

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
IAIN SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BABEL
ANGKATAN 2021**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Oleh:

SHEKAR AYU PUTRY SHAGITA

2124062

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Psikologi Islam

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK
BANGKA BELITUNG
2026**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mondo Barat Kab. Bangka
E-mail : humas@iainsasbabel.ac.id Gmail : humas@iainsasbabel@gmail.com

SURAT KETERANGAN
NOMOR : 317/In.40/FD/PP.00.9/08/2026

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Shekar Ayu Putry Shagita
NIM : 2124062
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL Angkatan 2021

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi sebesar 19% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 13 Agustus 2026
Dekan,



Dr. Iqrom Faldiansyah, MA

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Shekar Ayu Putry Shagita
NIM : 2124062
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **“Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL Angkatan 2021”** ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan atau kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 11 Mei 2026

Yang menyatakan



Shekar Ayu Putry Shagita

NIM. 2124062



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

Institut Agama Islam Negeri (IAIN)

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173
email: stainbangkabelitung@kemcnag.go.id, stain32_sasbabel@yahoo.co.id website: www.stainbabel.ac.id

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Saudari Shekar Ayu Putry Shagita

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Di_

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka Kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama : Shekar Ayu Putry Shagita
NIM : 2124062
Prodi : Psikologi Islam
Judul : Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL Angkatan 2021.

Telah dapat diajukan kepada jurusan Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami, semoga dalam waktu dekat Skripsi ini dapat dimunaqasyahkan.

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Pembimbing I

Prof. Dr. Irawan, M. S. I
NIP. 196608051992031003

Bangka, 11 Mei 2026

Pembimbing II

Primalita Putri Distina, M.Psi., Psikolog
NIP. 199110162023212035



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

Institut Agama Islam Negeri (IAIN)

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173
email: stainbangkabelitung@kemenag.go.id, stain32_sasbabel@yahoo.co.id website: www.stainbabel.ac.id

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi

Saudari Shekar Ayu Putry Shagita

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Di_

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka kami selaku Konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Shekar Ayu Putry Shagita

NIM : 2124062

Prodi : Psikologi Islam

Judul : Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL Angkatan 2021.

Telah layak diajukan kepada jurusan Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Konsultan I

Prof. Dr. H. Zayadi, M. Ag
NIP. 195903271991031001

Bangka, 12 Agustus 2026

Konsultan II

Siska Dwi Paramitha, M.Psi., Psikolog
NIP. 198611052022032001



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN

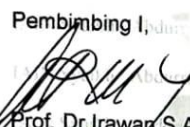
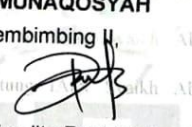
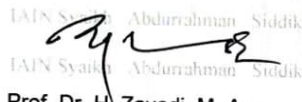
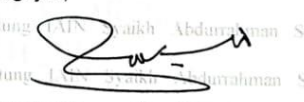
Nomor: B-073/FD/08/2026

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL Angkatan 2021 Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Shekar Ayu Putry Shagita
NIM : 2124062
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam

telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2026 dengan nilai **B (83,03)**, dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I,  Pembimbing II, 
Prof. Dr. Irawan S.Ag., M.S.I. NIP. 197205272005011006
Primalita Putri Distina, M.Psi., Psikolog. NIP. 199110162023212035
Penguji I,  Penguji II, 

Prof. Dr. H. Zayadi, M. Ag NIP. 195903271991031001
Siska Dwi Paramitha, M.Psi., Psikolog. NIP. 198611052022032001

Ketua Panitia 
Anja Kusuma Atmaja S.Kom.I., M.Sos. NIP. 199212252025051002
Bangka, 18 Agustus 2026




Inem Faldiansyah MA
NIP. 197607202011011003

MOTTO

“Allah tidak pernah mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al Insyirah ayat 5-6)

