

PENGARUH PERSEPSI DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP SELF EFFICACY MAHASISWA YANG SEDANG MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR DI UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN MEDAN

Noni Christine Silalahi

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen Medan, Indonesia

Corresponden E-mail; noni.christina@student.uhn.ac.id

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Diterima: 02 Februari 2026 Direvisi: 21 Februari 2026 Disetujui: 14 Maret 2026 Tersedia Daring: 30 April 2026 Kata Kunci: Persepsi Dukungan Sosial, Self-Efficacy, Mahasiswa, Tugas Akhir	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan variabel persepsi dukungan sosial sebagai variabel bebas dan self-efficacy sebagai variabel terikat. Subjek penelitian adalah mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Sampel penelitian berjumlah 300 mahasiswa yang diperoleh dengan teknik incidental sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologi dengan model Likert, yaitu skala persepsi dukungan sosial berdasarkan aspek dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif, serta skala self-efficacy berdasarkan dimensi magnitude, strength, dan generality. Data dianalisis menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap self-efficacy mahasiswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai t hitung sebesar 11,843 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga hipotesis penelitian diterima. Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 26,167 + 0,547X$, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi persepsi dukungan sosial, semakin tinggi pula self-efficacy mahasiswa. Nilai R Square sebesar 0,062 menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 6,2% terhadap self-efficacy, sedangkan 93,8% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, persepsi dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang berperan dalam meningkatkan self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir.

Keywords:	ABSTRACT
<i>Perceived Social Support, Self-Efficacy, Students, Final Assignment.</i>	<i>This study aims to determine the effect of perceived social support on the self-efficacy of students who are completing their final assignments at Universitas HKBP Nommensen Medan. This study employed a quantitative approach, with perceived social support as the independent variable and self-efficacy as the dependent variable. The participants were students of Universitas HKBP Nommensen Medan who were in the process of completing their final assignments. The sample consisted of 300 students selected using incidental sampling. Data were collected using psychological scales based on a Likert model, namely a perceived social support scale covering emotional support, esteem support, instrumental support, and informational support, as well as a self-efficacy scale based on the dimensions of magnitude, strength, and generality. The data were analyzed using simple linear regression with the assistance of SPSS. The results showed that perceived social support had a positive and significant effect on students' self-efficacy. This was indicated by a t-value of 11.843 with a significance value of $0.000 < 0.05$, indicating that the research hypothesis was accepted. The regression equation obtained was $Y = 26.167 + 0.547X$, indicating that the higher the perceived social support, the higher the students' self-efficacy. The R Square value of 0.062 indicates that perceived social support contributed 6.2% to students' self-efficacy, while the remaining 93.8% was influenced by other factors outside the scope of this study.</i>

Therefore, perceived social support is one of the factors that contributes to improving the self-efficacy of students who are completing their final assignments.

© 2023
This is an open access article under CC-BY license



1. Pendahuluan

Penyelesaian tugas akhir merupakan salah satu tahap penting yang harus dilalui mahasiswa untuk menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi. Pada tahap ini, mahasiswa dituntut untuk mampu menyusun dan menyelesaikan tugas akhir secara mandiri, mulai dari menentukan topik, melakukan penelitian, mengolah data, hingga menyusun laporan penelitian. Proses tersebut membutuhkan kemampuan akademik, tanggung jawab, ketekunan, serta keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi berbagai tuntutan dan hambatan selama penyelesaian tugas akhir.

Mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir menghadapi berbagai tuntutan akademik, seperti mencari referensi, menyusun penelitian, mengolah data, melakukan bimbingan, dan menyelesaikan revisi. Proses tersebut dapat menimbulkan berbagai hambatan dan tekanan sehingga mahasiswa membutuhkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya agar mampu menyelesaikan tugas akhir. Salah satu aspek psikologis yang penting dalam menghadapi kondisi tersebut adalah self-efficacy.

