

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI

Priscilla Viona Susanto¹, Debora Basaria²

¹Program Studi Psikologi Jenjang Sarjana, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: priscilla.7050200142@stu.untar.ac.id

²Program Studi Psikologi Jenjang Sarjana, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: deborab@fpsi.untar.ac.id

Masuk: 28-05-2025, Revisi: 07-07-2025, Diterima untuk diterbitkan: 30-09-25

ABSTRAK

Studi ini mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang menjalani proses penulisan skripsi. Mahasiswa pada tahap ini sering mengalami stres dan tantangan, baik dari dalam maupun luar diri mereka. Dukungan sosial, yang dapat berasal dari berbagai sumber seperti teman sebaya, keluarga, atau dosen pembimbing, dianggap sebagai faktor kunci dalam membantu mereka mengatasi hambatan akademis dan meningkatkan kondisi psikologis mereka. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi tingkat stres, memberikan bantuan emosional, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana dukungan sosial memengaruhi mahasiswa dalam konteks penulisan skripsi, untuk mendukung mereka mencapai prestasi akademis yang optimal dan mempersiapkan mereka menghadapi tantangan di masa depan.

Kata Kunci: Dukungan sosial, *psychological well-being*, mahasiswa skripsi

ABSTRACT

This study explores the relationship between social support and psychological well-being in students undergoing the thesis-writing process. Students at this stage often experience stress and challenges, both internally and externally. Social support, which can come from various sources such as peers, family, or academic advisors, is considered a key factor in helping them overcome academic obstacles and improve their psychological condition. Previous research has shown that social support can reduce stress levels, provide emotional assistance, and enhance overall psychological well-being. Therefore, it is essential to understand how social support influences students in the context of thesis writing, to support them in achieving optimal academic performance and preparing them to face future challenges.

Keywords: Social support, *psychological well-being*, thesis

Mahasiswa tingkat akhir di perguruan tinggi kerap menghadapi tekanan akademik yang signifikan, terutama saat menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Proses ini sering kali memicu stres, kecemasan, bahkan gangguan kesejahteraan psikologis akibat tuntutan akademik, revisi yang berulang, serta kesulitan dalam mengatur waktu dan berkomunikasi dengan dosen pembimbing (Saputra & Palupi, 2020; Yani et al., 2025; Umari et al., 2024). Kesejahteraan psikologis, yang mencakup kemampuan individu untuk mengelola tekanan dan tetap berfungsi optimal secara emosional, menjadi faktor penting agar mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi dengan baik (Saputra & Palupi, 2020; Mohamed & Jeilani, 2025; Khan et al., 2024).

Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan krusial dalam menjaga dan meningkatkan *psychological well-being* mahasiswa. Dukungan sosial, baik dari teman sebaya, keluarga, maupun

lingkungan kampus, dapat berupa bantuan emosional, informasi, maupun instrumental yang membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik (Saputra & Palupi, 2020; Umari et al., 2024; Alsubaie et al., 2019; Khan et al., 2024). Studi di Universitas Airlangga menemukan adanya hubungan positif yang kuat antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, di mana semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin baik pula *psychological well-being* yang dirasakan (Saputra & Palupi, 2020). Temuan serupa juga dilaporkan pada mahasiswa di berbagai negara dan konteks pendidikan, menegaskan bahwa dukungan sosial mampu menurunkan tingkat stres, kecemasan, serta meningkatkan resiliensi dan kepuasan hidup mahasiswa (Mohamed & Jeilani, 2025; Umari et al., 2024; Poots & Cassidy, 2020; Alsubaie et al., 2019; Khan et al., 2024; Huang & Zhang, 2021; Dong et al., 2024; Naz et al., 2024; Anjum, 2022; Yusof et al., 2022; Guo et al., 2022; Man & Jing, 2025; Anda et al., 2025).

