



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 4 Tahun 2025 Page 4333-4343

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Optimisme dan Dukungan Sosial Teman Sebaya : Perannya Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir

Gina Gevanty Binangkit¹, Vira Sandayanti²✉

Program Studi Psikologi, Universitas Malahayati

Email : virasanda@malahayati.ac.id²✉

Abstrak

Mahasiswa biasanya berada di usia dewasa awal, mahasiswa akan menghadapi kondisi yang semakin sulit seiring dengan bertambahnya jumlah semester terkhusus mahasiswa dalam masa skripsi. Kesulitan yang dialami saat skripsian menjadikan mahasiswa harus memiliki resiliensi akademik yang baik serta di dukung oleh faktor dari dalam seperti optimisme atau keyakinan akan kemampuan dirinya serta faktor dari luar seperti dukungan sosial dari teman sebayanya. Tujuan penelitian dilakukan guna melihat adanya hubungan optimisme dan dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi akademik mahasiswa akhir. Subjek pada penelitian kali ini ialah mahasiswa semester 7-8 di Universitas Malahayati yang sedang mengerjakan skripsi. Jumlah Sampel ialah 186 mahasiswa, meliputi 101 perempuan dan 85 laki-laki. Data penelitian diambil melalui pengujian dengan kuesioner resiliensi akademik, optimisme, dan dukungan sosial teman sebaya. Analisa data menggunakan uji regresi berganda. Hasilnya menunjukkan terdapat hubungan optimisme dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama atau simultan dengan resiliensi akademik, persentase sebesar 69.7%.

Kata Kunci: *Mahasiswa Akhir, Resiliensi Akademik, Optimisme, Hubungan Sosial Teman Sebaya*

Abstract

University students are generally in early adulthood, a phase often marked by increasing academic demands as they advance through each semester. These challenges become particularly significant during the thesis-writing stage. The difficulties encountered during this period require students to possess strong academic resilience, which can be influenced by internal factors such as optimism or belief in their own abilities, and external factors such as social support from peers. This study aims to examine the relationship between optimism and peer social support with academic resilience among final-year students. The participants in this research were 186 seventh- and eighth-semester students at Malahayati University who were in the process of writing their thesis, consisting of 101 female and 85 male students. Data collection was conducted using questionnaires measuring academic resilience, optimism, and peer social support. The data were analyzed using multiple linear regression analysis. The results revealed a significant relationship between optimism and peer social support and their combined influence on academic resilience, accounting for 69.7% of the variance.

Keyword: *Academic Resilience, Optimism, Peer Social Support, Final Year Student*

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah orang yang sedang menjalani pembelajaran di sebuah perguruan tinggi negeri, swasta, ataupun lembaga yang setara dengan itu. Mereka biasanya berada di usia dewasa awal, antara 18 dan 25 tahun (Siswoyo, 2007). Santrock (2019) mengemukakan seseorang akan memiliki kematangan emosi apabila sudah tergabung pada kategori dewasa awal jika dibandingkan dengan masa sebelumnya. Oleh sebab itu, meskipun mahasiswa dinilai mengalami tekanan dan beban yang berat, mereka dianggap mampu mengatasi tekanan tersebut karena kecerdasan berpikir mereka, penalaran yang baik, dan kemampuan untuk membuat keputusan yang matang. Situasi yang kian sulit akan mahasiswa hadapi sejalan dengan naiknya tingkat semester yang dilalui, khususnya mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi.

Permasalahan yang kian timbul pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi adalah sulit mencari judul, alat ukur, sampel, proses bimbingan sampai kesulitan mencari referensi (Wulandari, 2012). Mahasiswa khususnya di Indonesia bukan hanya diuntut untuk lulus dari universitas tetapi juga diharuskan memperoleh IPK yang relative tinggi (Bertens, 2003). Oleh karena itu mahasiswa membutuhkan resiliensi atau ketahanan bersumber dari dalam dirinya sehingga mampu bertahan dalam menyelesaikan segala tugas-tugas akademiknya dengan baik. Ketahanan mahasiswa tersebut biasanya dikenal dengan resiliensi akademik.