Menurut Bandura (1997), self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Mahasiswa dengan self-efficacy yang tinggi cenderung lebih yakin dalam menghadapi kesulitan, mempertahankan usaha, dan menyelesaikan tugas yang dihadapi. Sebaliknya, mahasiswa dengan self-efficacy rendah cenderung mengalami keraguan terhadap kemampuan diri dan lebih mudah menyerah ketika menghadapi hambatan.

Self-efficacy dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah persepsi dukungan sosial. Sarafino dan Smith (2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan yang diberikan oleh orang lain dalam bentuk emosional, penghargaan, instrumental, dan informatif. Dukungan tersebut dapat berasal dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan akademik. Dukungan sosial yang dipersepsikan secara positif dapat memberikan rasa dihargai, diperhatikan, dibantu, dan didorong sehingga mahasiswa lebih yakin dalam menghadapi tuntutan penyelesaian tugas akhir.

Dalam konteks mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir, dukungan sosial dapat membantu mahasiswa menghadapi berbagai permasalahan akademik. Dukungan emosional dapat memberikan rasa nyaman, dukungan penghargaan dapat meningkatkan kepercayaan diri, dukungan instrumental dapat membantu mengatasi hambatan secara langsung, sedangkan dukungan informatif dapat memberikan arahan dan saran dalam menyelesaikan permasalahan. Hal ini sejalan dengan pandangan

Bandura (1997) bahwa persuasi verbal merupakan salah satu sumber pembentukan self-efficacy.

Fenomena pada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan menunjukkan adanya mahasiswa yang masih mengalami keraguan terhadap kemampuan diri, rasa takut menghadapi bimbingan, tekanan dalam membagi waktu, serta perasaan kurang percaya diri selama menyelesaikan tugas akhir. Di sisi lain, mahasiswa juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial dapat memberikan semangat dan rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugas akhir. Penelitian terdahulu yang tercantum dalam skripsi menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan self-efficacy. Doyodoy et al. (2025), Permatasari dkk. (2022), serta Fitriyah dkk. (2024) menunjukkan bahwa semakin baik dukungan sosial yang diterima atau dirasakan individu, semakin tinggi pula self-efficacy yang dimilikinya.

Berdasarkan uraian tersebut, persepsi dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang penting untuk dikaji dalam kaitannya dengan self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif/statistik dengan menghubungkan kuantitatif dengan dengan menghubungkan variabel self efficacy dengan Persepsi Dukungan Sosial. Menurut Sugiyono (2013) metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode yang berlandaskan pada filsafat positivism digunakan untuk meneliti pada populasi sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Dalam penelitian ini ada 2 variabel yaitu variabel self efficacy dan Persepsi Dukungan Sosial. Adapun penjabaran variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Variabel bebas (X) : Persepsi Dukungan Sosial
- b. Variabel Terikat (Y) : *Self Efficacy*

Subjek penelitian merupakan subjek yang akan diteliti. Menurut Tatang (2011) subjek penelitian adalah sumber tempat memperoleh keterangan penelitian atau lebih tepat dimaknai sebagai seseorang atau sesuatu yang mengengainya ingin diperoleh keterangan. Yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang sedang atau telah mengambil mata kuliah skripsi/tugas akhir dan bersedia menjadi responden penelitian. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan yang sedang menyelesaikan tugas akhir (skripsi). Data ini diambil dari PSI(Pusat Sistem Informasi) Universitas HKBP Nommensen Medan.

Tabel 1. Daftar Populasi

No	Fakultas	Jumlah
1.	Hukum	394 mahasiswa
2.	Ekonomi & Bisnis	534 mahasiswa
3.	Psikologi	140 mahasiswa
4.	Ilmu Sosial & Politik	119 mahasiswa
5.	Teknik	276 mahasiswa
6.	Bahasa & Seni	60 mahasiswa
7.	Keguruan & Ilmu Pendidikan	270 mahasiswa
8.	Pertanian	162 mahasiswa
9.	Peternakan	47 mahasiswa
10.	kedokteran	79 mahasiswa
Total		2.081 mahasiswa