Tabel 1

Peran Dukungan Sosial terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa

Aspek Dukungan Sosial	Dampak pada <i>Psychological Well-Being</i> Mahasiswa Skripsi	Sumber
Dukungan teman sebaya	Menurunkan stres, meningkatkan adaptasi	(Saputra & Palupi, 2020; Yani et al., 2025; Umari et al., 2024; Alsubaie et al., 2019; Khan et al., 2024)
Dukungan keluarga	Meningkatkan kepercayaan diri dan resiliensi	(Alsubaie et al., 2019; Khan et al., 2024; Naz et al., 2024; Anjum, 2022)
Dukungan institusi/kampus	Memfasilitasi <i>coping</i> dan penyesuaian akademik	(Mohamed & Jeilani, 2025; Poots & Cassidy, 2020; Hassan et al., 2023; Yusof et al., 2022; Guo et al., 2022)
Dukungan emosional & instrumental	Mengurangi kecemasan, meningkatkan kepuasan hidup	(Saputra & Palupi, 2020; Mohamed & Jeilani, 2025; Khan et al., 2024; Huang & Zhang, 2021; Dong et al., 2024; Anda et al., 2025)

Selain itu, dukungan sosial terbukti dapat menjadi *buffer* atau pelindung terhadap dampak negatif stres akademik, baik secara langsung maupun melalui peningkatan faktor psikologis lain seperti self-efficacy, resiliensi, dan harga diri (Mohamed & Jeilani, 2025; Khan et al., 2024; Huang & Zhang, 2021; Dong et al., 2024; Anda et al., 2025). Mahasiswa yang merasa didukung cenderung memiliki kepercayaan diri lebih tinggi, mampu beradaptasi dengan perubahan, serta lebih mudah mengelola emosi dan tekanan selama proses penyusunan skripsi (Saputra & Palupi, 2020; Mohamed & Jeilani, 2025; Khan et al., 2024; Huang & Zhang, 2021; Dong et al., 2024; Anda et al., 2025).

Berdasarkan paparan tersebut, penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menjadi sangat relevan untuk dilakukan, guna memberikan dasar ilmiah bagi intervensi dan kebijakan yang mendukung kesehatan mental mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi.

METODE

Karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa dengan kriteria: (1) mahasiswa aktif; (2) sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi; (3) memiliki teman yang memiliki usia sebaya. Penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling* dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2008), teknik *purposive sampling* digunakan untuk menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pada penelitian ini, pengambilan data berdasarkan pada subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian dan tidak ada batasan dalam hal ekonomi, kepercayaan, maupun status sosial. Partisipan yang terkumpul dan telah mengisi kuesioner yang telah dibagikan adalah 194 partisipan. Berdasarkan kategori usia partisipan, penelitian ini memiliki rentang usia partisipan 21 hingga 35 tahun. Kode 1 berisikan umur 20 – 25 tahun, kode 2 berisikan umur 26 – 30 tahun, dan kode 3 berisikan umur 31 – 35 tahun. Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan bentuk non eksperimental karena tidak ada paksaan khusus atau manipulasi yang diberikan kepada partisipan. Desain yang digunakan, yaitu uji korelasional antar variabel untuk menguji adanya hubungan antara variabel dukungan sosial dengan variabel *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

HASIL

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti, dapat dilakukan uji normalitas pada kedua variabel penelitian menggunakan *one sample kolmogorov-smirnov test*. Data penelitian dapat dikatakan terdistribusi normal apabila nilai signifikan (p) > 0.05 (Nisfianoor, 2009). Sebaliknya, apabila nilai signifikan (p) < 0.05 data tersebut dikatakan terdistribusi tidak normal. Pada variabel dukungan sosial dan PWB nilai signifikan yang dimiliki sebesar 0.30 di mana lebih besar dari 0.05. Artinya, kedua data variabel penelitian terdistribusi normal.

Dari data yang diperoleh peneliti, perlu dilakukan uji korelasi antara variabel dukungan sosial dan PWB untuk menjawab hipotesis penelitian. Analisis korelasi data menggunakan korelasi Pearson karena data penelitian terdistribusi secara normal. Menurut Nisfianoor (2009), data penelitian dikatakan memiliki korelasi positif apabila $0 < r < 1$, serta dikatakan signifikan apabila $p < 0.01$. Berdasarkan hasil uji korelasi antara variabel dukungan sosial dengan PWB, diperoleh nilai $r = 0.343$ dan nilai $p = 0.000 < 0.01$. Dengan demikian, terdapat hubungan positif dan signifikan antara nilai dukungan sosial dan PWB. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi PWB.

