

**PENGARUH PEER ATTACHMENT TERHADAP STRES AKADEMIK
MAHASISWA PSIKOLOGI KAMPUS V UNP**

Nurul Oktaviani¹, Annisa Humaira², Adinda Fajarwati³, Verlin Orva Linnisa⁴, Syifa Ryanto⁵, Hafizah Remaopdea Putri⁶, Nadya Putri⁷, Nandira Br Karo⁸,
Nadia Viska Levindra⁹, Rolia Arinda Putri¹⁰

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10}Psikologi FPK Universitas Negeri Padang

Alamat e-mail : noktaviani452@gmail.com¹, annisa19humaira@gmail.com²,
adindafajarwati59@gmail.com³, verlinorvalinnisa722@gmail.com⁴,
syifarnn@gmail.com⁵, hfzhremaopdeaptr@gmail.com⁶,
nadyap1503@gmail.com⁷, nandirabarus93@gmail.com⁸,
nadiaviska23@gmail.com⁹, roliaarin@gmail.com¹⁰

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of peer attachment on the level of academic stress experienced by undergraduate students of the Psychology program at Padang State University. The method used in this research is a quantitative approach with a correlational design, including statistical analysis to measure the relationship between peer attachment variables and academic stress. The results showed that there was a significant negative relationship between the quality of peer attachment and the level of academic stress. The higher the quality of the relationship, the lower the student's stress level. In addition, other factors such as academic workload can also cause stress. This study highlights the importance of peer emotional support in reducing academic stress and recommends social support-based interventions to address the academic pressure faced by students.

Keywords: Peer Attachment, Academic Stress, Emotional Support

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh peer attachment terhadap tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa program sarjana Psikologi Universitas Negeri Padang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, meliputi analisis statistik untuk mengukur hubungan antara variabel peer attachment dengan stres akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kualitas peer attachment dengan tingkat stres akademik. Semakin tinggi kualitas hubungan maka semakin rendah tingkat stres siswa. Selain itu, faktor lain seperti beban kerja akademik juga dapat menyebabkan stres. Penelitian ini menyoroti pentingnya dukungan emosional teman sebaya dalam mengurangi stres akademik dan merekomendasikan intervensi berbasis dukungan sosial untuk mengatasi tekanan akademik yang dihadapi mahasiswa.

Kata Kunci: Keterikatan Teman Sebaya, Stres Akademik, Dukungan Emosional

A. Pendahuluan

Santrock (2016) mengemukakan masa dewasa awal

sebagai fase transisi yang krusial antara remaja dan dewasa, di mana individu sering kali menghadapi

berbagai tantangan yang dapat menimbulkan stres. Pada tahap ini, individu biasanya berada dalam masa perkuliahan, di mana tekanan akademik yang tinggi serta tuntutan sosial dapat menjadi sumber stres (Sze et al., 2021). Tingginya beban akademik, ujian yang lebih sulit, jadwal yang semakin padat, meningkatnya harapan dari orang tua, serta perbedaan metode mengajar dosen dari saat SMA ke perkuliahan merupakan faktor-faktor yang dapat memicu stres pada mahasiswa (Bedewy & Gabriel, 2015). Hal ini didukung berdasarkan penelitian Ambarwati dkk (2017), dimana stres yang dialami mahasiswa tidak hanya berasal dari tugas kuliah sehari-hari, tetapi juga dari tekanan untuk menyelesaikan tugas akhir, dimana mahasiswa Departemen Psikologi Kampus V Universitas Negeri Padang mengalami tingkat stres yang tinggi karena hampir semua mata kuliah mereka berbasis proyek. Selain itu, mereka juga harus mengikuti praktikum, yang membuat mereka harus menyelesaikan proyek dan praktikum sekaligus, tuntutan yang berlebihan ini sering kali melebihi kapasitas mereka, sehingga memicu stres.