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah : 286)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan menyebut nama Allah Yang Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat, nikmat, kekuatan, dan kesempatan yang tak henti diberikan hingga akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan. Dengan penuh syukur dan ketulusan, karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua penulis. Teruntuk ayahanda tercinta, terima kasih atas setiap doa, semangat, dan pengorbanan yang tanpa henti telah membimbing, mendukung, dan menguatkan dalam setiap langkah sehingga penulis bisa menyelesaikan karya sederhana ini dengan baik. Serta teruntuk Almh. Ibunda tercinta, yang selalu penulis rindukan. Terima kasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan. Skripsi ini penulis persembahkan sebagai wujud bakti dan cinta kasih kepada ayah dan ibu.
2. Abang-abang dan kakak-kakak, terima kasih selalu memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Semua teman-teman yang tidak bisa saya tuliskan satu per satu. Terima kasih telah berkenan menemani penulis selama berproses serta kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
IAIN SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BABEL
ANGKATAN 2021**

Shekar Ayu Putry Shagita

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Psikologi Islam

Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik

Bangka Belitung

Abstrak

Mahasiswa tingkat akhir sering mengalami stress akademik karena adanya tekanan seperti menyelesaikan tugas akhir dan ujian sidang akhir. Salah satu faktor yang berperan penting dalam membantu stress akademik yaitu adanya dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL Angkatan 2021.

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Populasi pada penelitian ini seluruh mahasiswa/i Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam terkhusus angkatan 2021 yang berjumlah 199 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 67 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan uji determinasi, diperoleh nilai R_{square} sebesar 51% menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi 51% terhadap stress akademik sedangkan 49% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif signifikan antara dukungan sosial terhadap stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL Angkatan 2021.

Kata kunci: *Dukungan Sosial, Stres Akademik, Mahasiswa Tingkat Akhir.*

**THE INFLUENCE OF SOCIAL SUPPORT ON ACADEMIC STRESS IN
FINAL LEVEL STUDENTS OF THE FACULTY OF ISLAMIC DA'WAH
AND COMMUNICATION IAIN SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK
BABEL CLASS OF 2021**

Shekar Ayu Putry Shagita

Faculty of Islamic Da'wah and Communication
Islamic Psychology Study Program
State Islamic Religious Institute of Syaikh Abdurrahman Siddik
Bangka Belitung

Abstract

Final year students often experience academic stress due to pressures such as completing final assignments and final trial exams. One factor that plays an important role in helping academic stress is social support. This research aims to determine the effect of social support on academic stress in final year students of the Faculty of Islamic Da'wah and Communication IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL class of 2021.

The type of research used is a quantitative method. The population in this study were all students of the Faculty of Islamic Da'wah and Communication, especially the class of 2021, totaling 199 people. The number of samples in this study was 67 people taken using purposive sampling technique. Based on the determination test, an R_{Square} value of 51% was obtained, indicating that social support contributed 51% to academic stress, while the other 49% was influenced by other factors not studied.

This research concludes that there is a significant negative influence between social support on academic stress in final year student of the Faculty of Islamic Da'wah and Communication IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL class of 2021.

Keywords: Social Support, Academic Stress, Final Year Students.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji dan syukur peneliti haturkan kehadiran Allah SWT yang telah menganugerahkan rahmat serta inayah Nya, sehingga peneliti diberikan kekuatan dan kesabaran dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam kepada Rasulullah SAW yang telah membawa kita umatnya dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti sekarang ini. Semoga kita semua mendapatkan syafa'atnya di akhirat nanti, *Aamiin Ya Robbal Alamiin*.

Penulisan skripsi ini merupakan kajian singkat yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik BABEL Angkatan 2021”. Peneliti menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti memohon maaf apabila dalam setiap bagian dari penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan hormat, ketulusan dan kerendahan hati, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Janawi, M. Ag, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Dr. Iqram Faldiansyah, M.A, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

3. Dr. Noblana Adib, S.Pd.I, M.Pd.I, M.A, selaku Wakil Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
4. Oktarizal Drianus, M. Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
5. Zulkarnain, M.A, selaku Penasehat Akademik.
6. Prof. Dr. Irawan, M.S.I, selaku Pembimbing I.
7. Primalita Putri Distina, M. Psi., Psikolog, selaku Pembimbing II.
8. Prof. Dr. H. Zayadi, M. Ag, selaku Penguji I
9. Siska Dwi Paramitha, M. Psi., Psikolog, selaku Penguji II
10. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
11. Rekan-rekan seperjuangan yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.