Resiliensi akademik adalah kekuatan yang berdampak pada peningkatan kinerja, *results*, dan *well being* individu sendiri (Cassidy, 2016). Proses dinamis yang melibatkan individu dengan perilaku adaptif ketika ia mengalami sebuah kesulitan dan mengarah pada

kemampuan seseorang yang dapat mengatasi kejadian yang merugikan dan sulit disebut dengan resiliensi akademik (Rojas, 2015). Pra survey yang dilakukan kepada 32 mahasiswa yang dalam proses skripsian di Universitas Malahayati memperlihatkan hasil bahwa optimisme menjadi faktor terbesar dalam mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa akhir.

Mencapai resiliensi akademik yang baik, optimisme sangat dibutuhkan dan menjadi faktor pendukung dari dalam diri individu. Pandangan optimisme, mengusung individu untuk mencapai target yang diinginkan, yang berarti yakin pada skillnya (Adilia, 2010). Optimisme mempunyai pengaruh besar terhadap seorang individu terutama mahasiswa karena dengan optimisme individu dapat mewujudkan setiap keinginannya. Schueller & Seligman (2008) mengemukakan optimisme adalah trust yang individu miliki bahwa kejadian atau peristiwa buruk bukanlah akhir dari segalanya melainkan hanya sementara dan tidak akan mengganggu aktivitas yang biasa dilakukan.

Selain dari kepercayaan diri mahasiswa juga memerlukan dukungan sosial terutama dari teman sepekerannya. *Peer group* atau dukungan sosial oleh teman sebaya adalah peran serta temannya berupa bantuan yang bias dirasakan seseorang (*perceived support*) disaat yang diperlukan, sehingga individu merasa dicintai serta dihargai oleh lingkungannya (Sari & Indrawati, 2016). Thompson (2008) mengemukakan dukungan dari sosial teman sebaya merupakan bantuan secara langsung dari segi pekerjaan serta secara emosional yang spesifik terkait dengan kendala akademik individu. Harapan yang besar dalam lingkungan mahasiswa ialah berasal melalui dukungan dari orang di sekitarnya, diantaranya ialah individu lain yang sebaya dengannya (Sari & Indrawati, 2016).

Optimisme serta dukungan sosial teman sebaya dibutuhkan untuk dapat meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa yang berada di semester akhir. Hasil penelitian oleh Syahrinnisa (2022) menyatakan sebesar 70% dukungan sosial dan optimisme terhadap resiliensi akademik berkontribusi ke arah yang positif. Penelitian yang dilakukan itu menunjukkan ketika dukungan sosial dan optimismenya tinggi maka resiliensinya akan baik. Andriyaniputri (2022) juga menyatakan adanya partisipasi optimisme dan dukungan sosial terhadap resiliensi akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi pada mahasiswa jurusan Ilmu Pendidikan FKIP ULM.

Tujuan penelitian ini adalah peneliti ingin mengetahui peran yang dimiliki serta hubungan antara optimisme dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian sebelumnya memuat dukungan sosial secara umum terhadap resiliensi, tetapi dalam penelitian ini akan meneliti secara terpusat terkait dengan dukungan sosial oleh teman sebaya.