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini dengan teknik Insidental Sampling, Insidental Sampling adalah teknik pengambilan sampel dari anggota populasi secara kebetulan, artinya ketika peneliti bertemu dengan orang yang memenuhi syarat sebagai sumber data maka orang tersebut dapat menjadi sampel. Syarat subjek dalam penelitian ini ialah:

- a. Mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan
- b. Sedang mengerjakan skripsi/ tugas akhir

Dalam penelitian ini, jumlah sampel yang dilihat dengan menggunakan tabel penentuan sampel yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5%. Adapun pedoman tersebut peneliti gunakan dalam menentukan jumlah sampel populasi yang besar. Maka jumlah sampel yang digunakan berdasarkan tabel adalah sebanyak 297 orang. Jumlah ini diharapkan dapat mewakili karakteristik dan sifat-sifat populasi.

Dalam penelitian ini, data dikumpulkan menggunakan skala psikologi melalui pengisian angket (kuesioner), di mana responden diminta memilih jawaban yang paling menggambarkan karakteristik diri mereka dengan menggunakan skala psikologi sebagai alat ukur untuk mengungkap aspek-aspek yang berhubungan dengan Dukungan Sosial dan Self efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Dengan menggunakan 2 skala yaitu: Dukungan Sosial Sarafino & Smith (2011) dan Self efficacy yang disusun berdasarkan aspek dari teori Bandura (1997).

3. Hasil dan Pembahasan

Subjek yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang sedang atau telah mengambil mata kuliah skripsi/tugas akhir dan bersedia menjadi responden penelitian. Sampel yang diambil berjumlah 300 orang. Berikut adalah gambaran karakteristik sampel penelitian:

Subjek yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang sedang atau telah mengambil mata kuliah skripsi/tugas akhir dan bersedia menjadi responden penelitian. Sampel yang diambil berjumlah 300 orang. Berikut adalah gambaran karakteristik sampel penelitian:

Tabel 2. Penyebaran Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
22 Tahun	163	54,3%,
23 Tahun	74	24,6%
24 Tahun	52	17,3%
25 Tahun	11	3,6%
Total	300	100%

Karakteristik responden dalam penelitian ini jika dikategorisasikan berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel dibawah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa di dalam penelitian ini yang berjenis kelamin laki laki berjumlah 148 mahasiswa dengan persentase sebesar 49,33%, sedangkan yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 152 mahasiswa dengan persentase 50,67%, dengan keseluruhan total responden adalah 300 mahasiswa.

Tabel 3. Penyebaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase %
Laki-laki	148	49,33%
Perempuan	152	50,67%
Total	300	100%

Karakteristik responden dalam penelitian ini jika dikategorisasikan berdasarkan fakultas, diketahui bahwa responden berasal dari 10 fakultas dengan jumlah keseluruhan sebanyak 300 orang. Fakultas dengan jumlah responden terbanyak adalah Fakultas Psikologi, yaitu sebanyak 65 orang (21,6%). Selanjutnya, Fakultas Ekonomi dan Bisnis memiliki 33 responden (11%), diikuti oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Politik sebanyak 32 responden (10,6%), selanjutnya Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Fakultas Pertanian, dan Fakultas Teknik masing-masing memiliki 27 responden dengan persentase 9%. Fakultas Hukum memiliki 26 responden (8,6%), sedangkan Fakultas Bahasa dan Seni memiliki 23 responden (7,6%). Selanjutnya, Fakultas Peternakan memiliki 22 responden (7,3%), dan jumlah responden paling sedikit terdapat pada Fakultas Kedokteran, yaitu sebanyak 18 responden (6%).

