

## Peran Resiliensi Akademik Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Baru Jurusan Teknik Di Surabaya

Mareta Roslaina Cahyani\* & Achmad Chusairi

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

Corresponding e-mail: [\\*mareta.roslaina.cahyani-2022@psikologi.unair.ac.id](mailto:*mareta.roslaina.cahyani-2022@psikologi.unair.ac.id)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran resiliensi akademik dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa baru jurusan teknik di Surabaya. Resiliensi akademik merupakan kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit dalam menghadapi tuntutan akademik, sedangkan dukungan sosial merupakan bantuan yang diperoleh dari lingkungan sosial seperti keluarga, teman, dan significant others. Stres akademik dipahami sebagai tekanan akibat tuntutan akademik yang melebihi kemampuan individu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Subjek penelitian berjumlah 89 mahasiswa semester pertama yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan skala SLSI, ARS-30, dan MSPSS, serta dianalisis menggunakan regresi linear berganda dengan bantuan Jamovi. Hasil analisis menunjukkan bahwa resiliensi akademik dan dukungan sosial secara simultan berperan signifikan terhadap stres akademik ( $F = 3,38$ ;  $p < 0,05$ ). Secara parsial, resiliensi akademik berperan signifikan dengan arah negatif terhadap stres akademik, sedangkan dukungan sosial tidak berperan signifikan. Temuan ini menunjukkan resiliensi akademik lebih dominan dalam menjelaskan stres akademik.

**Kata kunci:** *resiliensi akademik, dukungan sosial, stres akademik*

### ABSTRACT

*This study aims to examine the role of academic resilience and social support in academic stress among first-year engineering students in Surabaya. Academic resilience refers to an individual's ability to persist, adapt, and recover when facing academic demands, while social support refers to assistance from social environments such as family, friends, and significant others. Academic stress is defined as pressure resulting from academic demands exceeding an individual's capacity. This study employed a quantitative cross-sectional design. The participants were 89 first-year students selected using purposive sampling. Data were collected using the SLSI, ARS-30, and MSPSS scales and analyzed using multiple linear regression with Jamovi. The results indicate that academic resilience and social support simultaneously have a significant role in academic stress ( $F = 3.38$ ;  $p < 0.05$ ). Partially, academic resilience has a significant negative role in academic stress, while social support does not have a significant role. These findings suggest academic resilience is the more dominant factor in explaining academic stress among first-year engineering students.*

**Keywords:** *academic resilience, social support, academic stress*

## PENDAHULUAN

Stres merupakan kondisi psikologis yang muncul akibat interaksi antara individu dengan lingkungan ketika tuntutan yang dihadapi dinilai melebihi kemampuan untuk mengatasinya (Lazarus & Folkman, 1985). Dalam konteks pendidikan tinggi, kondisi ini dikenal sebagai stres akademik, yaitu tekanan yang timbul akibat tuntutan akademik seperti tugas, ujian, dan ekspektasi prestasi (Gadzella, 1994). Fenomena stres akademik menjadi isu penting, khususnya pada mahasiswa baru yang berada pada masa transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi (college transition), yang menuntut penyesuaian akademik, sosial, dan psikologis secara simultan (Musamali, 2019).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa stres akademik pada mahasiswa baru berada pada tingkat sedang hingga tinggi. Dewi dkk. (2022) menemukan mayoritas mahasiswa mengalami stres akademik pada kategori sedang (49%) hingga tinggi (28%), sementara Zamroni (2015) menunjukkan lebih dari 70% mahasiswa semester awal mengalami stres pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa stres akademik merupakan fenomena yang cukup prevalen pada mahasiswa baru.

Kerentanan tersebut cenderung lebih tinggi pada mahasiswa jurusan teknik. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa teknik memiliki tingkat stres akademik yang relatif lebih tinggi dibandingkan beberapa bidang lain karena beban akademik yang intensif, seperti praktikum, proyek perancangan, serta tugas berbasis pemecahan masalah yang kompleks (Misra & McKean, 2000; Yikealo dkk., 2018; Bedewy & Gabriel, 2015). Secara karakteristik, mahasiswa teknik memiliki pola pikir yang cenderung analitis, logis, sistematis, berorientasi pada pemecahan masalah, menyukai struktur yang jelas, serta kurang nyaman dengan situasi ambigu (Gambetta & Hertog, 2017). Karakteristik ini menuntut ketelitian tinggi dan kemampuan berpikir kritis, namun di sisi lain dapat meningkatkan kerentanan terhadap tekanan ketika menghadapi tuntutan akademik yang kompleks dan tidak pasti.

