

Original Research Article

Artikel Penelitian Orisinal

The Relationship Between Peer Social Support and Academic Stress Among University Students During the COVID-19 Pandemic

[Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19]

Hayyu Aliya Prayitno & Budi Andayani

Fakultas Psikologi
Universitas Gadjah Mada

The sudden transition of the learning environment during the COVID-19 pandemic brings many challenges for university students, potentially leading them to experience higher levels of academic stress. Previous studies have found that peer social support is beneficial to help students deal with academic stress. Therefore, this study aims to find the relationship between peer social support and academic stress among university students during online learning. Peer Social Support Scale and Academic Stress Scale were used as instruments for data collection. A total of 230 undergraduate students from 14 universities in Yogyakarta, Indonesia participated in the study. The participants were students who currently or had attended lecture(s) in the time of learning transformation from physical (face-to-face) to virtual (distance) environment due to social restrictions. A simple linear regression technique was applied to evaluate academic stress as a function of peer social support. This study found that students who receive peer social support experienced lower levels of academic stress during online learning. Further suggestions for students, educational practitioners, and educational institutions were also discussed.

Keywords: peer social support, academic stress, university students, COVID-19 pandemic

Perubahan lingkungan belajar yang tiba-tiba selama pandemi COVID-19 menyebabkan banyak tantangan untuk mahasiswa, dan berpotensi meningkatkan tingkat stres akademik. Sejumlah studi terdahulu menemukan bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan membantu mahasiswa mengatasi stres akademik. Maka dari itu, studi ini bertujuan untuk mencari hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran daring. *Peer Social Support Scale* dan *Academic Stress Scale* digunakan untuk pengambilan data. Terdapat total 230 mahasiswa dari 14 universitas di Yogyakarta, Indonesia yang berpartisipasi dalam studi. Partisipan adalah mahasiswa aktif yang sedang atau pernah mengikuti perkuliahan selama transisi proses belajar dari pembelajaran tatap muka ke pembelajaran virtual akibat pembatasan sosial. Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk mengkaji stres akademik sebagai fungsi dari dukungan sosial teman sebaya. Studi ini menemukan bahwa mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial teman sebaya akan mengalami tingkat stres akademik yang lebih rendah selama pembelajaran daring. Studi ini juga mendiskusikan saran lebih lanjut yang diharapkan dapat berguna untuk mahasiswa, praktisi pendidikan, dan institusi pendidikan.

Kata kunci: dukungan sosial teman sebaya, stres akademik, mahasiswa, pandemi COVID-19

Received/Masuk:
2 November/November 2021

Accepted/Terima:
15 November/November 2022

Published/Terbit:
25 January/Januari 2023

Correspondence concerning this article should be addressed to: | Korespondensi sehubungan dengan artikel ini ditujukan pada:
Hayyu Aliya Prayitno, Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Jl. Sosio Humaniora Bulaksumur, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281, Indonesia.
E-Mail: hayyu.aliya.p@mail.ugm.ac.id

In order to decrease the transmission of COVID-19, the Indonesian government decided to implement social restrictions. One of the preventive actions is shifting the learning process from face-to-face to distance education or distance learning. The program is officially regulated in Circular Letter Number 4 of 2020 by the Ministry of Education and Culture of the Republic of Indonesia (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020). Since then, all educational activities have been taking place at home, including learning activities for students in higher education.

The shift from offline to online learning forces students to experience potentially new and unknown situations. A study by Damayanti and Rachmah (2020) highlights several differences between offline and online learning. In offline learning, students used to meet in person with teachers; thus having direct interaction. Direct interaction provides more opportunities to increase the frequency of communication between students and teachers. The learning system allows teachers to guide students directly and makes it easier for students to inquire regarding the materials. In contrast, the online learning utilizes virtual interaction, requiring technology to facilitate communication in class. The frequency of interaction between students and teachers decreases compared to that of a physical class.

Individuals are prone to stress when they experience events that require them to alter their life and take their time to adapt (Spielman et al., 2014). Relating it to this study, students are likely to suffer from stress as they have to change their way of learning, which moves from offline to online system, and they need time to adjust to the new condition. This statement is supported by Fauziyyah et al. (2021) as their literature review states that on average, 55.1% university students suffer from stress during online learning. A study by Oktariani (2021) further indicated that among 233 university students in their study, 81.42% of them were categorized in "Medium" and "High" levels of stress due to academic activities during social restrictions. This data is further followed by Argaheni (2020), who asserted that students are reported to receive numerous academic demands from online learning.

Furthermore, studies have reported that more challenges were raised during online learning. According to Sucahyo (2020), Internet connection

Untuk menekan penyebaran COVID-19, pemerintah Indonesia memutuskan untuk menerapkan pembatasan sosial. Salah satu tindakan preventif adalah mengalihkan proses pembelajaran dari tatap muka ke pendidikan atau pembelajaran jarak jauh. Program tersebut secara resmi diatur dalam Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020). Sejak saat itu, semua kegiatan pendidikan dilakukan di rumah, termasuk kegiatan belajar bagi mahasiswa di perguruan tinggi.

Pergeseran dari pembelajaran tatap muka ke daring memaksa siswa untuk mengalami situasi yang berpotensi baru dan tidak dikenal. Studi oleh Damayanti dan Rachmah (2020) menyoroti sejumlah perbedaan pembelajaran tatap muka dan daring. Dalam pembelajaran tatap muka, siswa terbiasa bertemu langsung dengan guru; sehingga memiliki interaksi langsung. Interaksi langsung tersebut memberikan lebih banyak kesempatan untuk meningkatkan frekuensi komunikasi antara siswa dan guru. Sistem pembelajaran memungkinkan guru untuk membimbing siswa secara langsung dan memudahkan siswa untuk bertanya terkait materi. Sebaliknya, pembelajaran daring memanfaatkan interaksi virtual, membutuhkan teknologi untuk memfasilitasi komunikasi di kelas. Frekuensi interaksi antara siswa dan guru menurun dibandingkan dengan kelas fisik.

Individu rentan terhadap stres ketika mereka mengalami peristiwa yang mengharuskan mereka mengubah hidup mereka dan meluangkan waktu untuk beradaptasi (Spielman et al., 2014). Berkaitan dengan studi ini, siswa cenderung mengalami stres karena harus mengubah cara belajarnya dari sistem tatap muka ke daring, dan mereka membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri dengan kondisi baru. Pernyataan ini didukung oleh Fauziyyah et al. (2021), dalam tinjauan literatur mereka yang menyatakan bahwa rerata 55,1% mahasiswa mengalami stres selama pembelajaran daring. Sebuah studi oleh Oktariani (2021) lebih lanjut menunjukkan bahwa di antara 233 mahasiswa dalam studinya, 81,42% di antaranya termasuk dalam tingkat stres "Sedang" dan "Tinggi" akibat kegiatan akademik selama pembatasan sosial. Data ini selanjutnya diikuti oleh Argaheni (2020) yang menegaskan bahwa mahasiswa dilaporkan menerima banyak tuntutan akademik dari pembelajaran daring.

Lebih lanjut, sejumlah studi telah melaporkan bahwa lebih banyak tantangan muncul selama pembelajaran daring. Menurut Sucahyo (2020), koneksi Internet menjadi

becomes a major problem for students amidst online learning. The quality of connection sometimes becomes unstable, thus disrupting the class, resulting in the lectures becoming unclear. Online learning requires more data and budget, as it is more likely to use video meetings. Another study conducted by Ardi (2020) found that university students have difficulties in achieving a clear understanding of materials and instructions during courses. Ironically, the number of assignments increases during online learning, compared to offline classes (Nevitasari, 2020). Hence, the change in the learning environment results in more demands from the academic activity to the students, which later causes students to experience stress.

According to Wilks (2008), academic stress is a result of various academic-related demands perceived by students as their education level advances. Unfortunately, the perceived demands are eventually overwhelming the students' resources in order to adapt properly. The stressors originate from various aspects, including academic activities that are related to peers, learning materials, time management between academic and non-academic activities, lecturers, academic results, examinations, and assignments (Lin & Chen, 2009; Shirom, 1986). de la Fuente et al. (2021) discovered that teaching method, the deficiency of value from learning material, heavy workload, and individual control toward achievement became the stress factors on higher educational students during the COVID-19 pandemic.

