabel terdistribusi normal.

Berdasarkan hasil analisis linear berganda diperoleh nilai F sebesar 96.470 dengan $p = 0.000$ dan nilai R 0.778, serta R Square 0.599, menunjukkan bahwa variabel bebas mempengaruhi *problem focused coping*. Nilai R Square sebesar 0.599

menunjukkan bahwa variabel bebas memberikan sumbangan efektif terhadap *problem focused coping* sebesar 59.9 % sementara sisanya yaitu 40.1 % dipengaruhi oleh faktor atau variabel lain yang tidak teridentifikasi dalam penelitian ini. Dengan

didapatkan hasil diatas dapat dinyatakan bahwa H_a pada penelitian ini dapat diterima, dimana terdapat kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap *problem focused coping* pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di kota Bukittinggi.

Tabel 1. Kategorisasi Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Distribusi Skor Subjek (n=65)

| Rumus | Skor | Kategorisasi | Subjek | |
|--|------------------------|---------------|-----------|----------------|
| | | | F | Persentase (%) |
| $(\mu+1,5\sigma)<X$ | 182<X | Sangat Tinggi | 25 | 39 |
| $(\mu+0,5\sigma)<X\leq(\mu+1,5\sigma)$ | 154<X\leq182 | Tinggi | 25 | 39 |
| $(\mu-0,5\sigma)<X\leq(\mu+0,5\sigma)$ | 126<X\leq154 | Sedang | 14 | 22 |
| $(\mu-1,5\sigma)<X\leq(\mu-0,5\sigma)$ | 98<X\leq126 | Rendah | 0 | 0 |
| $X<(\mu-1,5\sigma)$ | X<98 | Sangat Rendah | 0 | 0 |
| Total | | | 65 | 100 |

Tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat 25 orang (39%) subjek dikategorikan sangat tinggi, 25 (39%) orang subjek berada pada kategori tinggi, 14 (22%) subjek berada pada kategori sedang. Kemudian tidak terdapat subjek dengan

kategori dukungan sosial teman sebaya dengan kategori rendah dan sangat rendah. Jadi dari penjelasan diatas disimpulkan secara keseluruhan subjek memiliki dukungan teman sebaya yang tinggi.

Tabel 2. Kriteria kategori skala *problem focused coping* dan distribusi skor subjek (N=65)

| Rumus | Skor | Kategorisasi | Subjek | |
|--|-----------------------|---------------|-----------|----------------|
| | | | F | Persentase (%) |
| $(\mu+1,5\sigma) < X$ | 117<X | Sangat Tinggi | 24 | 37 |
| $(\mu+0,5\sigma)<X\leq(\mu+1,5\sigma)$ | 99<X\leq117 | Tinggi | 30 | 56 |
| $(\mu-0,5\sigma) < X \leq (\mu+0,5\sigma)$ | 81<X\leq99 | Sedang | 11 | 34 |
| $(\mu-1,5\sigma) < X \leq (\mu-0,5\sigma)$ | 63<X\leq81 | Rendah | 0 | 0 |
| $X < (\mu-1,5\sigma)$ | X < 63 | Sangat Rendah | 0 | 0 |
| Total | | | 65 | 100 |

Tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat 24 (37%) orang subjek penelitian dikategorikan sangat tinggi, 30 (56%) orang subjek dikategorikan tinggi, 11 (34%) orang dikategorikan sedang. Kemudian tidak terdapat subjek dengan kategori rendah dan sangat rendah. Berdasarkan penjelasan tersebut secara umum didapatkan bahwa subjek memiliki skor *problem focused coping* pada kategori tinggi.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan dukungan sosial teman sebaya terhadap kecenderungan *problem focused coping* pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di kota Bukittinggi. Hal ini diperkuat dengan pendapat Lazarus dan Folkman (1984) bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi dukungan sosial teman sebaya yaitu keterampilan sosial dan dukungan sosial. Memiliki keterampilan sosial yang baik memungkinkan seorang individu untuk menjalin hubungan yang baik dengan individu lain dan menjalin kerjasama yang baik untuk menyelesaikan sebuah masalah dengan individu lain. Kemudian jika individu memiliki dukungan sosial yang baik juga sedikit banyaknya akan mempengaruhi strategi coping yang mereka gunakan. Pendapat ini sejalan dengan temuan Jayusman (2018) bahwa dukungan sosial akan mempengaruhi cara pemilihan

strategi coping dan alternatif pemecahan masalah mereka.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Pramestuti dan Dewi (2017) menemukan bahwa dukungan sosial yang tinggi pada mahasiswa rantau akan berdampak pada stress yang rendah, sebaliknya jika dukungan sosial yang rendah didapatkan mahasiswa rantau maka berdampak pada stress yang tinggi. Menurut Sarafino dan Smith (2010) teman sebaya menduduki peran penting dalam pengambilan keputusan termasuk alternatif pemecahan masalah karena teman sebaya dirasa memiliki pemikiran yang sama yang dapat diajak bertukar pikiran untuk mencari alternatif pemecahan masalah mereka. Jika teman sebaya memiliki kecenderungan *problem focused coping* maka secara tidak langsung mahasiswa rantau juga akan terpengaruh untuk menggunakan *problem focused coping*.