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ($r = 0,343$; $p = 0,000$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya. Koefisien korelasi sebesar 0,343 menunjukkan kekuatan hubungan yang tergolong sedang, yang merefleksikan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi substansial namun tidak eksklusif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam konteks penulisan skripsi.

Temuan penelitian ini dapat diinterpretasikan melalui perspektif bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menghadapi berbagai tantangan akademis dan psikologis yang memerlukan dukungan dari lingkungan sosial mereka. Dukungan sosial yang diterima, baik berupa dukungan emosional, instrumental, maupun informasional, berfungsi sebagai *buffer* yang membantu mahasiswa mengatasi stres akademis dan mempertahankan kondisi psikologis yang optimal. Proses penulisan skripsi yang sering kali

menimbulkan kecemasan, tekanan waktu, dan kesulitan dalam menuangkan gagasan menjadi tulisan ilmiah dapat dimitigasi melalui keberadaan sistem dukungan sosial yang memadai.

Dukungan sosial dalam konteks mahasiswa skripsi tidak hanya berasal dari teman sebaya, tetapi juga dari dosen pembimbing, keluarga, dan komunitas akademis. Namun, penelitian ini secara khusus menekankan peran dukungan sosial teman sebaya yang memiliki karakteristik usia dan latar belakang serupa, sehingga mampu memberikan pemahaman dan empati yang lebih mendalam terhadap tantangan yang dihadapi. Interaksi dengan teman sebaya menciptakan ruang untuk berbagi pengalaman, mendiskusikan hambatan penelitian, dan memberikan motivasi timbal balik yang berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Mufidha (2021) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian Rachma (2022) juga mengkonfirmasi pola hubungan serupa pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring, mengindikasikan konsistensi peran dukungan sosial dalam berbagai konteks akademis. Lebih lanjut, penelitian oleh Sembiring (2023) menunjukkan nilai korelasi yang lebih tinggi ($r = 0,572$) dengan kontribusi dukungan sosial terhadap *psychological well-being* sebesar 32,7%, yang mengindikasikan bahwa pada sampel yang berbeda, kekuatan hubungan kedua variabel dapat bervariasi.

Namun, koefisien korelasi dalam penelitian ini ($r = 0,343$) lebih rendah dibandingkan dengan beberapa penelitian sebelumnya, seperti penelitian pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bukittinggi yang menemukan nilai korelasi sebesar 0,781 dan penelitian pada mahasiswa rantau yang menunjukkan kontribusi dukungan sosial mencapai 57,6%. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh variasi karakteristik sampel, konteks sosial-budaya, serta instrumen pengukuran yang digunakan. Penelitian oleh Efendi et al. (2023) pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi menemukan koefisien yang lebih rendah ($r = 0,262$), yang menunjukkan bahwa pengaruh dukungan sosial terhadap variabel psikologis dapat berbeda bergantung pada fokus penelitian, seperti resiliensi akademik versus kesejahteraan psikologis.

Keunggulan penelitian ini terletak pada fokus spesifik terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, suatu periode kritis yang ditandai dengan tingkat stres akademis yang tinggi dan tuntutan untuk menghasilkan karya ilmiah mandiri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional yang memungkinkan identifikasi hubungan statistik yang jelas antara kedua variabel. Penggunaan teknik *purposive sampling* dengan kriteria partisipan yang jelas memastikan bahwa sampel penelitian relevan dengan fenomena yang diteliti. Selain itu, penelitian ini mengonfirmasi pentingnya dukungan sosial dalam konteks akademis yang spesifik, memberikan landasan empiris bagi pengembangan program intervensi psikologis untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam interpretasi hasil. Pertama, kekuatan korelasi yang tergolong sedang mengindikasikan bahwa dukungan sosial hanya menjelaskan sebagian varians dalam kesejahteraan psikologis, sementara faktor-faktor lain seperti kepribadian, strategi *coping*, resiliensi akademik, dan kondisi ekonomi juga berkontribusi signifikan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa resiliensi dan *hardiness* juga memainkan peran penting dalam mengelola stres akademis pada mahasiswa tingkat akhir. Kedua, penelitian ini tidak membedakan secara spesifik sumber dukungan sosial (teman sebaya, keluarga, atau dosen pembimbing), padahal penelitian menunjukkan bahwa kontribusi masing-masing sumber dapat berbeda.