Moreover, Taylor (1995) asserted that humans' reactions to stress are manifested in many aspects, such as physical, behavioral, cognitive appraisal, and emotional. These explanations are supported by Ahmed (2021), who stated that students are reported of being exhausted after having online classes, especially those who have a full schedule from morning to late afternoon. They are also reported to being irritated easily. More study by Pascoe et al. (2020), found that academic stress causes a problem with students' sleep patterns, a possibility of students developing depression and anxiety, and lack of academic achievement. In addition, students display further physical reactions toward academic stress, including a weak immune system, a problem with the cardiovascular system, and a lack of attention and concentration (Shankar & Park, 2016). Therefore, conducting a study related to academic stress is necessary to raise the awareness of academic stress

masalah utama bagi siswa di tengah pembelajaran daring. Kualitas koneksi Internet terkadang menjadi tidak stabil, sehingga mengganggu kelas, mengakibatkan proses dalam kelas menjadi tidak jelas. Pembelajaran daring membutuhkan lebih banyak data dan anggaran, karena lebih banyak menggunakan rapat video. Studi lain yang dilakukan oleh Ardi (2020) menemukan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan dalam mencapai pemahaman yang jelas tentang materi dan instruksi selama kursus. Ironisnya, jumlah tugas bertambah selama pembelajaran daring, dibandingkan dengan kelas tatap muka (Nevitasari, 2020). Maka dari itu, perubahan lingkungan belajar mengakibatkan semakin banyak tuntutan dari aktivitas akademik kepada siswa, yang kemudian menyebabkan siswa tersebut mengalami stres.

Menurut Wilks (2008), stres akademik merupakan akibat dari berbagai tuntutan terkait akademik yang dirasakan oleh siswa seiring dengan peningkatan jenjang pendidikan. Sayangnya, tuntutan yang dirasakan akhirnya membebani sumber daya siswa untuk beradaptasi dengan baik. Stresor berasal dari berbagai aspek, antara lain kegiatan akademik yang berhubungan dengan teman sebaya, materi pembelajaran, pengaturan waktu antara kegiatan akademik dan non-akademik, dosen, hasil akademik, ujian, dan tugas (Lin & Chen, 2009; Shirom, 1986). de la Fuente et al. (2021) menemukan bahwa metode pengajaran, kekurangan nilai dari materi pembelajaran, beban kerja yang berat, dan kontrol individu terhadap prestasi menjadi faktor stres pada mahasiswa perguruan tinggi selama pandemi COVID-19.

Lebih lanjut, Taylor (1995) menegaskan bahwa reaksi manusia terhadap stres dimanifestasikan dalam banyak aspek, seperti fisik, perilaku, penilaian kognitif, dan emosional. Penjelasan tersebut didukung oleh Ahmed (2021) yang menyatakan bahwa siswa dilaporkan kelelahan setelah mengikuti kelas daring, terutama yang memiliki jadwal padat dari pagi hingga sore hari. Mereka juga dilaporkan mudah tersinggung. Studi lebih lanjut oleh Pascoe et al. (2020), menemukan bahwa stres akademik menyebabkan masalah pada pola tidur siswa, kemungkinan siswa mengalami depresi dan kecemasan, dan kurangnya prestasi akademik. Selain itu, siswa menunjukkan reaksi fisik lebih lanjut terhadap stres akademik, termasuk sistem kekebalan tubuh yang lemah, masalah sistem kardiovaskular, dan kurangnya perhatian dan konsentrasi (Shankar & Park, 2016). Oleh karena itu, perlu dilakukan studi kajian terkait stres akademik untuk meningkatkan kesadaran manajemen stres

management, so that the occurrence of its negative impact on students become avoidable and preventable.

There are factors that influence an individual's experience in facing threatening life events. Peer social support is indicated as a beneficial factor to help university students deal with their academic demands (Ifdil & Bariyyah, 2015). As stated by Hannan (2020), peer social support is social assistance from peers, that is perceived by an individual. It can be in the form of verbal and non-verbal communication. Moreover, Cutrona and Russell (1987) asserted that the relationship between individuals and their peers needs to fulfill several aspects, including guidance, reliable alliance, reassurance, opportunity for nurturance, attachment, and social integration. These aspects cause the supports to be well received by the individuals.

Peer social support is effective in reducing the negative effects of stress, as well as helping individuals to adapt to new situations (la Greca et al., 2002). Previous study by Mosanya (2020) shows that peers are involved as supportive agents whom university students approach when they have concerns during the social restrictions. With this information, there is a possibility for students to manage their academic stress and adjust to the new academic system with the help of peers.

Marhamah and Hamzah (2016) asserted that the presence of peers when students encounter problems is perceived as support by the students. Students are able to share their worries, as well as happiness, with their peers, and consequently, students feel comfortable because there is other individuals that they can rely on and care about them. Furthermore, students and their peers are relatively of the same age, thus making them more likely to have similar experiences and be able to share these experiences with each other. According to Gidugu et al. (2015), sharing experience is a way for peers to support one and another. By sharing a similar experience, individuals do not feel alone and see their experience as normal, by realizing that other individuals have the same struggles. Furthermore, support from peers can provide individuals with comfort and confidence boost. Relating these data to this study, the availability of peers during the social restrictions, as mentioned previously, could provide students with a chance to be open about their concerns

akademik, sehingga terjadinya dampak negatif pada siswa dapat dihindari dan dicegah.

Ada faktor yang mempengaruhi pengalaman individu dalam menghadapi peristiwa kehidupan yang mengancam. Dukungan sosial teman sebaya diindikasikan sebagai faktor yang bermanfaat untuk membantu mahasiswa menghadapi tuntutan akademik mereka (Ifdil & Bariyyah, 2015). Seperti yang dikemukakan oleh Hannan (2020), dukungan sosial teman sebaya adalah bantuan sosial dari teman sebaya, yang dirasakan oleh seorang individu. Hal tersebut bisa dalam bentuk komunikasi verbal dan non-verbal. Selain itu, Cutrona dan Russell (1987) menegaskan bahwa hubungan antara individu dan teman sebayanya perlu memenuhi beberapa aspek, antara lain bimbingan, aliansi yang dapat diandalkan, kepastian, kesempatan untuk pengasuhan, keterikatan, dan integrasi sosial. Sejumlah aspek ini menyebabkan dukungan dapat diterima dengan baik oleh individu.

Dukungan sosial teman sebaya efektif dalam mengurangi efek negatif stres, serta membantu individu untuk beradaptasi dengan situasi baru (la Greca et al., 2002). Studi sebelumnya oleh Mosanya (2020) menunjukkan bahwa teman sebaya terlibat sebagai agen pendukung yang didekati mahasiswa ketika mereka memiliki kekhawatiran selama pembatasan sosial. Dengan informasi ini, ada kemungkinan bagi siswa tersebut untuk mengelola stres akademik mereka dan menyesuaikan diri dengan sistem akademik baru dengan bantuan teman sebaya.

Marhamah dan Hamzah (2016) menegaskan bahwa kehadiran teman sebaya saat siswa menghadapi masalah dianggap sebagai dukungan oleh siswa. Siswa dapat berbagi kekhawatirannya dan kebahagiaannya, dengan teman sebayanya, dan akibatnya siswa merasa nyaman karena ada individu lain yang dapat mereka andalkan dan peduli terhadap mereka. Selain itu, siswa dan teman sebayanya berusia relatif sama, sehingga membuat mereka cenderung memiliki pengalaman yang serupa dan dapat berbagi pengalaman tersebut satu sama lain. Menurut Gidugu et al. (2015), berbagi pengalaman merupakan cara bagi teman sebaya untuk saling mendukung. Dengan berbagi pengalaman serupa, individu tidak merasa sendirian dan melihat pengalamannya sebagai hal yang normal, dengan menyadari bahwa individu lain memiliki perjuangan yang sama. Selain itu, dukungan dari teman sebaya dapat memberi individu kenyamanan dan dorongan kepercayaan diri. Mengaitkan data tersebut dengan studi ini, ketersediaan teman sebaya selama pembatasan sosial, seperti yang telah disebutkan sebelumnya, dapat

regarding the transformation of the learning environment. In addition, the presence of peers may provide an opportunity for students and their peers to share experiences during the sudden shift of the learning system. Therefore, it could bring ease to students, make them feel better, and build their confidence, resulting in them being able to handle their academic stress.

According to Cohen (2011), there are many ways for individuals to deliver their support to others, including by social support that are conveyed offline and online. The use of technology facilitates humans to connect with others, especially in the time when they are not able to meet in person. Recent work by Hamilton et al. (2020) has shown that young people take the advantage of technology by using social media to stay connected with their peers during social restrictions. This may promote the possibility for peers to keep supporting each other even though they are not able to interact directly.

A study by Faqih (2020) shows a promising result for the possibility of peer social support in predicting academic stress among working students who study in Malang. Their study indicates that there is a negative correlation between peer social support and academic stress. In other words, the higher the rate of peer social support, the lower the rate of academic stress students suffered from. Another study conducted by Sari (2017) has a similar result, showing that peer social support has an impact on academic stress in first-year medical students in Yogyakarta. More studies on the same topic found similar results in final year students and students who work on their undergraduate thesis (Firdiansyah, 2020; Rohmah, 2017).