METODE PENELITIAN

Peneliti mengumpulkan data dengan metode kuantitatif menggunakan alat ukur berupa skala psikologis. Adapun skala pertama yaitu skala resiliensi akademik dengan menggunakan Skala *Academic Resilience Scale 30 (ARS-30)*. Skala ARS-30 terdiri dari 23 pernyataan, dengan beberapa aspek yaitu, *perseverance, reflecting and adaptive help-seeking*, pengaruh negative dan respon emosional. Skala ini memiliki validitas sebesar 0.338-0.746 serta besaran reliabilitas sebesar 0.896. Skala optimisme diadaptasi dan dimodifikasi dari skala penelitian Syahrinnisa (2022) yang dikonstruksi dari penelitian Anhar (2017) dengan aspek diantaranya ialah *Permanence, Pervasiveness, dan Personalization*. Skala optimisme terdiri dari 14 aitem pernyataan dengan validitas 0.410-0.673 dan reliabel sebesar 0.781. Skala dukungan sosial teman sebaya terdiri dari 14 pernyataan. Beberapa aspek skala ini ialah *Informational Support, Esteem Support, Motivational Support, dan Venting Support*. Nilai validitas skala sebesar 0.339-0.793 dengan reliabilitas 0.916. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Adapun besaran sampelnya adalah sebanyak 186 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Malahayati. Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier berganda dengan bantuan program SPSS *versi 26.0 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa malahayati berjumlah 186 mahasiswa dengan karakteristik ialah mahasiswa semester 7-8 dari semua program studi dalam masa tugas akhir dan tidak pernah mengambil cuti. Dibawah ini disajikan data distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik subjek :

Tabel 1. Distribusi Subjek Berdasarkan Data Demografi

Data Demografi	Jenis Kelamin		Usia				
	Laki-Laki	Perempuan	21 Th	22 Th	23 Th	24 Th	25 Th
Jumlah	85	101	17	117	47	4	1
Persentase	45.70%	54.30%	9.14%	62.90%	25.15%	2.15%	0.54%
Total	100%		100%				

Berdasarkan tabel 1 data demografi diatas bahwa subjek berjenis kelamin perempuan sebesar 54.30% lebih banyak secara persentase, sedangkan subjek dengan jenis kelamin laki-laki hanya dengan persentase 45.70%. Rentang usia subjek pada penelitian ini ialah 21 tahun sampai 25 tahun.

Tabel 2. Hasil Kategorisasi Resiliensi Akademik

Kategorisasi	Skor	F	%
Rendah	$X < 58.86$	26	14.0%
Sedang	$58.86 \leq X < 73.68$	126	67.7%
Tinggi	$73.68 < X$	34	18.3%
Total		186	100%

Berdasarkan tabel 2 hasil kategorisasi resiliensi akademik pada mahasiswa universitas malahayati semester 7-8 yang sedang mengerjakan skripsi berada pada tingkat sedang dengan persentase sebesar 67.7%. Hasil kategorisasi resiliensi akademik yang muncul dominan pada aspek ketekunan.

Tabel 3. Hasil Kategorisasi Optimisme

Kategorisasi	Skor	F	%
Rendah	$X < 33.31$	28	15.1%
Sedang	$33.31 \leq X < 43.33$	151	81.2%
Tinggi	$43.33 < X$	7	3.8%
Total		186	100%

Berdasarkan tabel 3 hasil kategorisasi *optimisme* pada mahasiswa universitas malahayati semester 7-8 yang sedang mengerjakan skripsi berada pada tingkat sedang dengan persentase sebesar 81.2%. Hasil kategorisasi optimisme yang muncul berada pada aspek *permenancy*.

Tabel 4. Hasil Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya

Kategorisasi	Skor	F	%
Rendah	$X < 33.30$	28	15.1%
Sedang	$33.30 \leq X < 45.88$	133	71.5%
Tinggi	$45.88 < X$	25	13.4%
Total		186	100%

Berdasarkan tabel 4 hasil kategorisasi dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa universitas malahayati yang sedang skripsi ada pada tingkat sedang dengan persentase sebesar 71.5%. Hasil kategorisasi dukungan sosial teman sebaya yang muncul dibagian aspek *informational support*.