Stres akademik, sebagaimana dijelaskan oleh Bedewy dan Gabriel (2015), merujuk pada tekanan psikologis yang dirasakan individu dalam lingkungan akademik. Tekanan ini dapat timbul dari berbagai faktor seperti tuntutan akademik yang tinggi, volume tugas dan ujian yang besar, serta persepsi diri mengenai kemampuan untuk memenuhi harapan tersebut. Faktor-faktor ini sering kali berkontribusi pada tekanan yang dirasakan mahasiswa saat menghadapi tanggung jawab akademik. Menurut Gorvaerst & Gregoire (2004) stress akademik adalah situasi di mana seseorang mengalami tekanan karena persepsi dan penilaian faktor-faktor yang berkaitan dengan pendidikan dan ilmu pengetahuan di perguruan tinggi. Sedangkan menurut Gaol (2016) mendefinisikan stres akademik sebagai rasa ketidak mampuan siswa dalam menghadapi tanggung jawab akademik, seperti tugas dan ujian, yang dihadapi. Ini muncul ketika siswa merasa tidak mampu menyelesaikan masalah atau tuntutan lingkungan mereka, yang menyebabkan reaksi negatif seperti cemas dan gelisah.

Berdasarkan hasil interview yang dilakukan kepada angkatan 2021-2024 pada Program Studi Psikologi Kampus V Universitas Negeri Padang, ditemukan bahwa mahasiswa angkatan 2021 merasa kewalahan dengan tugas kuliah, penyelesaian skripsi, dan tekanan eksternal, seperti harapan keluarga serta ketidakpastian masa depan. Meskipun sebagian besar merasa mampu bersaing dengan rekan-rekan mereka, beberapa mahasiswa masih mengalami kurangnya kepercayaan diri, terutama terkait kelulusan tepat waktu dan prospek karier. Selanjutnya mahasiswa angkatan 2022 menunjukkan tingkat stres yang bervariasi. Ada yang merasa lebih santai karena beban tugas yang lebih ringan, sementara yang lain justru menghadapi peningkatan stres akibat tugas yang semakin berat dan masalah pribadi, yang sering kali berujung pada kelelahan fisik serta tekanan waktu. Sementara itu, mahasiswa angkatan 2023 mengalami stres akademik yang cukup berat, terutama dalam mengelola beban tugas dan memenuhi ekspektasi untuk memperoleh IPK tinggi. Hal ini kerap menyebabkan kecemasan dan

penurunan kepercayaan diri. Terakhir, mahasiswa angkatan 2024, sebagai siswa baru, menghadapi kesulitan dalam memahami materi perkuliahan, terutama pada mata kuliah statistik.

Dukungan sosial dapat menghilangkan efek stres, dapat mengatasi peristiwa stres, dan mengurangi potensi stres yang menyebabkan masalah kesehatan (Rohmah, 2017). Dukungan sosial dapat ditafsirkan sebagai kenyamanan, perawatan, ataupun bantuan yang diterima oleh individu dari orang lain yang dapat merujuk pada individu atau kelompok. Dukungan sosial yang disediakan dapat membuat orang merasa dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari jejaring sosial (Sarafino & Smith, 2014). Secara umum, mahasiswa menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebaya, sehingga peran teman sebaya sebagai sumber dukungan emosional sangat penting Papalia dkk. (2008 dalam Dinata & Supriyadi, 2019).

Hubungan dengan teman sebaya ini juga dikenal dengan *peer attachment*. *Peer attachment* sendiri dapat diartikan sebagai hubungan selama rentang kehidupan antar

manusia sehingga dapat mengembangkan kelekatan. Menurut teori kelekatan, hubungan yang kuat dengan teman sebaya dapat membantu individu mengatasi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental (Bowlby, 1982). Menurut teori Armsden & Greenberg (1987), *peer attachment* mengacu pada bagaimana seseorang memandang tingkat pemahaman, komunikasi yang efektif, serta rasa aman dan nyaman yang mereka peroleh dari hubungan dengan teman sebaya. Institusi pendidikan berperan sebagai lingkungan utama yang mendukung perkembangan *attachment* dengan teman sebaya, karena menjadi tempat utama untuk bersosialisasi.

Kampus sebagai institusi pendidikan memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan mahasiswa, dengan menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pengembangan hubungan positif antar teman sebaya. Mahasiswa yang memiliki keterikatan positif dengan teman sebaya cenderung lebih mampu mengelola tekanan akademik yang mereka hadapi. Hubungan yang saling mendukung dan pemahaman yang mendalam di antara teman

sebaya dapat menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi tantangan yang muncul selama masa transisi ini. Hal ini didukung berdasarkan penelitian Ma'rifah (2019) dimana *peer attachment* di dunia perkuliahan merupakan hal yang paling penting dikarenakan sering kali terjadi pergantian figur kelekatan pada mahasiswa selain orang tua. Sehingga, *peer attachment* bukan hanya berfungsi sebagai jalinan sosial, tetapi juga sebagai mekanisme yang efektif dalam menghadapi tantangan selama masa transisi ke fase dewasa.