Furthermore, a previous study explored the similar issues during the social restrictions. Wulandari (2021) has found the relationship between peer social support and academic stress among first-year university students in Indonesia during online learning. The study revealed the existence of a negative association between peer social support and academic stress. However, the previous study did not cover the correlation between peer social support and academic stress among more diverse participants. It also have not

memberikan kesempatan kepada siswa untuk terbuka mengungkapkan keprihatinan mereka tentang transformasi lingkungan belajar. Terlebih lagi, kehadiran teman sebaya dapat memberikan kesempatan bagi siswa dan teman sebayanya untuk berbagi pengalaman selama pergantian sistem pembelajaran yang tiba-tiba. Oleh karena itu, dapat memberikan kemudahan bagi siswa, membuat mereka merasa lebih baik, dan membangun kepercayaan diri mereka, sehingga mereka dapat mengatasi stres akademik yang mereka alami.

Menurut Cohen (2011), ada banyak cara bagi individu untuk menyampaikan dukungannya kepada pihak lain, termasuk dengan dukungan sosial yang disampaikan secara tatap muka dan daring. Penggunaan teknologi memudahkan manusia untuk berhubungan dengan orang lain, terutama di saat mereka tidak dapat bertemu secara langsung. Studi terbaru oleh Hamilton et al. (2020) telah menunjukkan bahwa kaum muda memanfaatkan teknologi dengan menggunakan media sosial untuk tetap terhubung dengan teman sebayanya selama pembatasan sosial. Hal ini dapat mendorong kemungkinan teman sebaya untuk tetap saling mendukung meskipun mereka tidak dapat berinteraksi secara langsung.

Sebuah studi oleh Faqih (2020) menunjukkan hasil yang menjanjikan untuk kemungkinan dukungan sosial teman sebaya dalam memprediksi stres akademik pada mahasiswa bekerja yang berkuliah di Malang. Studi mereka menunjukkan bahwa ada korelasi negatif antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat dukungan sosial teman sebaya, semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa. Studi lain yang dilakukan oleh Sari (2017) memiliki hasil yang serupa, menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berdampak pada stres akademik pada mahasiswa kedokteran tahun pertama di Yogyakarta. Lebih banyak studi dengan topik yang sama menemukan hasil serupa pada mahasiswa tingkat akhir dan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Firdiansyah, 2020; Rohmah, 2017).

Lebih lanjut, sebuah studi sebelumnya mengeksplorasi isu serupa selama pembatasan sosial. Wulandari (2021) menemukan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa tahun pertama di Indonesia selama pembelajaran daring. Studi ini mengungkapkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik. Namun, studi sebelumnya tidak mencakup korelasi antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik di antara partisipan yang lebih beragam.

examined the possibilities of age, gender, and year of enrollment (batch) as predictor of academic stress.

Therefore, the purpose of this study was to examine the relationship between peer social support and academic stress among university students from various year of enrollment (batch) that experienced online learning during the COVID-19 pandemic, as well as to find the possibilities of age, gender, and year of enrollment (batch) in affecting academic stress.

Hypothesis: A higher level of perceived social support predicts lower students' academic stress by controlling the effect of age, gender, and year of enrollment (batch).

Selain itu, studi tersebut juga belum mengkaji kemungkinan usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan) sebagai prediktor stres akademik.

Maka dari itu, tujuan dari studi ini adalah untuk menguji hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada mahasiswa dari berbagai tahun pendaftaran (angkatan) yang menjalani pembelajaran daring selama pandemi COVID-19, serta untuk menemukan kemungkinan usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan) dalam mempengaruhi stres akademik tersebut.

Hipotesis: Tingkat dukungan sosial yang dirasakan yang lebih tinggi memprediksi stres akademik mahasiswa yang lebih rendah dengan mengendalikan pengaruh usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan).

Method

Procedure

The study obtained ethical clearance from the *Komite Etik Riset Psikologi Universitas Gadjah Mada* with the letter number: 3012/UN1/FPSi.1.3/SD/PT.01.04/2021. The participants were recruited through study and research advertisement that was broadcasted on several social media platforms, including: LINE, Instagram, WhatsApp, and Twitter. The study and research advertisement consisted of a brief explanation of the study, requirements for participants, and a link to an online survey. The online survey was prepared using Google Forms and composed of informed consent, agreement to join the study, demographic data, and the two instruments for data collection (Peer Social Support Scale and Academic Stress Scale). The data collection was conducted from the 10th until the 28th of June 2021.

Participants

This study utilized snowball sampling in order to recruit the participants. The authors disseminated the study and research advertisement and recruited students with close affiliation to the authors that matched the inclusion criteria. Later, these student participants were asked to distribute the advertisement to other students who potentially suited the criteria for the study. The inclusion criteria in the study were an undergraduate student who had been or was following lecture(s) during the learning transformation from offline to the online environment due to social

Metode

Prosedur

Studi ini memperoleh izin etik dari Komite Etik Riset Psikologi Universitas Gadjah Mada dengan nomor surat: 3012/UN1/FPSi.1.3/SD/PT.01.04/2021. Para partisipan direkrut melalui iklan studi dan penelitian yang ditayangkan di sejumlah *platform* media sosial, antara lain: *LINE, Instagram, WhatsApp, dan Twitter*. Iklan studi dan penelitian terdiri dari penjelasan singkat tentang studi, persyaratan untuk peserta, dan tautan ke survei daring. Survei daring disiapkan menggunakan *Google Forms* dan terdiri dari formulir persetujuan, persetujuan untuk bergabung dalam studi ini, data demografis, dan dua instrumen untuk pengumpulan data (Skala Dukungan Sosial Sebaya dan Skala Stres Akademik). Pengumpulan data dilakukan mulai tanggal 10 hingga 28 Juni 2021.

Partisipan

Studi ini menggunakan teknik *snowball sampling* untuk merekrut partisipan studi. Penulis menyebarluaskan iklan studi dan penelitian dan merekrut mahasiswa yang memiliki hubungan dekat dengan para penulis yang cocok dengan kriteria inklusi. Nantinya, partisipan mahasiswa tersebut diminta untuk mendistribusikan iklan tersebut kepada mahasiswa lain yang berpotensi sesuai dengan kriteria studi tersebut. Kriteria inklusi dalam studi ini adalah mahasiswa Strata-1 yang pernah atau sedang mengikuti perkuliahan pada masa transformasi pembelajaran dari lingkungan tatap muka

restrictions, aged between 18 and 24 years old, and studied in a university located in Yogyakarta.

Instruments

Demographic Questionnaire

A form was prepared in order to collect participants' demographic data. The form consisted of questions related to participants' age, gender, university, faculty, year of enrollment (batch), and which province they were currently staying in.

Peer Social Support Scale

The scale was originally developed from the Social Support Scale by Lestari (2017), with reference to the Social Provision Scale by Cutrona and Russels (1987). Hannan (2020) then modified it to fit the concept of peer social support. The Peer Social Support Scale measures the level of social support individuals receive from peers. This scale is a self-report assessment which contains 19 items, formulated based on aspects of social support which consist of: (1) guidance; (2) reliable alliance; (3) reassurance of worth; (4) an opportunity for nurturance; (5) attachment; and (6) social integration. Participants rate their responses based on a five-point Likert scale, ranging from "1 (*Strongly Disapprove*)" to "5 (*Strongly Approve*)". An example of the items is "I know that there will be friends who help me when I need one". Item 18 was modified for this study due to its ambiguity in Bahasa Indonesia. It was originally stated as "There is no friend(s) who like things like me." then restated to "There is no friend(s) who are also interested in the same things like me.". The item modification had been approved by the subject matter expert through a professional judgment process. For this study, the Cronbach's alpha is .91.

Academic Stress Scale

Academic Stress Scale was initially developed by Nugraheni (2012) and examines the level of academic stress in university students, being composed of several aspects, including aspects of stress (Taylor, 1995) and types of academic stress (Lin & Chen, 2009; Shirom, 1986). The Academic Stress Scale is a self-report assessment that consists of 30 items. Participants provide their responses based on a five-point Likert

ke daring karena pembatasan sosial, berusia antara 18 sampai 24 tahun, dan belajar di universitas yang berlokasi di Yogyakarta.

Instrumen

Kuesioner Demografi

Formulir disiapkan untuk mengumpulkan data demografi peserta. Formulir tersebut berisi pertanyaan terkait usia, jenis kelamin, universitas, fakultas, tahun pendaftaran (angkatan), dan provinsi tempat tinggal partisipan saat ini.

Peer Social Support Scale

Skala ini awalnya dikembangkan dari Skala Dukungan Sosial oleh Lestari (2017), dengan mengacu pada *Social Provision Scale* oleh Cutrona dan Russels (1987). Hannan (2020) kemudian memodifikasinya agar sesuai dengan konsep dukungan sosial teman sebaya. Skala Dukungan Sosial Sebaya mengukur tingkat dukungan sosial yang diterima individu dari teman sebaya. Skala ini merupakan asesmen *self-report* yang berisi 19 butir, dirumuskan berdasarkan aspek dukungan sosial yang terdiri dari: (1) bimbingan; (2) aliansi yang dapat diandalkan; (3) kepastian nilai; (4) kesempatan untuk mengasuh; (5) keterikatan; dan (6) integrasi sosial. Partisipan menilai tanggapan mereka berdasarkan skala *Likert* lima poin, mulai dari "1 (*Sangat Tidak Setuju*)" hingga "5 (*Sangat Setuju*)". Contoh butir adalah "Saya tahu bahwa akan ada teman yang membantu saya saat saya membutuhkannya.". Butir 18 dimodifikasi untuk studi ini karena ambiguitasnya dalam Bahasa Indonesia. Awalnya dinyatakan sebagai "Tidak ada teman yang menyukai hal-hal seperti saya", kemudian dinyatakan kembali menjadi "Tidak ada teman yang tertarik pada hal-hal yang juga saya sukai.". Modifikasi butir telah disetujui oleh ahli materi melalui proses penilaian profesional. Untuk studi ini, *Cronbach's alpha* adalah 0,91.