Ketiga, desain korelasional yang digunakan tidak dapat menetapkan hubungan kausal antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis, sehingga interpretasi harus dilakukan dengan hati-hati. Keempat, penelitian ini tidak mengeksplorasi dimensi-dimensi spesifik dari *psychological well-being* (seperti otonomi, pertumbuhan pribadi, atau tujuan hidup) yang mungkin memiliki korelasi berbeda dengan dukungan sosial. Terakhir, faktor kontekstual seperti tahap penulisan skripsi (proposal, pengumpulan data, atau penulisan hasil) yang mungkin memengaruhi tingkat stres dan kebutuhan akan dukungan sosial tidak dieksplorasi dalam penelitian ini.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi institusi pendidikan tinggi untuk mengembangkan program dukungan sosial yang terstruktur, seperti kelompok dukungan sebaya (*peer support groups*), program bimbingan akademis yang lebih intensif, dan pelatihan manajemen stres bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Intervensi psikologis berbasis dukungan sosial dapat dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa melalui strategi seperti *psychoeducation*, konseling kelompok dengan teknik *Cognitive Behavioral Therapy*, dan pembentukan komunitas akademis yang suportif.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain longitudinal guna mengidentifikasi hubungan kausal dan dinamika temporal antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis selama proses penulisan skripsi. Eksplorasi lebih lanjut mengenai peran mediator dan moderator, seperti resiliensi akademik, strategi *coping*, dan *self-efficacy*, dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai mekanisme psikologis yang mendasari hubungan kedua variabel. Selain itu, penelitian kualitatif atau *mixed-methods* dapat digunakan untuk menggali pengalaman subjektif mahasiswa mengenai jenis dukungan sosial yang paling bermanfaat dalam konteks spesifik penulisan skripsi. Perluasan sampel dengan mempertimbangkan variabel demografis seperti jenis kelamin, program studi, dan tahap penulisan skripsi juga dapat meningkatkan generalisasi temuan penelitian

KESIMPULAN

Penelitian ini mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada mahasiswa yang sedang menjalani proses penulisan skripsi. Berdasarkan data yang dikumpulkan dari 194 partisipan dengan rentang usia 21–35 tahun, hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kedua variabel ($r = 0,343$; $p = 0,000 < 0,01$). Temuan ini menjawab pertanyaan penelitian bahwa dukungan sosial, khususnya dari teman sebaya, memiliki kontribusi yang bermakna terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa pada fase penulisan skripsi. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang mereka alami.

Hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi diterima dan terbukti secara empiris. Koefisien korelasi sebesar 0,343 mengindikasikan hubungan yang tergolong sedang, menunjukkan bahwa dukungan sosial menjelaskan sekitar 11,8% dari varians dalam kesejahteraan psikologis, sementara faktor-faktor lain berkontribusi pada sisanya. Dukungan sosial dalam bentuk dukungan emosional, instrumental, dan informasional yang berasal dari teman sebaya membantu mahasiswa mengatasi stres akademis, mengurangi kecemasan, dan mempertahankan motivasi selama menjalani proses penulisan skripsi yang menantang. Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa hubungan interpersonal yang positif dan dukungan dari lingkungan sekitar memainkan peran penting dalam kesejahteraan psikologis individu.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis dan teoritis yang signifikan bagi berbagai pihak terkait pendidikan tinggi. Pada tingkat institusional, universitas dan program studi sebaiknya mengembangkan dan memperkuat sistem dukungan sosial yang terstruktur untuk mahasiswa tingkat akhir, termasuk pembentukan kelompok dukungan sebaya (*peer support groups*), program bimbingan akademis yang lebih intensif, dan forum diskusi untuk berbagi pengalaman dalam mengerjakan skripsi. Program orientasi untuk mahasiswa baru dapat juga menekankan pentingnya membangun jaringan sosial yang kuat sebagai strategi coping untuk menghadapi tantangan akademis di kemudian hari.