Peer attachment yang lemah dengan teman sebaya justru dapat memperburuk tingkat stres. Hal ini didasarkan oleh penelitian Kurniawan et al., (2022) pada Siswa Kelas XII Jurusan MIPA Di SMAN X Padang yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat keterikatan teman sebaya, semakin rendah stres akademik yang dialami siswa, hal ini mengindikasikan bahwa hubungan teman sebaya yang suportif dapat membantu meredakan stres yang muncul akibat tuntutan akademis.

Pada konteks mahasiswa, yang dituntut secara akademik dengan

tugas, *project based learning*, uas, uts dan tuntutan lainnya, sehingga teman merupakan sosok penting dalam kehidupan mahasiswa untuk dapat saling berkomunikasi dan membantu mengurangi beban akademik yang sedang dihadapi. Selain itu, tugas-tugas mahasiswa sering kali dilakukan secara berkelompok, yang meningkatkan intensitas interaksi mereka dengan teman. Akibatnya, hubungan dengan teman dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi tingkat stres pada mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis apakah *peer attachment* memiliki pengaruh terhadap tingkat stres akademik yang dialami oleh mahasiswa. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu pengaruh *peer attachment* terhadap tingkat stress akademik. Semakin tinggi kualitas hubungan *peer attachment* maka semakin rendah tingkat stres yang dialami individu, dan sebaliknya yaitu semakin rendah hubungan *peer attachment* maka semakin tinggi tingkat stres yang dialami individu.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan pendekatan penelitian yang berlandaskan paradigma *postpositivisme* untuk mengembangkan ilmu pengetahuan. Pendekatan ini menggunakan strategi penelitian seperti eksperimen dan survei yang melibatkan analisis data statistik. Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dua atau lebih variabel melalui penghitungan statistik (Emzir, 2019).

Penelitian ini dilakukan di Kampus V Universitas Negeri Padang pada tanggal 20–28 November 2024. Proses pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Google Form. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari mahasiswa Kampus V UNP angkatan 2021–2024, dengan total sebanyak 360 orang. Penentuan jumlah sampel mengacu pada tabel Isaac dengan tingkat toleransi kesalahan sebesar 5%, sehingga diperoleh sampel sebanyak 177 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *simple random sampling*.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu *Perception of Academic Scale (PASS)* dikembangkan berdasar aspek dari Bedewy & Gabriel dan diambil dari skripsi Imam Rizki Ramadhan berjumlah 18 item dengan reliabilitas sebesar (0,805). Skala *Peer Attachment* dikembangkan berdasarkan aspek dari Armsden & Greenberg dan diambil dari skripsi Emanuela Prima Wardhani berjumlah 34 item dengan reliabilitas sebesar (r=0,931). Kedua skala ini menggunakan metode skala likert. Skala Likert digunakan untuk menilai pandangan dan pendapat seseorang atau kelompok tentang fenomena social (Sugiyono, 2011)

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji normalitas dan uji regresi linear. Proses pengolahan data dibantu oleh program komputer IBM SPSS Statistics versi 25.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil

Pada penelitian ini uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi nilai residual dimana nilai residual yang berdistribusi normal merupakan suatu model regresi yang baik. Hasil uji normalitas disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		180
Normal Parameters^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	14.88093214
Most Extreme Differences	Absolute	.049
	Positive	.031
	Negative	-.049
Test Statistic		.049

Asymp. Sig. (2-tailed) ^c	.200 ^d
-------------------------------------	-------------------

Berdasarkan tabel di atas diperoleh hasil uji normalitas sebesar 0.200, yang mana nilai signifikansi > 0.05 sehingga data dalam penelitian ini dapat dikatakan berdistribusi normal dan memenuhi syarat uji linearitas.