Tabel 5. Uji Normalitas *Kolmogorov – Smirnov*

<i>Variabel</i>	<i>Statistic</i>	<i>Sig</i>	<i>N</i>
Resiliensi Akademik	.060	.099	186
Optimisme			
Dukungan Sosial Teman Sebaya			

Uji asumsi pada penelitian ini digunakan sebagai pra syarat dalam uji hipotesis. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas, uji multikolinearitas, uji heteroskedastisitas, dan uji autokorelasi. Tabel 5 menunjukkan uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov*. Dilihat dari hasil uji normalitas didapatkan hasil signifikansi sebesar .099 ($p > .05$) yang artinya variabel pada penelitian yang dilakukan bersifat normal secara distribusi. Selain itu uji dengan P-plot menunjukkan persebaran data searah dengan garis diagonal dengan hal ini dinyatakan hasilnya data yang diujikan tersebut berdistribusi normal.

Uji multikolinearitas juga dilakukan mengacu pada nilai Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF) variabel independen, jika Toleransi tidak $> .10$ dan nilai VIF < 10 , maka data bebas dari gejala multikolinieritas. Dari pengujian yang dilakukan nilai Tolerance lebih besar dari .10 dengan masing-masing variabel independen sebesar .999. uji heteroskedastisitas juga dilakukan pada penelitian ini dengan grafik plot nilai prediksi variabel dependen yaitu ZPRED dengan residualnya ZRESID. Merujuk pada gambar setelah diujikan yaitu menghasilkan titik-titik menyebar dan tidak menggambar pola yang terstruktur, titiknya menyebar sempurna dibawah angka nol pada sumbu Y. Hal ini menunjukkan bahwa data dalam penelitian ini tidak terjadi heteroskedastisitas.

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda. Analisa digunakan diakrenakan peneliti ingin melihat korelasi 3 variabel sehingga analisis ini peneliti gunakan. Terdapat tiga tahap pada uji hipotesis penelitian diantaranya uji parsial atau uji-t, uji simultan atau uji-f dan uji determinasi (R^2), yang akan dijelaskan lebih lanjut berikut ini :

Tabel 6. Hasil Uji Analisis Regresi Linier Berganda

Model	F	R	β
(Constant)	210.939	.697	.000
Optimisme	210.939	.697	.000
Dukungan Sosial Teman Sebaya	210.939	.697	.000

Berdasarkan tabel 6 nilai Fhitung dihasilkan sebesar 210.939 dan nilai Ftabel adalah 3.05 sehingga $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ besaran nilai signifikan ialah .000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari alpha (.05) dengan kesimpulan bahwa secara simultan optimisme dan dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan dengan resiliensi akademik. Nilai R Square sebesar .697 atau dengan persen 69.7%. Nilai tersebut bermakna sebesar 69.7% menunjukkan variabel resiliensi akademik dapat dijelaskan oleh variabel optimisme dan dukungan sosial teman sebaya, sedangkan sisanya 30.3% dijelaskan oleh variabel yang lain. Berdasarkan tabel 7 nilai koefisien (β) dari optimisme dan dukungan sosial teman sebaya dengan angka positif sebesar .000. signifikansi ini lebih kecil jika berbanding dengan alpha (.05), sehingga menghasilkan ada peran dan hubungan antara optimisme dengan resiliensi akademik serta adanya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik.

Tabel 7. SE dan SR

Variabel	SE	SR
Optimisme	42%	60.3%
Dukungan Sosial Teman Sebaya	27.7%	39.7%

Berdasarkan tabel 7 diatas terlihat bahwa SE atau sumbangan efektif variabel optimisme dengan resiliensi akademik sebesar 42%. Sedangkan itu sumbangan efektif variabel dukungan sosial oleh teman sebaya terhadap *academic resilience* sebesar 27.7%. Demikian dapat disimpulkan bahwa variabel optimisme memiliki pengaruh yang besar terhadap resiliensi akademik.

2. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan resiliensi pada mahasiswa semester 7-8 yang sedang mengerjakan skripsi berada pada tingkat rata-rata dengan persentase sebesar 69.7% dengan jumlah subjek 126 mahasiswa, hal ini dikarenakan banyak mahasiswa merasa ketahanan dirinya terhadap masalah yang dihadapi dibangku perkuliahan sangat kompleks. Terutama saat mereka mengerjakan skripsi, banyak sekali masalah yang harus mereka hadapi mulai dari kesulitan mencari referensi skripsi, merasa tidak memiliki teman, menghadapi dosen pembimbing, dan pengurusan administrasi yang membuat mahasiswa merasa masalah-masalah tersebut mempengaruhi ketahanan akademiknya. Selanjutnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme dan dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan secara bersama-sama (simultan) dengan resiliensi akademik Hal ini ditunjukkan melalui skor signifikansi $F = .000 (< \alpha = .05)$.

Hasil penelitian mengenai optimisme menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang dalam masa skripsi memiliki tingkat optimisme yang sedang dengan persentase sebesar 81.2% dengan jumlah sebanyak 151 mahasiswa dengan aspek yang paling dominan ialah *permanency* dimana ketika merasa optimis individu akan merasa bahwa kejadian-kejadian yang buruk akan berlangsung sementara dan tidak begitu mempengaruhi kegiatannya dalam mengerjakan skripsi. Searah dalam penelitian yang dilakukan Al Musafiri & Umroh (2022) hasil dari penelitian tersebut memperlihatkan bahwa optimisme memiliki peran yang signifikan dengan resiliensi akademik.

Selanjutnya hasil dari penelitian yang peneliti lakukan mengindikasikan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memerlukan dukungan sosial terutama dari teman sebaya, sebesar 71.5% atau sebanyak 133 mahasiswa memerlukan dukungan sosial dari teman sebayanya, hal ini dikarenakan mahasiswa yang merupakan *social human* memerlukan orang lain dalam kehidupannya, teman sebaya hadir sebagai bentuk bantuan secara informasi, instrument, maupun emosional. Penelitian Sari & Indrawati (2016) juga menemukan adanya hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi akademik mahasiswa semester akhir, dimana bentuk dukungan secara langsung atau dalam bentuk informasi maupun emosional.

Hasil uji determinasi didapatkan variabel optimisme dan dukungan sosial teman sebaya secara simultan memiliki hubungan dengan resiliensi akademik. Dari uji determinasi yang dilakukan variabel tersebut memiliki hubungan dengan persentase 69.7%, sedangkan sisanya 30.3% dijelaskan oleh faktor yang lain. Sejalan dengan penelitian Syahrinnisa (2022) yang menyatakan bahwa dukungan sosial dan optimisme terhadap resiliensi akademik berkontribusi 70% dengan arah yang positif. Sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini faktor optimisme dan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa tingkat akhir tersebut memiliki korelasi yang cukup besar dengan resiliensi akademiknya.

Selanjutnya ialah variabel optimisme memiliki pengaruh yang dominan terhadap resiliensi akademik dengan sumbangan efektif sebesar 42% dan sumbangan relatif sebesar 60.3%, Searah dalam penelitian yang dilakukan Al Musafiri & Umroh (2022) hasil dari penelitian tersebut memperlihatkan bahwa optimisme memiliki peran yang signifikan terhadap resiliensi akademik. Hasil penelitian oleh Kalisha & Sundari (2023) menunjukkan bahwa optimisme memiliki skor yang cukup besar terhadap resiliensi menyelesaikan skripsi saat pandemi di Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta. Kemudian variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki sumbangan efektif dengan besaran 27.7% dan sumbangan relatif 39.7%. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian Almun & Ash-Shiddiqy (2022) yang menyatakan ada hubungan dengan grafik positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi

akademik, dimana jika dukungan yang diberikan teman sebaya tinggi maka semakin meningkat nilai resiliensi akademiknya.