Pada level individual, hasil penelitian ini menekankan pentingnya bagi mahasiswa untuk secara aktif mencari dan mempertahankan hubungan sosial yang suportif. Mahasiswa didorong untuk terbuka dalam mengomunikasikan kebutuhan dan tantangan mereka kepada teman sebaya, keluarga, atau dosen

pembimbing, serta memanfaatkan sumber daya dukungan yang tersedia di institusi mereka. Pengakuan bahwa dukungan sosial berkontribusi pada kesejahteraan psikologis dapat memotivasi mahasiswa untuk menginvestasikan waktu dan energi dalam membangun hubungan yang bermakna.

Bagi konselor dan praktisi kesehatan mental, temuan ini memberikan dasar empiris untuk mengintegrasikan intervensi berbasis dukungan sosial dalam program konseling untuk mahasiswa yang mengalami stres akademis. Intervensi dapat dirancang dengan memanfaatkan kekuatan jaringan sosial mahasiswa dan mengajarkan keterampilan komunikasi yang efektif untuk memaksimalkan manfaat dukungan sosial. Teknik seperti *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) yang dikombinasikan dengan strategi pembangunan jaringan sosial dapat terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan intervensi individual saja.

Pada konteks penelitian lebih lanjut, hasil ini membuka peluang untuk studi longitudinal yang menginvestigasi dinamika hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis sepanjang proses penulisan skripsi. Penelitian kualitatif atau *mixed-methods* dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang jenis dukungan sosial spesifik yang paling bermanfaat pada berbagai tahap penulisan skripsi (proposal, pengumpulan data, analisis, dan penulisan hasil). Eksplorasi tentang variabel mediator (seperti resiliensi, *self-efficacy*, atau strategi *coping*) dan moderator (seperti kepribadian, jenis kelamin, atau status sosial ekonomi) juga dapat memperkaya pemahaman tentang mekanisme psikologis yang mendasari hubungan kedua variabel.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyiratkan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa bukan hanya tanggung jawab individu, melainkan juga tanggung jawab kolektif dari institusi pendidikan, keluarga, dan komunitas akademis untuk menyediakan lingkungan yang suportif dan kondusif. Dengan memahami peran penting dukungan sosial, berbagai *stakeholder* dapat bekerja sama untuk menciptakan sistem pendukung yang komprehensif, sehingga mahasiswa dapat menyelesaikan tugas akhir mereka dengan kondisi psikologis yang optimal dan siap menghadapi tantangan di masa depan.

REFERENSI

- Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D., & Wadman, R. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24, 484–496. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1568887>
- Anda, R., Nur'aini, N., & Surbakti, A. (2025). The role of social support in enhancing psychological well-being: The mediating effect of self-esteem in first-year university students. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 17(1). <https://doi.org/10.35445/alishlah.v17i1.5824>
- Anjum, R. (2022). Role of hardiness and social support in psychological well-being among university students. *MIER Journal of Educational Studies Trends and Practices*, 12(1), 89–102. <https://doi.org/10.52634/mier/2022/v12/i1/2172>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Arifin, M., & Sandy, G. (2022). The relationship between social support and mental health degrees in emerging adulthood of students. *Golden Ratio of Social Science and Education*, 2(1), 12–23. <https://doi.org/10.52970/grsse.v2i1.162>
- Dong, S., Ge, H., Su, W., Guan, W., Li, X., Liu, Y., Yu, Q., Qi, Y., Zhang, H., & G. (2024). Enhancing psychological well-being in college students: The mediating role of perceived social support and resilience in coping styles. *BMC Psychology*, 12, 393. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01902-7>
- Efendi, R., Neviyarni, N., & Daharnis, D. (2023). The effect of social support on academic resilience to final year students in thesis preparation. *SOSHUM: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 13(3), 268–276. <https://doi.org/10.31942/soshum.v13i3.2194>