Secara teoritis, stres akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kemampuan individu seperti self-efficacy, motivasi, strategi coping, dan resiliensi akademik, sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan sosial, tekanan lingkungan, serta tuntutan akademik (Ghania & Prihatsanti, 2025). Di antara faktor tersebut, resiliensi akademik dan dukungan sosial dipandang sebagai faktor protektif yang penting. Resiliensi akademik merupakan kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari tekanan akademik (Cassidy, 2016), sedangkan dukungan sosial adalah persepsi individu terhadap bantuan emosional, instrumental, dan informasional dari lingkungan sosial (Zimet dkk., 1988).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa resiliensi akademik berhubungan negatif dengan stres akademik, di mana individu dengan resiliensi tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan akademik (Septiana, 2021; Rohmah, 2024). Demikian pula, dukungan sosial terbukti berperan dalam menurunkan stres akademik karena memberikan rasa aman dan sumber daya psikologis bagi individu (Salmon & Santi, 2021; Permata & Laili, 2025). Namun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada mahasiswa secara umum atau mahasiswa tingkat akhir, sehingga belum banyak yang secara spesifik mengkaji mahasiswa baru jurusan teknik.

Terdapat kesenjangan penelitian terkait kajian yang secara khusus meneliti peran resiliensi akademik dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa baru jurusan teknik, khususnya di Surabaya. Padahal, kelompok ini memiliki karakteristik unik berupa tuntutan akademik tinggi serta proses adaptasi yang kompleks pada masa awal perkuliahan. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan kontribusi empiris dalam memahami faktor protektif yang dapat menurunkan stres akademik pada konteks tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, pertanyaan penelitian yang diajukan adalah apakah terdapat peran resiliensi akademik dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa baru jurusan teknik di Surabaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran resiliensi akademik dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa baru jurusan teknik di Surabaya.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: (1) terdapat peran signifikan resiliensi akademik dan dukungan sosial secara simultan terhadap stres akademik; (2) terdapat peran signifikan resiliensi akademik terhadap stres akademik; dan (3) terdapat peran signifikan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa baru jurusan teknik di Surabaya.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei *cross-sectional*. Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan menguji hipotesis mengenai peran resiliensi akademik dan dukungan sosial terhadap stres akademik melalui pengukuran pada satu waktu tanpa manipulasi variabel (Neuman, 2014). Pendekatan ini sesuai dengan tujuan penelitian yang bersifat eksplanatif, yaitu mengidentifikasi hubungan dan kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen secara simultan menggunakan analisis statistik.

### *Partisipan*

Penelitian ini melibatkan 89 partisipan dengan kriteria yaitu mahasiswa/mahasiswi semester pertama tahun akademik 2025 yang terdaftar pada jurusan teknik di universitas di Surabaya. Pemilihan partisipan dilakukan menggunakan teknik *non-probability sampling*, yaitu *purposive sampling*, dengan menetapkan kriteria tertentu agar partisipan yang dipilih relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria tersebut meliputi mahasiswa aktif semester pertama serta terdaftar pada jurusan teknik di wilayah Surabaya.

Penentuan ukuran sampel dilakukan sebelum pengambilan data menggunakan *power analysis* melalui *G\*Power 3.1.9.6*, dengan parameter *effect size* = 0,19,  $\alpha$  = 0,05, *power* = 0,95, dan dua prediktor. Hasil analisis menunjukkan jumlah minimal partisipan yang dibutuhkan adalah 85 orang.

Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Google Form, dengan tautan kuesioner disebarkan melalui media sosial seperti WhatsApp, X (Twitter), Instagram, serta jaringan pertemanan. Dari proses tersebut, diperoleh 89 partisipan yang memenuhi kriteria penelitian. Seluruh partisipan telah memberikan informed consent sebelum mengisi kuesioner.

Secara demografis, mayoritas partisipan adalah laki-laki (57%), sedangkan perempuan sebanyak 43%. Partisipan berasal dari berbagai universitas di Surabaya, dengan proporsi terbesar dari Institut Teknologi Sepuluh Nopember (25,8%), Universitas Airlangga (22,5%), dan Universitas Surabaya (10,1%), serta sisanya tersebar di beberapa perguruan tinggi lain. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan memiliki latar belakang institusi yang beragam namun tetap berada dalam konteks mahasiswa teknik di Surabaya.