Kecenderungan coping yang berfokus pada masalah pada penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa aspek dukungan sosial diantaranya memberikan dukungan emosional agar mereka merasa dihargai dan di sayangi. Kemudian memberikan dukungan penghargaan yang membenarkan dan menghargai keputusan yang mereka ambil untuk pemecahan masalah mereka, serta memberikan dukungan instrumental yang mencakup memberikan dukungan

secara langsung dan tidak langsung saat mereka memiliki masalah.

Menurut Sarafino dan Smith (2010) menyatakan bahwa teman sebaya memberikan pengaruh terhadap pemilihan strategi coping bagi mahasiswa. Mahasiswa yang cenderung menggunakan *problem focused coping* dapat dipengaruhi oleh beberapa aspek dukungan teman sebaya. Aspek pertama adalah dukungan emosional, ketika mahasiswa diberikan dukungan emosional yang baik, maka mereka akan merasa disayangi dan dihargai sehingga ketika seseorang merasa sayangi dan dihargai di lingkungannya secara tidak langsung akan membantu mereka memilih strategi coping untuk pemecahan masalah mereka dengan tepat.

Dukungan kedua yaitu dukungan penghargaan, dimana dukungan penghargaan ini yaitu memberikan pembenaran terhadap pendapat dan tindakan yang dilakukan. Kemudian memberikan penghargaan yang positif terhadap apapun yang mereka lakukan sehingga membuat mereka merasa dihargai sehingga dapat menentukan strategi coping yang tepat. Kemudian aspek ketiga yaitu dukungan instrumental dimana dukungan instrumental merupakan pemberian bantuan langsung dan tidak langsung ketika temannya memiliki masalah agar masalah tersebut dapat diatasi. Mencarikan alternatif pemecahan masalah

juga merupakan bagian dari pemberian bantuan langsung.

Kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap *kecenderungan problem focused coping* didapatkan dari mahasiswa rantau yang mengerjakan skripsi Bukittinggi, kemudian memilih pernyataan yang sesuai dengan keadaan mereka dan mencakup aspek dukungan emosional mengacu pada ungkapan rasa empati, rasa peduli, dan memberikan rasa perhatian terhadap individu yang bersangkutan. Aspek kedua yaitu dukungan penghargaan dengan pemberian rasa hormat (memberikan penghargaan) yang positif, memberikan motivasi untuk maju, dan persetujuan atas gagasan individu. Aspek selanjutnya yaitu dukungan instrumental yaitu mencakup pemberian bantuan langsung untuk menyelesaikan permasalahan yang dapat menyebabkan stress. Aspek dukungan informatif yaitu memberikan nasehat, saran-saran, serta petunjuk untuk pemecahan masalah.

Skor empirik setiap aspek dukungan sosial teman sebaya lebih besar dari skor hipotetiknya yang berarti subjek pada penelitian ini mempunyai dukungan sosial yang lebih besar dibanding populasi pada umumnya. Hal ini ditunjukkan pada aspek pertama yaitu dukungan emosional, dimana skor empiriknya lebih besar daripada skor hipotetiknya sehingga subjek pada penelitian ini memiliki dukungan emosional

yang lebih besar daripada populasi pada umumnya. Kemudian pada aspek kedua yaitu dukungan penghargaan skor empirik juga lebih tinggi daripada skor hipotetiknya yang menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki dukungan penghargaan yang lebih tinggi dari populasi pada umumnya. Aspek ketiga yaitu dukungan instrumental juga menunjukkan skor empirik yang lebih tinggi dari skor hipotetiknya, sehingga dikatakan bahwa subjek pada penelitian ini memiliki dukungan instrumental yang lebih tinggi dibanding populasi pada umumnya.

Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Tarwiyati (2013) dukungan terbesar yang didapatkan mahasiswa dalam menyelesaikan masalah mereka adalah dari teman sebaya. Secara keseluruhan dapat disimpulkan pada penelitian ini bahwa menurut teori yang telah dikemukakan oleh para ahli mendukung hipotesis pada penelitian ini bahwa dukungan sosial teman sebaya berkontribusi positif terhadap kecenderungan coping yang berfokus pada masalah pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di kota Bukittinggi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa :

1. Mahasiswa rantau yang menjadi subjek penelitian ini memiliki

dukungan sosial yang tinggi daripada subjek pada umumnya

2. Sebagian besar mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Bukittinggi memiliki kecenderungan *problem focused coping* yang baik
3. Penelitian ini membuktikan bahwa dukungan sosial teman sebaya berkontribusi terhadap kecenderungan coping yang berfokus pada masalah pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Bukittinggi.

Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian ini dikemukakan beberapa saran yang dapat dipertimbangkan:

1. Untuk mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi diharapkan juga menjalin hubungan interpersonal yang baik dengan teman sebayanya agar dapat saling membantu dan berbagi informasi terkait penyelesaian skripsi dan juga saling *mensupport* selama masa pengerjaan skripsi
2. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi diharapkan menceritakan kesulitan yang ditemuinya dan juga tetap bersosialisasi dengan teman-teman di kampus agar dapat saling membantu dalam pemecahan masalah yang mereka temui
3. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik

ini agar memperhatikan faktor lain yang mempengaruhi *problem focused coping* dan juga mempertimbangkan

pemberian angket online jika subjek penelitian sulit ditemui dan juga untuk memudah mobilisasi peneliti.

DAFTAR RUJUKAN

- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (studi fenomenologis pada mahasiswa Fakultas Psikologi Undip). *Jurnal Psikologi Undip*, 12,(2),1-6. doi: 10.14710/jpu.12.1.1-13
- Cohen, S., & Syme, L. (1994). *Social support and health*. London: Academic Press.
- Dewi, M. P. (2008). Stress pada mahasiswa yang merantau. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(1). doi: 10.14710/jpu.13.2.190-195
- Erlangga, N. P. (2017). Dukungan sosial dari teman sebaya pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. *Skripsi Universitas Sanatha Dharma Yogyakarta*. Retrieved from https://repository.usd.ac.id/12174/2/129114137_full.pdf
- Gunawati, H. S., & Listiara, A. (2006). Hubungan antara efektifitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*,3,(2). doi: 10.14710/jpu.3.2.93%20-%20115
- Jayusman, R. A. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dan coping stress pada mahasiswa perantau di Yogyakarta. *Skripsi Universitas Islam Indonesia*. Retrieved from [https://dspace.uii.ac.id/bitstream/handle/123456789/7220/HUBUNGAN%20ANTARA%20DUKUNGAN%20SOSIAL%20DAN%20COPING%20](https://dspace.uii.ac.id/bitstream/handle/123456789/7220/HUBUNGAN%20ANTARA%20DUKUNGAN%20SOSIAL%20DAN%20COPING%20STRESS%20PADA%20MAHASISWA%20PERANTAU%20DI%20YOGYAKARTA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- TRESS%20PADA%20MAHASISWA%20PERANTAU%20DI%20YOGYAKARTA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kadili, N. D. (2018). Kecerdasan emosional dan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Skripsi Universitas Sanatha Dharma, Yogyakarta*. Retrieved from http://repository.usd.ac.id/32612/2/149114045_full.pdf
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Legiran, A. M., & Belinawati, N. (2015). Faktor resiko stress dan perbedaannya pada mahasiswa berbagai angkatan di fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Skripsi tidak diterbitkan*. Retrieved from <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkk/article/view/2556>
- Listiana, W. (2009). Hubungan antara optimisme dan problem focused coping pada mahasiswa. *Skripsi Universitas Sanata Dharma*. Retrieved from http://repository.usd.ac.id/28407/2/039114033_Full%5B1%5D.pdf
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development (psikologi perkembangan)*. Jakarta: Penada Media Grup.
- Pramestuti, N. A., & Dewi, K. S. (2017). Distress ditinjau dari dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa tahun pertama Universitas Diponegoro.

- Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Retrieved from <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7606>
- Sarafino, E., & Smith, T. (2010). *Health psychology biopsychosocial interactions*. United State of America: John Wiley & Sons, Inc.
- Tarwiyati, H. (2013). Hubungan antara tingkat problem focused coping dengan stress pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Gresik. *Jurnal Psikosains*. Retrieved from <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/search>
- Zaen, N. A. (2016). Hubungan dukungan teman sebaya dengan motivasi mahasiswa mengerjakan skripsi. *Skripsi Universitas Sunan Kalijaga*. Retrieved from <http://digilib.uin-suka.ac.id/22914/>