Academic Stress Scale

Skala ini pada awalnya dikembangkan oleh Nugraheni (2012) dan mengkaji tingkat stres akademik pada mahasiswa, yang terdiri dari beberapa aspek, antara lain aspek stres (Taylor, 1995) dan jenis stres akademik (Lin & Chen, 2009; Shirom, 1986). Skala Stres Akademik merupakan asesmen *self-report* yang terdiri dari 30 butir. Partisipan memberikan respon mereka berdasarkan skala *Likert* lima poin, mulai dari

scale, ranging from “1 (*Never*)” to “5 (*Always*)”. An example of the items is “I feel I can't adapt to the lecturer's teaching method.”. For this study, the Cronbach's alpha is .95.

Analysis

A simple linear regression was chosen as a prior data analysis to find the relationship between peer social support and academic stress, as well as to predict the contribution of peer social support toward academic stress. Furthermore, the authors added multilinear regression analysis in order to capture a bigger picture of other covariates that could predict the level of academic stress, including age, gender, and year of enrollment (batch). Data from this study were analyzed by using International Business Machines Corporation (IBM) Statistical Product and Service Solutions (SPSS) version 25.0.

Result

Demographic Data of Participants

The total number of participants who met the requirements for this study was 230 students from 14 universities located in Yogyakarta, Indonesia. The participants consisted of 163 women (70.9%) and 67 men (29.1%). The mean age of participants was 20.7 years ($SD = 1.27$) ranging from 18-23 years of age. Regarding the year of enrollment (batch), participants were students from year of enrollment (batch) 2015 to 2020. There were 79 participants (34.3%) from year of enrollment (batch) 2017 who became the majority of the sample, followed by 58 participants (25.2%) from year of enrollment (batch) 2018, and 49 participants (21.3%) from year of enrollment (batch) 2020. The participants lived in 19 provinces of Indonesia, with most in Yogyakarta ($n = 104$; 45.2%), Central Java ($n = 38$; 16.5%), and Jakarta ($n = 28$; 12.2%).

Hypothesis Testing

The authors conducted linearity testing and normality testing in the beginning to assess the basic assumption before moving to the hypothesis testing, which is simple linear regression. The linearity test is administered to see whether the independent and dependent variable have linear relation or not. In this study, the linearity between variables was approved by

“1 (*Tidak Pernah*)” hingga “5 (*Selalu*)”. Contoh butir adalah “Merasa tidak mampu beradaptasi dengan metode yang diterapkan dosen.”. Untuk studi ini, Cronbach's alpha adalah 0,95.

Analisa

Regresi linier sederhana dipilih sebagai analisis data awal untuk menemukan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik, serta untuk memprediksi kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik. Selanjutnya, para penulis menambahkan analisis regresi multilinear untuk mendapatkan gambaran yang lebih menyeluruh dari kovariat lain yang dapat memprediksi tingkat stres akademik, termasuk usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan). Data dari studi ini dianalisis dengan menggunakan *International Business Machines Corporation (IBM) Statistical Product and Service Solutions (SPSS)* versi 25,0.

Hasil

Data Demografi Partisipan

Partisipan yang memenuhi persyaratan untuk studi ini berjumlah total 230 mahasiswa dari 14 universitas yang berlokasi di Yogyakarta, Indonesia. Partisipan terdiri dari 163 perempuan (70,9%) dan 67 laki-laki (29,1%). Usia rerata partisipan adalah 20,7 tahun ($SD = 1,27$) mulai dari usia 18-23 tahun. Sehubungan dengan tahun pendaftaran (angkatan), partisipan adalah mahasiswa dari tahun pendaftaran (angkatan) 2015 sampai dengan 2020. Terdapat 79 partisipan (34,3%) dari tahun pendaftaran (angkatan) 2017 yang menjadi mayoritas sampel, diikuti 58 partisipan (25,2%) dari tahun pendaftaran (angkatan) 2018, dan 49 partisipan (21,3%) dari tahun pendaftaran (angkatan) 2020. Partisipan tinggal di 19 provinsi Indonesia, dengan jumlah terbanyak di Yogyakarta ($n = 104$; 45,2%), Jawa Tengah ($n = 38$; 16,5%), dan Jakarta ($n = 28$; 12,2%).

Pengujian Hipotesis

Penulis melakukan uji linieritas dan uji normalitas di awal untuk mengecek asumsi dasar sebelum beralih ke pengujian hipotesis, yaitu regresi linier sederhana. Uji linieritas dilakukan untuk melihat apakah variabel bebas dan terikat memiliki hubungan linier atau tidak. Dalam studi ini, linearitas antar variabel dibuktikan dengan nilai *f-linearity* sebesar 14,23 (*sig.* 0,00; $p < 0,05$).

Table 1
Mean, Standard Deviation, and Correlation Between Academic Stress and Peer Social Support

Variable	N	Mean	SD	Correlation	
				Academic Stress	Peer Social Support
Academic Stress	230	94.67	22.73	-	-.24*
Peer Social Support	230	75.29	11.72	-.24*	-

Notes. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

Tabel 1
Rerata, Standar Deviasi, dan Korelasi antara Stres Akademik dan Dukungan Sosial Teman Sebaya

Variabel	N	Rerata	SD	Korelasi	
				Stres Akademik	Dukungan Sosial Teman Sebaya
Stres Akademik	230	94,67	22,73	-	- 0.24*
Dukungan Sosial Teman Sebaya	230	75,29	11,72	- 0.24*	-

Catatan. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

f-linearity value of 14.23 (*sig.* .00; $p < .05$). The normality testing is conducted in order to determine the normal distribution of each variable take in the study. The ratio of skewness to its standard error was calculated in order to complete the normality testing. The skewness score for academic stress was appeal to be 1.19, while peer social support scored 2.00. These results indicated that the data gathered for this study was normal ($score < 2$).

Model Analysis

The simple linear regression was performed after all of the assumptions were accepted. According to the analysis, peer social support was found to be significantly correlated with academic stress ($p = .0005$). The correlation coefficient for this relationship was $r = -.24$ ($p < .05$; more detailed results available in Table 1). This result described the existence of negative correlation between peer social support and academic stress. Furthermore, the analysis showed $R^2 = .059$, indicating that 5.9% variation of academic stress was explained by peer social support. Table 2 shows that the regression coefficient for peer social support was explained by $B = -.472$. Meanwhile, the constant was 130.185.

Pengujian normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi normal dari tiap variabel yang diambil dalam studi ini. Rasio *skewness* terhadap standar deviasi dari rerata sampel dihitung untuk menyelesaikan pengujian normalitas. Skor *skewness* untuk stres akademik menjadi 1,19, sedangkan dukungan sosial teman sebaya mendapat skor 2,00. Hasil ini menunjukkan bahwa data yang dikumpulkan untuk studi ini adalah normal ($skor < 2$).

Analisis Model

Regresi liner sederhana dilakukan setelah semua asumsi diterima. Menurut analisis, dukungan sosial teman sebaya ditemukan berkorelasi signifikan dengan stres akademik ($p = 0,0005$). Koefisien korelasi untuk hubungan ini adalah $r = -0,24$ ($p < 0,05$; detail hasil tersedia dalam Tabel 1). Hasil ini menggambarkan adanya korelasi negatif antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik. Selanjutnya, analisis menunjukkan $R^2 = 0,059$, yang menunjukkan bahwa 5,9% variasi stres akademik dijelaskan oleh dukungan sosial teman sebaya. Tabel 2 menunjukkan bahwa koefisien regresi dukungan teman sebaya dijelaskan oleh $B = -0,472$. Sedangkan, konstantanya adalah 130,185.

Table 2
Academic Stress as a Function of Peer Social Support

Variable	Unstandardized Coefficient		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Standard Error			
(Constant)	130.18	9.49		13.70	.00
Peer Social Support	- 0.47	.12	- 0.24	- 3.78	.00

Tabel 2
Stres Akademik sebagai Fungsi Dukungan Sosial Teman Sebaya

Variabel	Koefisien Tidak Terstandarisasi		Koefisien Beta Terstandarisasi	t	Sig.
	B	Standard Error			
(Konstan)	130,18	9,49		13,70	0,00
Dukungan Sosial Teman Sebaya	- 0,47	0,12	- 0,24	- 3,78	0,00

From the data, the results revealed that participants who perceived higher peer social support will experience lower academic stress compared to participants who perceived lower level of social support. In order to improve the parameter estimation, the authors included covariates in the model being age, gender, and year of enrollment (batch). The result showed $R^2 = .10$, which indicate that peer social support, age, gender, and year of enrollment (batch) predict 10% variation of academic stress. Age, gender, and year of enrollment (batch) were able to explain their additional contribution towards the level of academic stress besides peer social support alone.