- Guo, H., Kitcharoen, P., Phukao, D., & Poopan, S. (2022). The causal relationship between social support and psychological well-being among undergraduate students in North China. *Journal of Education and Health Promotion*, 11. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_418_22
- Hassan, M., Fang, S., Malik, A., Lak, T., & Rizwan, M. (2023). Impact of perceived social support and psychological capital on university students' academic success: Testing the role of academic adjustment as a moderator. *BMC Psychology*, 11. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01385-y>
- Huang, L., & Zhang, T. (2021). Perceived social support, psychological capital, and subjective well-being among college students in the context of online learning during the COVID-19 pandemic. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 31, 563–574. <https://doi.org/10.1007/s40299-021-00608-3>
- Khan, A., Zeb, I., Yan, Z., Fazal, S., & Ding, J. (2024). Relationship between psychological capital and mental health at higher education: Role of perceived social support as a mediator. *Heliyon*, 10. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e29472>
- Man, X., & Jing, Z. (2025). The role of prosocial tendencies in the relationships between gratitude, perceived social support, and psychological well-being among Chinese university students: A structural equation modeling approach. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1510543>
- Mohamed, A., & Jeilani, A. (2025). Mediating role of social support and self-efficacy on academic stress and student's psychological well-being among university students in Mogadishu–Somalia. *F1000Research*, 13. <https://doi.org/10.12688/f1000research.155275.2>
- Mufidha, A. (2021). Dukungan sosial teman sebaya sebagai prediktor psychological well-being pada remaja. *Acta Psychologia*, 1(1), 34–42. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.43306>
- Naz, A., Khan, S., Manzoor, S., Rehman, K., Aslam, Z., & Noor, N. (2024). Relationship between resilience, social support and psychological well-being in nursing students. *Journal of Research in Nursing*, 29, 718–731. <https://doi.org/10.1177/17449871241278854>
- Nisfianoor, M. (2009). *Pendekatan statistika modern untuk ilmu sosial*. Salemba Humanika.
- Poots, A., & Cassidy, T. (2020). Academic expectation, self-compassion, psychological capital, social support and student wellbeing. *International Journal of Educational Research*. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2019.101506>
- Poudel, A., & Gurung, B. (2020). Perceived social support and psychological wellbeing among Nepalese adolescents: The mediating role of self-esteem. *BMC Psychology*, 8, 43. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00411-7>
- Rachma, D. (2022). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dalam konteks pembelajaran daring. *Jurnal Ecopsy*, 9(2), 101–110.
- Saputra, M., & Palupi, L. (2020). Relationship between social support and psychological well-being of the final year students. *E3S Web of Conferences*, 212, 27. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202020212027>
- Sardi, L. N., & Ayriza, Y. (2020). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap subjective well-being pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. *Acta Psychologia*, 2(1), 41–48. [https://doi.org/10.14710/acta.2\(1\).41-48](https://doi.org/10.14710/acta.2(1).41-48)
- Sembiring, Y. G. B. (2023). *Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area* [Skripsi, Universitas Medan Area]. Repositori Institusional UMA. <http://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/25325>
- Simarmata, N. (2021). Dukungan sosial teman sebaya dan psychological well-being mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.36655/psikologi.v8i1.922>
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Umari, T., Yakub, E., Munawir, M., & Hayati, I. (2024). Social support and psychological well-being of students who are compiling their final assignments. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*. <https://doi.org/10.51214/002024061115000>

- Yani, F., Nurmansyah, A., Bola, I., Imelisa, R., Wisnusakti, K., & Fazrianti, R. (2025). The relationship between peer social support and anxiety in final year students who are writing their thesis. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 11(3). <https://doi.org/10.33755/jkk.v11i3.878>
- Yusof, F., Arifain, S., Aziz, S., Suhaini, N., Malek, M., & Abidin, N. (2022). Social support and psychological well-being among students in higher education institutions. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 12(11). <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v12-i11/15668>