Merujuk pada hasil bahwa optimisme dan dukungan sosial teman sebaya sangat diperlukan agar resiliensi secara akademik dari mahasiswa menjadi baik, dari hasil penelitian variabel optimisme cukup mendominasi sehingga peneliti merekomendasikan untuk universitas terkait dapat melakukan promosi mengenai *self esteem* atau penghargaan diri, hal ini berkaitan dengan aspek *personalization*, karena ketika mahasiswa masih melihat bahwa sumber masalah berasal dari dirinya artinya penghargaan diri pada mahasiswa masih tergolong rendah.

SIMPULAN

Kesimpulan yang dapat peneliti ambil dari penelitian mengenai hubungan optimisme dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi diantaranya sebagai berikut :

1. Secara bersama-sama optimisme dan dukungan sosial teman sebaya dapat menjadi prediktor resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
2. Variabel resiliensi akademik dapat dijelaskan oleh variabel optimisme dan dukungan sosial teman sebaya sebesar 69.7% dan 30.3% dijelaskan oleh variabel atau faktor yang lain.
3. Variabel optimisme memiliki sumbangan efektif yang lebih besar dibandingkan variabel dukungan sosial teman sebaya dengan variabel resiliensi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adilia, D. M. (2010). Hubungan Self Esteem Dengan Optimisme Meraih Kesuksesan Karir Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. *UIN Syarif Hidayatullah*, 13–30.
- Al Musafiri, M. R., & Umroh, N. M. (2022). Hubungan Optimisme Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal At-Taujih*, 2(2), 70. <https://doi.org/10.30739/jbkid.v2i2.1726>
- Almun, I., & Ash- Shiddiqy, A. R. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik di Masa Pandemi pada Mahasiswa Akhir Prodi X Universitas di Jakarta. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 136–140. <https://doi.org/10.21009/insight.102.05>
- Andriyaniputri, A., Jamain, R. R., & Permatasari, N. (2022). Kontribusi optimisme dan dukungan sosial terhadap resiliensi mengerjakan skripsi mahasiswa ilmu pendidikan. *Jurnal Nusantara of Research*, 9(3), 264–281.
- Anhar, W. (2017). Hubungan antara Optimisme dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa yang menyusun Skripsi. Makassar : Biro Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.
- Bertens, K. (2003), Etika. Yogyakarta: Kanisius Yogyakarta
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7(NOV), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Dwi Siswoyo. Dkk, 2007, Ilmu Pendidikan, Yogyakarta: UNY Press. Hasibuan & Moedjiono, 2006, Proses Belajar Mengajar, Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Kalisha, S., & Sundari, A. R. (2023). Pengaruh Optimisme dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Resiliensi Menyelesaikan Skripsi Saat Pandemi. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 134–143.
- Rojas F., L. F. (2015). Factors Affecting Academic Resilience in Middle School Students: A Case Study. *GIST Education and Learning Research Journal*, 11(11), 63–78. <https://doi.org/10.26817/16925777.286>
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Univesitas Diponegoro. *Empati*, 5(April), 177–182.
- Santrock, J. W. (2019). Life-Span Development 17th edition. New York: McGrawHill.
- Schueller, S. M., & Seligman, M. E. P. (2008). Optimism and Pessimism. *Risk Factors in Depression*, 171–194. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-045078-0.00008-3>

- Syahrinnisa, F., Zubair, A. G. H., & Saudi, A. N. A. (2022). Dukungan Sosial, Optimisme, dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Akhir yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2), 186–195. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1956>
- Thompson, B. (2008). How College Freshmen Communicate Student Academic Support: A Grounded Theory Study. *Communication Education*, 123–144. <https://doi.org/10.1080/03634520701576147>
- Wulandari, R.P. (2012). Hubungan tingkat stres dengan gangguan tidur pada mahasiswa skripsi di salah satu fakultas rumpun science-technology UI. Skripsi. *Universitas Indonesia*.