Compared to the result in Model 1, predictors included in Model 2 increase the contribution rate for about 4.1%. As a consequence, it also explained that there are more variables that had not been included in this study, which predict 90% of academic stress (see Table 3).

Discussion

This study was aimed to conduct empirical research regarding the relationship between peer social support and academic stress amid the sudden shift of the learning environment; and also to find the possibilities of age, gender, and year of enrollment (batch) in affecting academic stress. The result was able to support the hypothesis in which the level of peer social support was negatively associated with the level of academic stress. In addition, age, gender, and year of enrollment (batch) play as contributors of academic stress.

Dari data tersebut diperoleh hasil bahwa partisipan yang mempersepsikan dukungan sosial teman sebaya lebih tinggi akan mengalami stres akademik yang lebih rendah, dibandingkan dengan partisipan yang mempersepsikan tingkat dukungan sosial lebih rendah. Untuk meningkatkan estimasi parameter, penulis memasukkan kovariat dalam model yaitu usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan). Hasil menunjukkan $R^2 = 0,10$, yang berarti bahwa dukungan sosial teman sebaya, usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan) memprediksi 10% variasi stres akademik. Usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan) mampu menjelaskan kontribusi tambahan mereka terhadap tingkat stres akademik selain dukungan sosial teman sebaya saja.

Dibandingkan dengan hasil di Model 1, prediktor yang termasuk dalam Model 2 meningkatkan kontribusi sekitar 4,1%. Sebagai akibatnya, dijelaskan pula bahwa masih banyak variabel yang belum dimasukkan dalam studi ini, yang memprediksi 90% stres akademik (lihat Tabel 3).

Diskusi

Studi ini bertujuan untuk melakukan penelitian empiris tentang hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik di tengah perubahan lingkungan belajar yang tiba-tiba; serta untuk mengetahui kemungkinan usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan) dalam mempengaruhi stres akademik. Hasil studi mampu mendukung hipotesis bahwa tingkat dukungan sosial teman sebaya berhubungan negatif dengan tingkat stres akademik. Selain itu, usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan) berperan sebagai kontributor stres akademik.

Table 3
Role of Peer Social Support, Age, Gender, and Year of Enrollment (Batch) in Predicting Academic Stress

Variable	Unstandardized Coefficient		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Standard Error			
(Constant)	- 1969.30	4099.39		- 0.48	.00
Peer Social Support	- 0.47	0.13	- 0.24	- 3.70	.00
Age	- 1.34	1.84	- 0.75	- 0.73	.00
Gender	8.31	3.21	0.17	2.59	.00
Batch	1.05	2.01	0.05	0.52	.00
F	6.16				
df	4				
R ²	.10				

Tabel 3
Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya, Usia, Jenis Kelamin, dan Tahun Pendaftaran (Angkatan) dalam Memprediksi Stres Akademik

Variabel	Koefisien Tidak Terstandardiasi		Koefisien Beta Terstandardisasi	t	Sig.
	B	Standard Error			
(Konstan)	- 1969,30	4099,39		- 0,48	0,00
Dukungan Sosial Teman Sebaya	- 0,47	0,13	- 0,24	- 3,70	0,00
Usia	- 1,34	1,84	- 0,75	- 0,73	0,00
Jenis Kelamin	8,31	3,21	0,17	2,59	0,00
Angkatan	1,05	2,01	0,05	0,52	0,00
F	6,16				
df	4				
R ²	0,10				

The data suggests that students who have higher peer social support will experience lower level of academic stress. In contrast, students who have lower level of peer social support are prone to experience higher level of academic stress. This finding was in line with previous studies that asserted the presence of peers as able to provide support for students and influenced how they deal with their academics (including regarding academic stress) during offline learning (Faqih, 2020; Firdiansyah, 2020; Sari, 2017) as well as online learning (Wulandari, 2021). Although there are several changes in condition before and after social restrictions, the correlation of peer social support and academic stress remains the same. This phenomenon is likely to be related to the fact that individuals are able to provide supports for others through the use of online media (Cohen, 2011), therefore, students have the opportunity to receive assistance from their peers over social media. This information is supported by the results of Hamilton et al. (2020), who stated that young people try to stay connected with their peers by communicating through

Data menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat dukungan sosial teman sebaya yang lebih tinggi akan mengalami stres akademik yang lebih rendah. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat dukungan sosial teman sebaya yang lebih rendah cenderung mengalami stres akademik yang lebih tinggi. Temuan ini sejalan dengan sejumlah studi sebelumnya yang menyatakan bahwa kehadiran teman sebaya dapat memberikan dukungan bagi mahasiswa dan mempengaruhi cara mereka menghadapi masalah akademiknya (termasuk terkait stres akademik) selama pembelajaran tatap muka (Faqih, 2020; Firdiansyah, 2020; Sari, 2017) serta pembelajaran daring (Wulandari, 2021). Meskipun ada beberapa perubahan kondisi sebelum dan sesudah pembatasan sosial, korelasi dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik tetap sama. Fenomena ini kemungkinan besar terkait dengan fakta bahwa individu dapat memberikan dukungan kepada orang lain melalui penggunaan media daring (Cohen, 2011), sehingga mahasiswa tersebut memiliki kesempatan untuk menerima bantuan dari teman sebayanya melalui media sosial. Informasi ini didukung oleh hasil Hamilton et al. (2020), yang menyatakan bahwa anak muda berusaha untuk

social media during times of physical distancing.

McLeish and Redshaw (2017) provide a potential explanation of how peer social support influences individuals in overcoming their stress. Their study found that the presence of peers is involved as social support for individuals. It allows individuals to have others to talk to. Furthermore, it helps to bring individuals at ease and become honest and open about problems. Even though peers are just there without giving advice or practical help, individuals still felt supported and worthy as their peers were willing to spare time with them. In addition, Rohmah (2017) mentioned esteem support as another type of assistance that can help students to deal with their problems. By conveying positive affirmations to students, peers validate students' strengths or expertise which students may forget or not realize. Thus, students feel more appreciated and confident in performing their tasks. These explanations are supported by a theory by Sarafino et al. (2015), named the direct effect hypothesis which asserted that social support benefits individuals by providing positive influence towards their psychological and physical condition when exposed to a stressful situation.

Another potential explanation is provided by Wilcox et al. (2005), who suggested that peers provide students with instrumental support, especially those who enroll in the same course or had a similar field of study. Peers are eager to help students with their tasks or introduce them to another source of academic support. Some students have also formed a study group to support each other by sharing their knowledge. This idea is aligned with the stress prevention model that was also mentioned by Sarafino et al. (2015), which suggests that social support from other individuals, such as suggestions and resources, hinders individuals from exposure to stressful conditions.

Further results from this study indicated that the rate of peer social support which predicted academic stress was 5.9%. This result is consistent with data from Rohmah (2017) which shows that peer social support contribute up to 6.7% of academic stress among final year student from Malang who work on their

tetap terhubung dengan teman sebayanya dengan berkomunikasi melalui media sosial selama masa pembatasan jarak secara fisik.

McLeish dan Redshaw (2017) memberikan penjelasan potensial tentang bagaimana dukungan sosial teman sebaya mempengaruhi individu dalam mengatasi stres mereka. Studi mereka menemukan bahwa kehadiran teman sebaya termasuk sebagai dukungan sosial bagi individu. Ini memungkinkan individu memiliki pihak lain untuk diajak bicara. Selain itu, hal ini membantu dalam membuat individu merasa nyaman dan bersikap jujur dan terbuka tentang masalah. Meskipun teman sebaya hanya ada tanpa memberikan saran atau bantuan praktis, individu tetap merasa didukung dan berharga karena teman sebayanya bersedia meluangkan waktu bersama mereka. Selain itu, Rohmah (2017) menyebutkan dukungan harga diri sebagai jenis bantuan lain yang dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi masalahnya. Dengan menyampaikan afirmasi positif kepada mahasiswa, teman sebaya memvalidasi kelebihan atau keahlian mahasiswa yang mungkin dilupakan atau tidak disadari oleh mahasiswa tersebut. Dengan demikian, mahasiswa merasa lebih dihargai dan percaya diri dalam melaksanakan tugasnya. Penjelasan ini didukung oleh teori dari Sarafino et al. (2015), yang disebut sebagai hipotesis efek langsung, yang menyatakan bahwa dukungan sosial menguntungkan individu dengan memberikan pengaruh positif terhadap kondisi psikologis dan fisik mereka ketika dihadapkan pada situasi stres.