### *Pengukuran*

Data penelitian dikumpulkan melalui kuesioner daring yang diisi secara mandiri oleh partisipan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga alat ukur psikologis, yaitu *Student-Life Stress Inventory* (SLSI) untuk mengukur stres akademik, *Academic Resilience Scale* (ARS-30) untuk mengukur resiliensi akademik, dan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial.

Skala stres akademik diukur menggunakan SLSI (Gadzella, 1994) versi adaptasi Bahasa Indonesia (Pragholapati dkk., 2021) yang terdiri dari 51 item dengan empat pilihan jawaban dalam skala Likert (1 = sangat tidak setuju hingga 4 = sangat setuju), di mana skor diperoleh dengan menjumlahkan seluruh item dan skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat stres akademik yang lebih tinggi. Hasil analisis menunjukkan bahwa skala ini memiliki reliabilitas yang sangat tinggi dengan koefisien *Cronbach's alpha* sebesar 0.925.

Resiliensi akademik diukur menggunakan ARS-30 (Cassidy, 2016) versi adaptasi Bahasa Indonesia (Kumalasari dkk., 2020) yang terdiri dari 24 item dengan enam pilihan jawaban dalam skala Likert (1 = sangat tidak setuju hingga 6 = sangat setuju). Skor diperoleh dengan menjumlahkan atau merata-ratakan seluruh item, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat resiliensi akademik yang lebih tinggi. Skala ini memiliki reliabilitas yang baik dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0.806.

Dukungan sosial diukur menggunakan MSPSS (Zimet dkk., 1988) versi adaptasi Bahasa Indonesia (Rasyid & Chusairi, 2021) yang terdiri dari 12 item dengan lima pilihan jawaban dalam skala Likert (1 = tidak pernah hingga 5 = hampir selalu). Skor diperoleh dengan merata-ratakan seluruh item, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi. Skala ini menunjukkan reliabilitas yang baik dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0.852. Secara keseluruhan, ketiga alat ukur dalam penelitian ini memiliki konsistensi internal yang baik karena seluruh nilai reliabilitas berada di atas batas minimum yang disarankan ( $\alpha > .70$ ).

Berdasarkan analisis deskriptif, jumlah partisipan yang dianalisis adalah sebanyak 89 orang. Nilai rata-rata resiliensi akademik sebesar 117 (SD = 13,9), dukungan sosial sebesar 70,8 (SD = 10,6), dan stres akademik sebesar 126 (SD = 22). Nilai standar deviasi menunjukkan bahwa stres akademik memiliki variasi skor yang lebih tinggi dibandingkan variabel lainnya.

Sebelum dilakukan analisis utama, peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan analisis regresi linear berganda. Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dan menunjukkan nilai statistik sebesar 0,107 dengan nilai signifikansi sebesar 0,255 ( $p > 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Selanjutnya, uji heteroskedastisitas dilakukan menggunakan metode Glejser, di mana variabel resiliensi akademik memiliki nilai signifikansi sebesar 0,774 dan variabel dukungan sosial sebesar 0,747. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga menunjukkan bahwa tidak terdapat gejala heteroskedastisitas dalam model regresi. Selain itu, uji linearitas menunjukkan bahwa variabel resiliensi akademik memiliki nilai deviation from linearity sebesar 0,688 ( $p > 0,05$ ), dan variabel dukungan sosial sebesar 0,671 ( $p > 0,05$ ), yang berarti hubungan antara variabel independen dan dependen bersifat linear. Uji multikolinearitas juga dilakukan untuk melihat hubungan antar variabel independen, dengan hasil nilai Variance Inflation Factor (VIF) sebesar 1,11 ( $VIF < 10$ ) dan nilai Tolerance sebesar 0,898 ( $Tolerance > 0,10$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinearitas antar variabel independen. Dengan demikian, seluruh asumsi dalam analisis regresi telah terpenuhi, sehingga data layak untuk dianalisis lebih lanjut.

### *Analisis Data*

Sejalan dengan tujuan dan hipotesis penelitian, analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis regresi linear berganda (*multiple linear regression*) dengan bantuan software *Jamovi* versi 2.7.17. Teknik ini dipilih karena sesuai untuk menguji hubungan antara lebih dari satu variabel independen terhadap satu variabel dependen, sehingga memungkinkan peneliti untuk mengetahui kontribusi masing-masing variabel secara simultan maupun parsial. Dalam penelitian ini, analisis regresi linear berganda digunakan untuk menguji peran resiliensi akademik dan dukungan sosial sebagai variabel independen terhadap stres akademik sebagai variabel dependen.