Kemudian uji linearitas dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara variabel *peer attachment* dengan variabel stres akademik, yang memperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 2 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres * Peer	Between Groups	(Combined)	1720.296	59	29.158	1.089	.343
		Linearity	401.509	1	401.509	14.994	<.001
		Deviation from Linearity	1318.787	58	22.738	.849	.754
Within Groups			3213.348	120	26.778		
Total			4933.644	179			

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa signifikansi *deviation from linearity* diperoleh nilai sebesar 0.754 yang mana nilai ini lebih besar dari 0.05. Dengan begitu hal ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel

peer attachment dengan variabel stres akademik.

Kemudian dilakukan analisis uji regresi linear untuk mengetahui pengaruh antara kedua variabel yang diperoleh dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3 Hasil Uji Regresi Linear

ANOVA ^a						
	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	401.509	1	401.509	15.769	<.001 ^b
	Residual	4532.135	178	25.461		
	Total	4933.644	179			

Berdasarkan pemaparan pada tabel tersebut diketahui bahwa nilai F hitung diperoleh sebesar 15.769 dengan nilai signifikansi sebesar 0.001 dimana lebih kecil dari 0.05, maka dari itu dapat disimpulkan bahwa variabel *peer attachment* memiliki pengaruh terhadap variabel stres akademik.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *peer attachment* dan stres akademik pada mahasiswa Psikologi Kampus V Universitas Negeri Padang. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa keterikatan dengan teman sebaya berperan sebagai faktor pelindung terhadap

stres akademik. Misalnya, Purwati dan Rahmandani (2020) menemukan bahwa mahasiswa dengan keterikatan teman sebaya yang lebih tinggi cenderung mengalami tingkat stres akademik yang lebih rendah. Penelitian lain oleh Prastika (2022) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya dapat membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik, khususnya bagi mereka yang sedang menyusun skripsi. Demikian pula, Seftyfenda (2024) mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan dukungan sosial yang kuat dari teman sebaya cenderung memiliki tingkat stres akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki keterikatan sosial yang lemah. Temuan ini didukung oleh teori kelekatan Bowlby (1982) yang

menekankan bahwa hubungan interpersonal yang kuat dapat memberikan rasa aman dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu.

Selain itu, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *peer attachment* berpengaruh secara signifikan terhadap stres akademik. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki keterikatan yang kuat dengan teman sebaya cenderung mengalami tingkat stres akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki keterikatan yang lemah. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwati dan Rahmandani (2018), yang menemukan hubungan negatif signifikan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro, di mana kelekatan pada teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 16% terhadap stres akademik.

Selain itu, penelitian oleh Javier dan Rahayu (2022) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *peer attachment* dengan penyesuaian mahasiswa baru

Fakultas Psikologi UKSW di masa pandemi, yang mengindikasikan bahwa keterikatan dengan teman sebaya dapat membantu mahasiswa dalam menyesuaikan diri dan mengurangi stres akademik. Namun meskipun *peer attachment* memiliki pengaruh signifikan terhadap stres akademik, penelitian ini juga menemukan bahwa terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stres mahasiswa, seperti beban akademik, tuntutan keluarga, dan ekspektasi diri sendiri (Bedewy & Gabriel, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa stres akademik merupakan fenomena yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor selain hubungan sosial dengan teman sebaya.

Sebaliknya, terdapat penelitian yang tidak sejalan dengan temuan ini, seperti yang dilakukan oleh Harjuna & Magistarina (2021), yang menemukan bahwa faktor utama yang berkontribusi terhadap stres akademik adalah faktor internal individu, seperti strategi coping dan regulasi emosi, bukan *peer attachment*.

Selain itu, hasil uji linearitas yang menunjukkan hubungan antara *peer attachment* dan stres akademik

bersifat linear sejalan dengan temuan dalam penelitian yang dilakukan Kurniawan et al (2022), pada siswa kelas XII jurusan MIPA di SMAN X Padang. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa keterikatan dengan teman sebaya memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan stres akademik, sehingga semakin kuat keterikatan dengan teman sebaya, semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami. Hal ini memperkuat bahwa perubahan dalam kualitas hubungan dengan teman sebaya berbanding lurus dengan perubahan tingkat stres akademik.

E. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian ini, disimpulkan jika terdapat pengaruh yang signifikan antara keterikatan teman sebaya (*peer attachment*) dengan tingkat stres akademik yang dialami oleh mahasiswa. Kualitas hubungan keterikatan yang lebih tinggi dengan teman sebaya berkontribusi pada tingkat stres yang lebih rendah pada individu, dan sebaliknya. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa dukungan

emosional dari teman sebaya dapat membantu mahasiswa dalam mengelola stres akademik, serta menekankan pentingnya intervensi berbasis dukungan teman sebaya dan pengelolaan tugas akademik yang efektif sebagai strategi untuk mengurangi stres di kalangan mahasiswa.

Saran

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah sebagai berikut:

1. Riset lebih dalam mengenai faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi stres akademik, seperti dukungan dari keluarga atau lingkungan kampus.
2. Sebaiknya melibatkan populasi yang lebih beragam, termasuk mahasiswa dari berbagai jurusan dan universitas, untuk mendapatkan hasil yang lebih umum dan representatif.
3. Peneliti juga menyarankan agar institusi pendidikan mengimplementasikan program-program yang mendukung pengembangan hubungan positif antar mahasiswa, seperti kegiatan

kelompok atau workshop yang fokus pada keterampilan sosial dan dukungan emosional.

4. Penggunaan metode penelitian yang lebih beragam, seperti pendekatan kualitatif, dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang pengalaman mahasiswa terkait stres akademik dan keterikatan teman sebaya.

Saran-saran ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang dinamika stres akademik dan hubungan sosial di kalangan mahasiswa, serta untuk memberikan kontribusi positif bagi pengembangan kebijakan di institusi pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40-47.
- Armsden & Greenberg. (1987). The Inventory of parent and peer attachment: individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16 (5). 1-28.
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 2(2). <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Bowlby, J. 1982. Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed.). Basic Books, New York.
- Dinata, I.G.D.A., & Supriyadi. (2019). Hubungan kontrol diri , beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja part time. *Psikologi Udayana*, 103–115.
- Emzir. 2019. *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kuantitatif & Kualitatif*. Depok: Rajawali Pers.
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin*

- Psikologi, 24(1), 1-11.
<https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Govaerts, S., & Grégoire, J. (2004). Stressful academic situations: Study on appraisal variables in adolescence. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, 54(4), 261–271.
<https://doi.org/10.1016/j.erap.2004.05.001>
- Harjuna, R. T. B., & Magistarina, E. (2021). Tingkat stress akademik mahasiswa selama daring di masa pandemi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 10791-10798.
- Javier, R., & Rahayu, M. N. M. (2022). Peer Attachment dan Penyesuaian Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi di masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 497-506.
- Kurniawan, H., Titisemita, A., Handayani, S., Susanti, E., & Fenia, S. Z. (2022). Hubungan Antara Kelekatan Teman Sebaya Dengan Stress Akademik Pada Siswa Kelas XII Jurusan MIPA Di SMAN X Padang. *Jurnal Ekonomika Dan Bisnis (JEBS)*, 2(1), 91-99.
- Kurniawan, H., Titisemita, A., Handayani, S., Susanti, E., & Fenia, S. Z. (2022). Hubungan Antara Kelekatan Teman Sebaya Dengan Stress Akademik Pada Siswa Kelas XII Jurusan MIPA Di SMAN X Padang. *Jurnal Ekonomika Dan Bisnis (JEBS)*, 2(1), 91-99.
- Ma'rifah, F. (2019). *Hubungan antara konsep diri dan peer attachment dengan kemampuan penyesuaian diri pada mahasiswa Bidikmisi UIN Walisongo* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang).
- Prastika, F. O. (2022). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stress Akademik Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Di Universitas Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Purwati, M., & Rahmandani, A. (2020). Hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dengan

- stres akademik pada mahasiswa teknik perencanaan wilayah dan kota Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 456-466.
- Rohmah, Q. (2017). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Malang. *Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Santrock, J. W. (2016). LIFE-SPAN.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). Health psychology: Biopsychosocial Interactions. John Wiley & Sons.
- Seftyfenda, Z. C. (2024). *Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau yang sedang mengerjakan skripsi* [Skripsi, UIN Suska Riau].
- Sugiyono, (2011). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sze, K. Y. P., Lee, E. K. P., Chan, R. H. W., & Kim, J. H. (2021). Prevalence of negative emotional eating and its associated psychosocial factors among urban Chinese undergraduates in Hong Kong: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 21(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10531-3>