Penjelasan potensial lainnya diberikan oleh Wilcox et al. (2005), yang menyarankan agar teman sebaya memberikan dukungan instrumental, terutama mereka yang mendaftar di kursus yang sama atau memiliki bidang studi yang sejenis. Teman sebaya sangat ingin membantu mahasiswa dengan tugas mereka atau memperkenalkan mereka ke sumber dukungan akademik lainnya. Beberapa mahasiswa juga telah membentuk kelompok belajar untuk saling mendukung dengan berbagi ilmu. Ide ini sejalan dengan model pencegahan stres yang juga disebutkan oleh Sarafino et al. (2015), yang menyatakan bahwa dukungan sosial dari individu lain, seperti saran dan sumber daya, menghalangi individu dari terpapar kondisi stres.

Hasil lebih lanjut dari studi ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial teman sebaya yang memprediksi stres akademik adalah 5,9%. Hasil ini sesuai dengan data dari Rohmah (2017) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berkontribusi hingga 6,7% terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir

undergraduate thesis before social restrictions. In addition, Wulandari (2021) supports the outcome from this study, in which their study found 4% of academic stress variation is determined by peer social support. This result was an outcome of a survey that was participated by first year university students from Indonesia who conduct online learning during social restrictions. From these previous studies, it was evident that there was no significant gap in the percentage of academic stress that was predicted by peer social support before and after the period of online learning. The advantages of technology that can facilitate social support, alongside the younger generation's familiarity with digital media may also contribute to this condition. As Supratman (2018) states, young adults these days (who are categorized as Millennials) are able to maximize the use of social media. They are capable of using technology to make life easier and unconsciously adopt social media as a part of their lifestyle. Therefore, it may explain the condition of university students being capable of solving their problems during the transition of the learning environment by receiving or asking for help from their peers through social media.

However, it is important to bear in mind that the capability of peer social support, age, gender, and year of enrollment (batch) in determining academic stress' variance is relatively of a small proportion. Other factors may have stronger power in predicting academic stress. For instance, Wulandari (2021) suggested that self-regulated learning has contributed to predicting academic stress. In their study, self-regulated learning determines a total 52% variation of academic stress, which is quite significant. Support from family members is another source of social support may predict the level of academic stress. This potential explanation may be related to the study by Ulfa and Mikdar (2020), as they investigated the condition of university students during social restrictions in Indonesia. Students decide to return to their residency (living with family) and reported that the attachment between them and their families become stronger, providing the possibility for students to get more help from family members.

More studies found several factors that could be considered when conducting a study related to academic stress in university students. The study by Karaman et al. (2019), for example, discovered life

dari Malang yang mengerjakan skripsi sebelum pembatasan sosial. Selain itu, Wulandari (2021) mendukung hasil dari studi ini, ketika studi mereka menemukan 4% variasi stres akademik ditentukan oleh dukungan sosial teman sebaya. Hasil ini merupakan hasil survei yang diikuti oleh mahasiswa tahun pertama dari Indonesia yang melakukan pembelajaran daring selama pembatasan sosial. Dari sejumlah studi terdahulu tersebut, terbukti bahwa tidak ada kesenjangan yang signifikan dalam persentase stres akademik yang diprediksi oleh dukungan sosial teman sebaya sebelum dan sesudah masa pembelajaran daring. Keunggulan teknologi yang dapat memfasilitasi dukungan sosial, di samping keakraban generasi muda dengan media digital juga dapat berkontribusi pada kondisi ini. Seperti yang dinyatakan Supratman (2018), dewasa muda saat ini (yang dikategorikan sebagai Milenial) mampu memaksimalkan penggunaan media sosial. Mereka mampu menggunakan teknologi untuk membuat hidup lebih mudah dan secara tidak sadar menggunakan media sosial sebagai bagian dari gaya hidup mereka. Maka dari itu, hal tersebut dapat menjelaskan kondisi mahasiswa mampu memecahkan masalah mereka selama transisi lingkungan belajar dengan menerima atau meminta bantuan dari teman sebaya mereka melalui media sosial.

Namun, penting untuk diingat bahwa kemampuan dukungan sosial teman sebaya, usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan) dalam menentukan varian stres akademik relatif kecil. Faktor lain mungkin lebih kuat dalam memprediksi stres akademik. Sebagai contoh, Wulandari (2021) mengemukakan bahwa *self-regulated learning* telah berkontribusi dalam memprediksi stres akademik. Dalam studi mereka, *self-regulated learning* menentukan variasi total 52% dari stres akademik, yang cukup signifikan. Dukungan dari anggota keluarga merupakan sumber lain dari dukungan sosial yang dapat memprediksi tingkat stres akademik. Penjelasan potensial ini mungkin ada kaitannya dengan studi oleh Ulfa dan Mikdar (2020), yang meneliti kondisi mahasiswa pada masa pembatasan sosial di Indonesia. Mahasiswa memutuskan untuk kembali ke tempat tinggalnya (tinggal bersama keluarga) dan melaporkan bahwa keterikatan antara mereka dan keluarga mereka semakin kuat, memberikan kemungkinan bagi mahasiswa tersebut untuk mendapatkan lebih banyak bantuan dari anggota keluarga.

Sejumlah studi menemukan beberapa faktor yang dapat dipertimbangkan ketika melakukan studi terkait dengan stres akademik pada mahasiswa. Sebagai contoh adalah studi oleh Karaman et al. (2019), yang menemukan

satisfaction and locus of control as predictors for academic stress among undergraduate students from a Hispanic-serving institution. In addition, the study by de la Fuente et al. (2020) found that self-regulation and teaching process were able to influence the level of academic stress among university students from Spanish public universities. Therefore, it will be preferable for future researchers to consider these ideas when discussing the way to help students manage their academic stress.

Limitations and Suggestions

This study provides a new insight into the impact of peer social support on academic stress throughout the transformation of learning environment. However, several aspects need to be improved for better understanding.

Firstly, this study utilized instruments that captured the general concept of peer social support and academic stress. Although the instruments in this study showed a promising value of Cronbach's alpha, future studies on a similar topic are recommended to adapt the concept of social restrictions or online learning methods into the content. Therefore, the study can precisely picture the condition during the social restriction.

Secondly, this study raised another question about the way peers provide students support. It would be better if future studies explore whether the majority of participants receive support from in-person or virtual interaction, as it should be noted that this study was conducted in the middle of social restrictions. The way universities support this condition may also be considered. For instance, the usage of messaging applications (such as WhatsApp, LINE, Slack, etc.) in facilitating the online learning process.

Thirdly, further studies could explore more variables, such as the socioeconomic status of participants and support from the university and/or government. As mentioned previously, online learning requires technology to facilitate the learning process. It raised the question of "Does the socioeconomic status of students' families can afford to facilitate their learning process?", which later has the possibility to affect students' learning activity. Meanwhile, the university and/or government's roles may also be taken

kepuasan hidup dan *locus of control* sebagai prediktor stres akademik di kalangan mahasiswa dari institusi Hispanik. Selain itu, studi oleh de la Fuente et al. (2020) menemukan bahwa pengaturan diri dan proses pengajaran mampu mempengaruhi tingkat stres akademik di kalangan mahasiswa universitas negeri di Spanyol. Maka dari itu, akan lebih baik bagi peneliti selanjutnya untuk mempertimbangkan ide tersebut ketika mendiskusikan cara untuk membantu mahasiswa agar dapat mengelola stres akademik mereka.

Batasan dan Saran

Studi ini menyediakan wawasan baru tentang dampak dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik selama transformasi lingkungan belajar. Namun, beberapa aspek perlu diperbaiki untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik.

Pertama, studi ini menggunakan instrumen yang menerapkan konsep umum dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik. Meskipun instrumen dalam studi ini menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* yang menjanjikan, studi selanjutnya dengan topik serupa disarankan untuk menggunakan konsep pembatasan sosial atau metode pembelajaran daring ke dalam konten studi. Dengan demikian, studi tersebut dapat secara tepat menggambarkan kondisi pada masa pembatasan sosial.

Kedua, studi ini mengajukan pertanyaan lain tentang cara teman sebaya memberikan dukungan kepada mahasiswa. Akan lebih baik jika studi selanjutnya mengeksplorasi apakah mayoritas peserta menerima dukungan dari interaksi langsung atau virtual, karena perlu dicatat bahwa studi ini dilakukan di tengah pembatasan sosial. Cara universitas mendukung kondisi ini juga dapat dipertimbangkan. Sebagai contoh adalah penggunaan aplikasi penyampaian pesan (seperti *WhatsApp*, *LINE*, *Slack*, dll.) dalam memfasilitasi proses pembelajaran daring.