## HASIL PENELITIAN

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel resiliensi akademik memiliki nilai *mean* sebesar 117 dengan standar deviasi sebesar 13,9, yang menunjukkan adanya variasi skor antar partisipan. Variabel dukungan sosial memiliki nilai *mean* sebesar 70,8 dengan standar deviasi sebesar 10,6, sedangkan variabel stres akademik memiliki nilai *mean* sebesar 126 dengan standar deviasi sebesar 22, yang menunjukkan variasi skor yang relatif lebih besar dibandingkan variabel lainnya. Berdasarkan nilai minimum dan maksimum, resiliensi akademik berada pada rentang 71 hingga 141, dukungan sosial pada rentang 36 hingga 90, dan stres akademik pada rentang 82 hingga 200, yang menunjukkan adanya penyebaran skor pada masing-masing variabel penelitian.

Hasil uji F pada analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa model regresi yang melibatkan variabel resiliensi akademik dan dukungan sosial secara simultan berperan signifikan terhadap stres akademik ( $F(2, 86) = 3,59$ ;  $p = 0,032$ ;  $R^2 = 0,077$ ). Nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,077 menunjukkan bahwa kedua variabel independen dalam model mampu menjelaskan sebesar 7,7% variasi pada variabel stres akademik.

Lebih lanjut, hasil uji t menunjukkan bahwa variabel resiliensi akademik memiliki nilai koefisien regresi sebesar  $B = -0,464$  dengan standar error sebesar 0,173, nilai t sebesar -2,677, dan nilai signifikansi  $p = 0,009$ . Sementara itu, variabel dukungan sosial memiliki nilai koefisien regresi sebesar  $B = 0,222$  dengan standar error sebesar 0,227, nilai t sebesar 0,978, dan nilai signifikansi  $p = 0,331$ . Hasil ini menunjukkan bahwa secara parsial hanya variabel resiliensi akademik yang berperan signifikan terhadap stres akademik, sedangkan variabel dukungan sosial tidak menunjukkan peran yang signifikan.

Secara keseluruhan, hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis pertama ( $H_1$ ) diterima, yaitu resiliensi akademik dan dukungan sosial secara simultan berperan terhadap stres akademik. Hipotesis kedua ( $H_2$ ) juga diterima karena resiliensi akademik berperan signifikan terhadap stres akademik. Sementara itu, hipotesis ketiga ( $H_3$ ) ditolak karena dukungan sosial tidak berperan signifikan terhadap stres akademik.

## DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi akademik dan dukungan sosial secara simultan berperan signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa baru jurusan teknik di Surabaya. Meskipun demikian, besaran kontribusi kedua variabel tersebut relatif kecil, yang mengindikasikan bahwa stres akademik merupakan konstruk yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar model penelitian. Temuan ini sejalan dengan kerangka teori stres Lazarus dan Folkman (1985) yang menyatakan bahwa stres merupakan hasil interaksi antara faktor internal dan eksternal individu. Dalam konteks ini, resiliensi akademik berperan sebagai sumber daya internal, sedangkan dukungan sosial sebagai sumber daya eksternal dalam menghadapi tekanan akademik.

Secara parsial, hanya resiliensi akademik yang terbukti berperan signifikan terhadap stres akademik dengan arah hubungan negatif. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat resiliensi akademik yang lebih tinggi cenderung mengalami tingkat stres akademik yang lebih rendah. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa resiliensi akademik berperan dalam membantu individu mengelola tekanan, mempertahankan stabilitas emosi, serta menggunakan strategi coping yang adaptif (Cassidy, 2016; Martin & Marsh, 2006). Dengan demikian, resiliensi akademik dapat dipahami sebagai faktor protektif yang berkontribusi dalam menurunkan stres akademik.

Sebaliknya, dukungan sosial tidak menunjukkan peran yang signifikan terhadap stres akademik. Hasil ini berbeda dengan sebagian besar temuan penelitian sebelumnya yang menempatkan dukungan sosial sebagai faktor protektif terhadap stres (Cohen & Syme, 1985). Perbedaan ini mengindikasikan bahwa efektivitas dukungan sosial bersifat kontekstual dan dapat dipengaruhi oleh karakteristik populasi yang diteliti.