Demikianlah karya kecil ini yang dapat saya persembahkan dengan segenap daya dan upaya. Namun, sebagaimana manusia tentunya pasti memiliki keterbatasan. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati peneliti menerima kritik dan saran dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin *Ya Rabbal'alaamiin*.

Bangka, 11 Mei 2026

Shekar Ayu Putry Shagita

NIM.2124062

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT KETERANGAN PLAGIASI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
NOTA DINAS KONSULTAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
HALAMAN ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Kegunaan Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
E. Telaah Pustaka.....	10

BAB II STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR, DUKUNGAN SOSIAL, DAN PENGARUHNYA	13
A. Stres Akademik.....	13
1. Definisi Stres Akademik	13
2. Aspek-Aspek Stres Akademik	14
3. Dimensi Stres Akademik.....	14
4. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Stres Akademik	16

B. Dukungan Sosial.....	18
1. Definisi Dukungan Sosial	18
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial	19
3. Dimensi Dukungan Sosial.....	21
4. Sumber-Sumber Dukungan Sosial	22
5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	22
C. Mahasiswa	24
D. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir	25

BAB III METODE PENELITIAN..... 29

A. Jenis dan Desain Penelitian	29
1. Jenis Penelitian.....	29
2. Desain Penelitian.....	29
B. Populasi dan Sampel.....	30
1. Populasi.....	30
2. Sampel.....	31
C. Lokasi Penelitian	32
D. Identifikasi Variabel Penelitian	32
E. Definisi Konseptual	33
1. Dukungan Sosial (X).....	33
2. Stres Akademik (Y).....	33
F. Definisi Operasional	33
1. Dukungan Sosial (X).....	34
2. Stres Akademik (Y).....	34
G. Instrumen Alat Ukur Penelitian.....	34
1. Skala Stres Akademik	34
2. Skala Dukungan Sosial	36
H. Metode Pengumpulan Data	38
I. Hipotesis	38
J. Teknik Analisis Data	39

K. Uji Keterbacaan	40
L. Uji Psikometri Alat Ukur Penelitian	41
1. Uji Validitas	41
2. Uji Reliabilitas	44
 BAB IV PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR IAIN SYAIKH ABDURRAHMAN SIDIQ BABEL ANGKATAN 2021 ..	48
A. Gambaran Umum Responden.....	48
B. Uji Asumsi Penelitian	49
1. Uji Normalitas.....	49
2. Uji Linearitas.....	50
3. Analisis Regresi Sederhana.....	51
4. Uji Hipotesis	52
5. Koefisien Determinasi.....	54
C. Pembahasan	55
 BAB V PENUTUP	62
A. Kesimpulan.....	62
B.Saran.....	62
1. Saran Metodologi	62
2. Saran Praktis	63
 DAFTAR PUSTAKA	65

DAFTAR TABEL

Tabel III. 1 Blue Print Stres Akademik.....	35
Tabel III. 2 Blue Print Skala Dukungan Sosial	37
Tabel III. 3 Lembar Uji Keterbacaan	40
Tabel III. 4 Hasil Uji Coba Keterbacaan.....	40
Tabel III. 5 Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Sosial	42
Tabel III. 6 Hasil Uji Validitas Skala Stres Akademik	43
Tabel III. 7 Hasil Sebelum dan Sesudah Uji Validitas dan Realibilitas <i>Blue Print</i> Dukungan Sosial	46
Tabel III. 8 Hasil Sebelum dan Sesudah Uji Validitas dan Realibilitas <i>Blue Print</i> Stres Akademik	46
Tabel IV. 1 Data Demografi Responden Penelitian.....	48
Tabel IV. 2 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	49
Tabel IV. 3 Hasil Uji Linearitas	50
Tabel IV. 4 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	51
Tabel IV. 5 Hasil Uji T	53
Tabel IV. 6 Hasil Uji Determinasi	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I. Lembar Kuesioner

Lampiran II. Uji Keterbacaan

Lampiran III. Validitas dan Realibilitas

Lampiran IV. Hasil Uji SPSS

Lampiran V. Tabulasi Data

Lampiran VI. SK Pembimbing Skripsi

Lampiran VII. Kartu Bimbingan Skripsi