Ketiga, studi lebih lanjut dapat mengeksplorasi lebih banyak variabel, seperti status sosial ekonomi partisipan dan dukungan dari universitas dan/atau pemerintah. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, pembelajaran daring membutuhkan teknologi untuk memudahkan proses pembelajaran. Hal tersebut menimbulkan pertanyaan "Apakah status sosial ekonomi keluarga mahasiswa mampu untuk memfasilitasi proses belajarnya?", yang nantinya berpotensi mempengaruhi aktivitas belajar mahasiswa. Sementara itu, peran universitas dan/atau

into account, in questions such as “Do they provide mobile data vouchers or free mobile data to facilitate the online learning?”.

Conclusion

By conducting a quantitative study, this study presented results that peer social support was able to determine university students' experience of academic stress during the sudden transition of learning environment. Peer social support predicted 5.9% of academic stress on students, affecting academic stress by decreasing the possibility of students meeting stressful situations or by providing positive influence to students when they are facing difficulties. Furthermore, peer social support, age, gender, and year of enrollment (batch) contribute to 10% of academic stress.

The data contributes to a clearer understanding of the relationship between the level of peer social support and the level of academic stress among university students in Yogyakarta, especially during the transition of learning environment. This result should be taken into account when discussing the educational process. Students, as the targets and the main executors for peer social support, may take advantage of having peer social support as it helps them feel better about their academic concerns (McLeish & Redshaw, 2017). Hopefully, students can be more open to their peers, and consequently, their peers are willing to help them. As a result, students may be eager to help their peers, creating mutual benefit as well as developing mutual support.

Moreover, educators and educational institutions could take this benefit by promoting the importance of peer social support. For example, lecturers can encourage students to support their friends and tell them not to be afraid when they need help to solve their educational problems. Meanwhile, universities or faculties should take action by establishing a peer support program. It may be in a one-on-one or group setting (Canadian Mental Health Association, 2017). The facilitators can decide to pair the students or to form the group by matching their interests or life experience (Anna Freud NCCF, 2019). Therefore, the educational institution is able to provide an environment where students assist their peers.

pemerintah juga dapat diperhitungkan, dalam pertanyaan seperti “Apakah mereka menyediakan *voucher* data seluler atau data seluler gratis untuk memfasilitasi pembelajaran daring tersebut?”.

Kesimpulan

Dengan melakukan studi kuantitatif, studi ini menyajikan hasil bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat menentukan pengalaman stres akademik mahasiswa selama transisi lingkungan belajar yang tiba-tiba. Dukungan sosial teman sebaya memprediksi 5,9% mahasiswa mengalami stres akademik, mempengaruhi stres akademik dengan mengurangi kemungkinan mahasiswa menghadapi situasi stres atau dengan memberikan pengaruh positif kepada mahasiswa ketika mereka menghadapi kesulitan. Selanjutnya, dukungan sosial teman sebaya, usia, jenis kelamin, dan tahun pendaftaran (angkatan) berkontribusi terhadap 10% stres akademik.

Data memberikan kontribusi untuk pemahaman yang lebih jelas tentang hubungan antara tingkat dukungan sosial teman sebaya dan tingkat stres akademik di kalangan mahasiswa di Yogyakarta, khususnya selama masa transisi lingkungan belajar. Hasil ini harus diperhitungkan ketika membahas proses pendidikan. Mahasiswa, sebagai target dan pelaksana utama dukungan sosial teman sebaya, dapat memanfaatkan dukungan sosial teman sebaya karena membantu mereka merasa lebih baik tentang masalah akademik yang dihadapi (McLeish & Redshaw, 2017). Harapan adalah mahasiswa dapat bersikap lebih terbuka dengan teman sebayanya, dan sebagai akibatnya, teman sebayanya bersedia membantu mereka. Sebagai akibatnya, para mahasiswa mungkin menjadi lebih ingin membantu teman sebaya mereka, menimbulkan kondisi yang saling menguntungkan dan mendukung satu sama lain.

Selain itu, para pendidik dan institusi pendidikan dapat memanfaatkan hal ini dengan mempromosikan pentingnya dukungan sosial teman sebaya. Sebagai contoh, dosen dapat mendorong mahasiswa untuk mendukung temannya dan memberitahukan mereka untuk tidak takut ketika membutuhkan bantuan untuk memecahkan masalah pendidikan mereka. Sementara itu, universitas atau fakultas harus mengambil tindakan dengan membuat program dukungan teman sebaya. Ini dapat berupa pengaturan satu lawan satu atau kelompok (Canadian Mental Health Association, 2017). Fasilitator dapat memutuskan untuk memasang siswa atau membentuk kelompok dengan menyesuaikan minat atau pengalaman hidup mereka (Anna Freud NCCF, 2019). Dengan demikian, lembaga

pendidikan mampu menyediakan lingkungan sebagai tempat mahasiswa dapat membantu teman sebayanya.

Acknowledgement

This study's publication was supported by grant funding from *Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada*. The authors are deeply grateful to our colleagues from *Universitas Gadjah Mada* of year of enrollment (batch) 2017 and the alumni of Insan Cendikia Alkausar, for helping in spreading the survey. The authors also would like to thank Aufa Damayanti, Rizma Rahmayanti, Masniary Rayhan, and Nadya Andhita for their dedication in peer-reviewing this study's publication.

Ucapan Terima Kasih

Publikasi studi ini didukung oleh dana hibah dari Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Penulis sangat berterima kasih kepada kolega kami dari Universitas Gadjah Mada tahun pendaftaran (angkatan) 2017 dan alumni Insan Cendikia Alkausar, dalam bantuannya menyebarkan survei. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Aufa Damayanti, Rizma Rahmayanti, Masniary Rayhan, dan Nadya Andhita atas dedikasi mereka terkait *peer-review* publikasi studi ini.

References

- Ahmed, A. (2021). Case study: Academic stress during pandemic. *Journal of Information and Computational Science*, 11(1), 5-13.
[https://doi.org/10.12733.JICS.2021.V11I1.535569.19602](https://doi.org/10.12733/JICS.2021.V11I1.535569.19602)
<https://joics.org/VOL-11-ISSUE-1-2021/>
- Anna Freud NCCF. (2019, August 29). *Different types of peer support* [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=QvnOtGiDp6s>
- Ardi, S. (2020). *Kuliah daring: Banyak tugas, minim fasilitas* [Online course: Many assignments, minimum facilities]. Dimensi: Media Pemikiran Alternatif.
<https://dimensipers.com/2020/03/27/kuliah-daring-banyak-tugas-minim-fasilitas/>
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis review: Dampak perkuliahan daring saat pandemi COVID-19 terhadap mahasiswa Indonesia [Systematic review: The effects of online courses during the COVID-19 pandemic to Indonesian university students]. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(2), 99-108.
<https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>
- Canadian Mental Health Association. (2017). *A guide to peer support programs on post-secondary campuses: Ideas and considerations*. Government of British Columbia.
<https://www.health.gov.bc.ca/library/>
- Cohen, J. (2011). *Social support received online and offline by individuals with diagnosed with cancer* [Doctoral dissertation, Virginia Commonwealth University]. Virginia Commonwealth University (VCU) Scholars Compass.
<https://doi.org/10.25772/53Q1-J881>
- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1987). The provisions of social relationships and adaptation to stress. *Advances in Personal Relationships*, 1, 37-67.
- Damayanti, F. L., & Rachmah, N. (2020). Effectiveness of online vs offline classes for EFL classroom : A study case in a higher education. *Journal of English Teaching, Applied Linguistics and Literatures (JETALL)*, 3(1), 19-26.
<https://doi.org/10.20527/jetall.v3i1.7703>
- de la Fuente, J., Pachón-Basallo, M., Santos, F. H., Peralta-Sánchez, F. J., González-Torres, M. C., Artuch-Garde, R., Paoloni, P. V., & Gaetha, M. L. (2021). How has the COVID-19 crisis affected the academic stress of university students? The role of teachers and students. *Frontiers in Psychology*, 12:626340.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.626340>
- de la Fuente, J., Peralta-Sánchez, F. J., Martínez-Vicente, J. M., Sander, P., Garzón-Umerenkova, A., & Zapata, L. (2020). Effects of self-regulation vs. external regulation on the factors and symptoms of academic stress in undergraduate students. *Frontiers in Psychology*, 11:1773.