Dalam konteks mahasiswa teknik, temuan ini dapat dijelaskan melalui karakteristik kognitif dan pola adaptasi yang khas. Gambetta dan Hertog (2017) menjelaskan bahwa individu dalam bidang teknik cenderung memiliki orientasi berpikir yang analitis, sistematis, dan berfokus pada pemecahan masalah secara mandiri. Karakteristik ini mendorong mahasiswa untuk lebih mengandalkan sumber daya internal dibandingkan dukungan eksternal dalam menghadapi tekanan akademik.

Selain itu, lingkungan pendidikan teknik yang dikenal dengan *engineering stress culture* juga berpotensi memengaruhi hasil penelitian ini. Tingginya tuntutan akademik, beban kerja, serta ekspektasi performa dalam pendidikan teknik menjadikan tekanan sebagai bagian yang dianggap normal dalam proses pembelajaran (Jensen & Cross, 2021; Mirabelli dkk., 2025). Kondisi tersebut mendorong mahasiswa untuk mengembangkan ketahanan internal sebagai strategi utama dalam menghadapi tekanan, sehingga peran dukungan sosial menjadi kurang dominan.

Faktor lain yang turut menjelaskan temuan ini adalah kesesuaian antara jenis dukungan dengan kebutuhan individu. Dukungan sosial akan lebih efektif apabila sesuai dengan jenis permasalahan yang dihadapi (Cohen & Syme, 1985). Dalam konteks mahasiswa teknik, tekanan yang dialami cenderung bersifat akademik dan teknis, sehingga dukungan emosional yang diberikan oleh lingkungan sosial mungkin tidak secara langsung membantu dalam menyelesaikan permasalahan tersebut.

Selain itu, partisipan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa baru yang berada pada fase *college transition*, yaitu masa adaptasi awal di perguruan tinggi (Musamali, 2019). Pada fase ini, relasi sosial yang dimiliki mahasiswa belum sepenuhnya terbentuk, sehingga dukungan sosial yang diterima belum optimal dalam berfungsi sebagai sumber coping terhadap stres akademik.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dalam konteks mahasiswa teknik, faktor internal berupa resiliensi akademik memiliki peran yang lebih dominan dibandingkan faktor eksternal dalam menjelaskan stres akademik. Hasil ini memberikan kontribusi dengan menegaskan bahwa efektivitas dukungan sosial tidak bersifat universal, melainkan bergantung pada karakteristik individu, konteks akademik, serta tahap perkembangan mahasiswa.

## **SIMPULAN**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran resiliensi akademik dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa baru jurusan teknik di Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan kedua variabel tersebut berperan dalam menjelaskan stres akademik, namun secara parsial hanya resiliensi akademik yang memiliki peran signifikan dengan arah negatif. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam beradaptasi, mengelola tekanan, serta mempertahankan fungsi akademik menjadi faktor utama dalam menentukan tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa.

Tidak signifikannya peran dukungan sosial menunjukkan bahwa efektivitas faktor eksternal dalam mengurangi stres akademik tidak bersifat universal, melainkan dipengaruhi oleh konteks dan karakteristik individu. Pada mahasiswa teknik, kecenderungan berpikir analitis, orientasi pada pemecahan masalah secara mandiri, serta tuntutan lingkungan akademik yang tinggi membuat individu lebih mengandalkan sumber daya internal dibandingkan dukungan sosial dalam menghadapi tekanan akademik. Temuan ini menegaskan bahwa dalam konteks tertentu, faktor internal memiliki peran yang lebih dominan dibandingkan faktor eksternal dalam menjelaskan stres akademik.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkaya kajian psikologi pendidikan dengan menegaskan pentingnya resiliensi akademik sebagai faktor protektif terhadap stres akademik pada mahasiswa teknik. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi lebih lanjut alasan tidak signifikannya peran dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa teknik.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Allah SWT, Dr. Achmad Chusairi, S.Psi., MA., sebagai dosen pembimbing penulis, keluarga, teman-teman, para partisipan penelitian, dan seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan artikel ilmiah.

## DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Mareta Roslaina Cahyani dan Achmad Chusairi tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

## PUSTAKA ACUAN

- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining Perceptions Of Academic Stress And Its Sources Among University Students: The Perception Of Academic Stress Scale. In *Health Psychology Open* (Vol. 2, Number 2, P. 1). Sage Publications Inc. <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (Ars-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers In Psychology*, 7(Nov). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). *Social Support And Health*. San Francisco: Academic Press.
- Dewi, D. K., Savira, S. I., Satwik, Y. W., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Profil Perceived Academic Stress Pada Mahasiswa Profile Of Perceived Academic Stress In Students. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 13(3), 395–402.
- Gadzella, B. M. (1994). Student-Life Stress Inventory: Identification Of And Reactions To Stressors '. In *Psychological Reports* (Vol. 74).
- Gambetta, D., & Hertog, S. (2017). Why Are There So Many Engineers Among Islamic Radicals? In *Engineers Of Jihad: The Curious Connection Between Violent Extremism And Education*. Princeton University Press.
- Ghania, S., & Prihatsanti, U. (2025). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Indonesia : Studi Literatur. *Jurnal Empati*, 14, 265–273.
- Jensen, K. J., & Cross, K. J. (2021). Engineering Stress Culture: Relationships Among Mental Health, Engineering Identity, And Sense Of Inclusion. *Journal Of Engineering Education*, 110(2), 371–392.
- Kumalasari, D., Azmi Luthfiyani, N., & Grasiawaty, N. (2020). Analisis Faktor Adaptasi Instrumen Resiliensi Akademik Versi Indonesia: Pendekatan Eksploratori Dan Konfirmatori. *Jppp - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 9(2), 84–95. <https://doi.org/10.21009/jppp.092.06>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1985). *Stress, Appraisal, And Coping*. Springer Publishing Company.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic Resilience And Its Psychological And Educational Correlates: A Construct Validity Approach. *Psychology In The Schools*, 43(3), 267–281. <https://doi.org/10.1002/Pits.20149>
- Mirabelli, J. F., Johnson, E. M., Vohra, S. R., Sanders, J. L., & Jensen, K. J. (2025). Stressors And Normalized Stress In Undergraduate Engineering Education Culture: Development Of The Engineering Stress Culture Scale And Undergraduate Engineering Stressors Questionnaire. *International Journal Of Stem Education*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/S40594-025-00540-8>
- Misra, R., & Mckean, M. (2000). College Students Academic Stress And Its Relation To Anxiety Time Management And Leisure Satisfaction. *American Journal Of Health Studies*, 16(1).
- Musamali, K. (2019). Advancing College Success Using A Transition Model. *Advances In Social Sciences Research Journal*, 6(8), 430–443. <https://doi.org/10.14738/Assrj.68.6897>
- Neuman, W. Lawrence. (2014). *Basics Of Social Research: Qualitative And Quantitative Approaches*. Pearson Education Limited.

- Permata, N. G., & Laili, N. (2025). *The Role Of Social Support And Time Management On Academic Stress Of Final Year Students Muhammadiyah University Sidoarjo*. 8(1), 101–112.
- Pragholapati, A., Suparto, T. A., Puspita, A. P. W., & Sulastri, A. (2021). Indonesian Adaptation Of The Student-Life Stress Inventory: Psychometric Properties And Factor Structure. *Nursing Update : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-Issn : 2085-5931 E-Issn : 2623-2871*, 12(3), 36–47. <https://doi.org/10.36089/Nu.V12i3.380>
- Rasyid, H. Al, & Chusairi, A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Universitas Airlangga. *Mental (Brpkm)*, 1(2), 1306–1312. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/brpkm>
- Rohmah, S. (2024). *Peran Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Universitas Islam Indonesia.
- Salmon, A. G., & Santi, D. E. (2021). Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Mahasiswa Perantau Dalam Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. In *Buku Abstrak Seminar Nasional "Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental Dalam Penyelesaian Pandemi Covid 19"*.
- Septiana, N. Z. (2021). Hubungan Antara Stres Akademik Dan Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Dasar Di Masa Pandemi Covid-19 The Relationship Between Academic Stress And Academic Resilience Of Primary School Students In The Pandemic Covid-19. *Sittah: Journal Of Primary Education*, 2(1).
- Yikealo, D., Yemane, B., & Karvinen, I. (2018). The Level Of Academic And Environmental Stress Among College Students: A Case In The College Of Education. *Open Journal Of Social Sciences*, 06(11), 40–57. <https://doi.org/10.4236/jss.2018.611004>
- Zamroni. (2015). Prevalensi Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikoislamika*, 12(2), 51–57.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support. *Journal Of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. [https://doi.org/10.1207/S15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/S15327752jpa5201_2)