- <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01773>
- Faqih, M. F. (2020). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa Malang yang bekerja* [The effects of peer social support on the academic stress of working university students in Malang] [Undergraduate's thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. E-Theses of Maulana Malik Ibrahim State Islamic University.
<https://etheses.uin-malang.ac.id/18822/>
- Fauziyyah, R., Awinda, R. C., & Besral (2021). Dampak pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres dan kecemasan mahasiswa selama pandemi COVID-19 [The effects of distance learning on university students' stress and anxiety levels during the COVID-19 pandemic]. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113-123.
<https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656>
- Firdiansyah, M. R. (2020). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta* [The relationship between peer social support and academic stress of Universitas Muhammadiyah Surakarta students] [Undergraduate's thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) Library - Electronic Theses and Dissertations Database.
<https://eprints.ums.ac.id/87288/>
- Gidugu, V., Rogers, E. S., Harrington, S., Maru, M., Johnson, G., Cohee, J., & Hinkel, J. (2015). Individual peer support: A qualitative study of mechanisms of its effectiveness. *Community Mental Health Journal*, 51(4), 445-452.
<https://doi.org/10.1007/s10597-014-9801-0>
- Hamilton, J. L., Nesi, J., & Choukas-Bradley, S. (2020). Teens and social media during the COVID-19 pandemic: Staying socially connected while physically distant. *PsyArXiv Preprints*.
<https://doi.org/10.31234/osf.io/5stx4>
- Hannan, A. H. (2020). *Peran dukungan sosial teman sebaya dan regulasi emosi terhadap penyesuaian diri mahasiswa perantau di tahun pertama* [The role of peer social support and emotion regulation on the self-adjustment of nomadic university students in the first year] [Undergraduate's thesis, Universitas Gadjah Mada]. Universitas Gadjah Mada Repository - Electronic Theses & Dissertations.
https://lib.ugm.ac.id/ind/?page_id=248
- Ifdil, & Bariyyah, K. (2015). The effectiveness of peer-helping to reduce academic-stress of students. *Addictive Disorders and Their Treatment*, 14(4), 176-181.
<https://doi.org/10.1097/ADT.0000000000000052>
- Karaman, M. A., Lerma, E., Vela, J. C., & Watson, J. C. (2019). Predictors of academic stress among college students. *Journal of College Counseling*, 22(1), 41-55.
<https://doi.org/10.1002/jocc.12113>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia [The Ministry of Education and Culture of the Republic of Indonesia]. (2020). Mendikbud terbitkan SE tentang pelaksanaan pendidikan dalam masa darurat COVID-19 [The Ministry of Education and Culture publishes circular regarding the implementation of education during the emergency phase of COVID-19]. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. Retrieved 23 February 2021 from
<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/mendikbud-terbitkan-se-tentang-pelaksanaan-pendidikan-dalam-masa-darurat-covid19>
- la Greca, A. M., Bearman, K. J., & Moore, H. (2002). Peer relations of youth with pediatric conditions and health risks: Promoting social support and healthy lifestyles. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics: Official Journal of the Society for Developmental and Behavioral Pediatrics*, 23(4), 271-280.
<https://doi.org/10.1097/00004703-200208000-00013>
- Lestari, Y. (2017). *Penyesuaian diri akademik mahasiswa perantau di GBI Generasi Baru Yogyakarta ditinjau dari dukungan sosial* [Academic self-adjustment of nomadic university students in GBI Generasi Baru Yogyakarta reviewed by social support] [Undergraduate's thesis, Universitas Gadjah Mada]. Universitas Gadjah Mada Repository - Electronic Theses & Dissertations.
<https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/111653>

- Lin, Y. M., & Chen, F. S. (2009). Academic stress inventory of students at universities and colleges of technology. *World Transactions on Engineering and Technology Education*, 7(2), 157-162.
[https://www.wiete.com.au/journals/WTE&TE/Pages/Vol.7,%20No.2%20\(2009\)/8-03-Lin-Y.M.pdf](https://www.wiete.com.au/journals/WTE&TE/Pages/Vol.7,%20No.2%20(2009)/8-03-Lin-Y.M.pdf)
- Marhamah, F., & Hamzah, H. B. (2016). The relationship between social support and academic stress among first year students at Syiah Kuala University. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1), 149-172.
<https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1487>
- McLeish, J., & Redshaw, M. (2017). Mothers' accounts of the impact on emotional wellbeing of organised peer support in pregnancy and early parenthood: A qualitative study. *BioMed Central (BMC) Pregnancy and Childbirth*, 17:24.
<https://doi.org/10.1186/s12884-017-1220-0>
- Mosanya, M. (2020). Buffering academic stress during the COVID-19 pandemic related social isolation: Grit and growth mindset as protective factors against the impact of loneliness. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 6, 159-174.
<https://doi.org/10.1007/s41042-020-00043-7>
- Nevitasari, F. (2020). *Mahasiswa alami gejala stres dalam pelaksanaan kuliah online* [University students experience stress symptoms in the implementation of online lectures]. Lembaga Pers Mahasiswa Progress.
<https://lpmprogress.com/post/mahasiswa-alami-gejala-stres-dalam-pelaksanaan-kuliah-online>
- Nugraheni, A. K. (2012). *Stres akademik dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa tingkat pertama dan mahasiswa tingkat akhir* [Academic stress and subjective well-being on first and last year university students] [Unpublished Undergraduate's thesis, Universitas Gadjah Mada]. Universitas Gadjah Mada Repository - Electronic Theses & Dissertations.
- Oktariani, I. S. (2021). *Tingkat stress akademik selama pembelajaran daring ditengah pandemi COVID-19 pada mahasiswa BK FKIP Universitas Sriwijaya* [Stress academic levels during online lecturers in the COVID-19 pandemic on BK FKIP Universitas Sriwijaya students] [Undergraduate's thesis, Universitas Sriwijaya]. Sriwijaya University Institutional Repository.
https://repository.unsri.ac.id/45242/63/RAMA_86201_06071281722014_0002026015_01_front_ref.pdf
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104-112.
<https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Rohmah, Q. (2017). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Malang* [The effects of peer social support on stress on university students working on undergraduate's thesis in Universitas Muhammadiyah Malang] [Undergraduate's thesis, Universitas Muhammadiyah Malang]. Universitas Muhammadiyah Malang (UMM) Institutional Repository.
<https://eprints.umm.ac.id/44018/>
- Sarafino, E., Smith, T. W., King, D., & DeLongis, A. (2015). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (Canadian ed.). Wiley.
<https://www.wiley.com/en-ca/Health+Psychology%3A+Biopsychosocial+Interactions%2C+2nd+Canadian+Edition-p-9781119506881>
- Sari, S. A. P. (2017). *Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa baru tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta* [The relationship of peer support and academic stress on first-year university students of Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia] [Undergraduate's thesis, Universitas Islam Indonesia]. Universitas Islam Indonesia - DSpace Repository.
<https://dspace.uii.ac.id/bitstream/handle/123456789/4637/08%20naskah%20publikasi.pdf?sequence=13&isAllowed=y>
- Shankar, N. L., & Park, C. L. (2016). Effects of stress on students' physical and mental health and academic success. *International Journal of School & Educational Psychology*, 4(1), 5-9.
<https://doi.org/10.1080/21683603.2016.1130532>
- Shirom, A. (1986). Students' stress. *Higher Education*, 15(6), 667-676.
<https://www.jstor.org/stable/i368137>

- Spielman, R. M., Dumper, K., Jenkins, W., Lacombe, A., Lovett, M., & Perlmutter, M. (2014). Stress, lifestyle, and health. In R. M. Spielman, K. Dumper, W. Jenkins, A. Lacombe, M. Lovett, & M. Perlmutter, *Psychology*. OpenStax, Rice University.
<https://openstax.org/books/psychology/pages/14-introduction>
- Sucahyo, N. (2020). *Kuliah daring karena Corona, mahasiswa keluhkan paket data* [Online lecturs due to Coronavirus, university students complain about mobile data packages]. Voice of America (VOA) Indonesia.
<https://www.voaindonesia.com/a/kuliah-daring-karena-corona-mahasiswa-keluhkan-paket-data-/5333590.html>
- Supratman, L. P. (2018). Penggunaan media sosial oleh digital native [The usage of social media by digital native]. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 15(1), 47-60.
<https://doi.org/10.24002/jik.v15i1.1243>
- Taylor, S. E. (1995). *Health psychology* (3rd ed.). McGraw-Hill.
<https://www.mheducation.com/highered/product/health-psychology-taylor/M9781260253900.html>
- Ulfa, Z. D., & Mikdar, U. Z. (2020). Dampak pandemi COVID-19 terhadap perilaku belajar, sosial dan kesehatan bagi mahasiswa FKIP Universitas Palangka Raya [The effects of the COVID-19 pandemic on FKIP Universitas Palangka Raya students]. *JOSSAE : Journal of Sport Science and Education*, 5(2), 124-138.
<https://doi.org/10.26740/jossae.v5n2.p124-138>
- Wilcox, P., Winn, S., & Fyvie-Gauld, M. (2005). "It was nothing to do with the university, it was just the people": The role of social support in the first-year experience of higher education. *Studies in Higher Education*, 30(6), 707-722.
<https://doi.org/10.1080/03075070500340036>
- Wilks, S. E. (2008). Resilience amid academic stress: The moderating impact of social support among social work students. *Advances in Social Work*, 9(2), 106-125.
<https://doi.org/10.18060/51>
- Wulandari, S. (2021). *Self-regulated learning dan dukungan teman sebaya terhadap penyesuaian akademik mahasiswa baru selama pembelajaran daring akibat COVID-19* [Self-regulated learning and peer support on academic adjustment of fresh university students during online learning due to COVID-19] [Master's thesis, Universitas Gadjah Mada]. Universitas Gadjah Mada Repository - Electronic Theses & Dissertations.
<https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/197804>