Tabel 4. Penyebaran Subjek Berdasarkan Fakultas

Fakultas	Frekuensi	Presentase %
Bahasa Dan Seni	23	7,6%
Ekonomi Dan Bisnis	33	11%
Hukum	26	8,6%
Ilmu Sosial Dan Politik	32	10,6%

Kedokteran	18	6%
Keguruan Dan Ilmu Pendidikan	27	9%
Pertanian	27	9%
Perternakan	22	7,3%
Psikologi	65	21,6%
Teknik	27	9%
Total	300	100%

UJI NORMALITAS

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data memiliki distribusi yang normal. Uji ini digunakan untuk menguji asumsi bahwa data yang diambil dari populasi berasal dari sebaran normal. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan terhadap data variabel persepsi dukungan sosial dan self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan menggunakan perangkat lunak SPSS 20.0 for Windows dengan teknik uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov. Jika nilai signifikansi (p) $> 0,05$, maka data dinyatakan terdistribusi normal, sedangkan jika nilai $p < 0,05$, maka data dinyatakan tidak terdistribusi normal.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov test

Variabel	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Self Efficacy	0,069	Data terdistribusi normal
Persepsi Dukungan Sosial	0,562	Data terdistribusi normal

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Tabel 4.16, diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) untuk variabel self-efficacy sebesar 0,069. Sementara itu, nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) untuk variabel persepsi dukungan sosial adalah sebesar 0,562. Oleh karena kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari taraf signifikansi yang ditentukan, yaitu 0,05 ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data pada kedua variabel penelitian, yaitu self-efficacy dan persepsi dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan, terdistribusi secara normal.

Terpenuhinya asumsi normalitas pada kedua sebaran data ini menunjukkan bahwa sampel yang diambil telah merepresentasikan karakteristik populasinya secara baik, sehingga pengujian hipotesis selanjutnya dapat dilakukan dengan menggunakan metode analisis statistik parametrik.

UJI LINEARITAS

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel persepsi dukungan sosial dan self-efficacy memiliki hubungan yang linear atau tidak. Uji asumsi linearitas dilakukan dengan bantuan SPSS for Windows 20.0. Syarat dan ketentuan uji linearitas dalam penelitian ini adalah jika linearity memiliki Sig. $< 0,05$, maka hubungan linear signifikan, begitu sebaliknya jika linearity memiliki Sig. $> 0,05$, maka tidak ada hubungan linear yang signifikan. Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel 6 berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Sig. Linearity	Keterangan
<i>Self-Efficacy</i>	.000	Linier
Persepsi Dukungan Sosial	.360	Deviation

Berdasarkan hasil uji linearitas pada Tabel 4.17, diperoleh nilai signifikansi pada bagian Linearity antara variabel persepsi dukungan sosial (X) dan self-efficacy (Y) sebesar 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), sehingga menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan self-efficacy. Selanjutnya, nilai signifikansi pada bagian Deviation from Linearity diperoleh sebesar 0,360. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa tidak terdapat penyimpangan yang signifikan dari hubungan linear antara kedua variabel.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara persepsi dukungan sosial dan self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan memenuhi asumsi linearitas. Dengan demikian, hubungan antara kedua variabel dapat dianalisis lebih lanjut menggunakan analisis statistik yang mensyaratkan hubungan linear.

UJI HIPOTESIS

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan program SPSS for Windows.

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

H1: Terdapat pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan.

H0: Tidak terdapat pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan.

Untuk menguji hipotesis tersebut, dilakukan analisis regresi linear sederhana dengan persepsi dukungan sosial sebagai variabel bebas (X) dan self-efficacy sebagai variabel tergantung (Y). Hasil analisis regresi linear sederhana selanjutnya digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan.

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesa

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,249 ^a	,062	,059	8,24736

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 4.18, diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,249, yang menunjukkan bahwa hubungan antara variabel persepsi dukungan

sosial dengan self-efficacy berada pada tingkat keeratan yang lemah. Selanjutnya, nilai koefisien determinasi r^2 (R Square) yang diperoleh adalah sebesar 0,062.

Hal ini menunjukkan bahwa variabel persepsi dukungan sosial memberikan kontribusi pengaruh sebesar 6,2% terhadap variabel self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan. Sementara itu, sisa pengaruhnya sebesar 93,8% (100% - 6,2%) dipengaruhi oleh variabel-variabel lain di luar model penelitian ini.

Tabel 8. Uji T

	Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	26,167	4,563		5,735	,000
	Persepsi dukungan sosial	,547	,046	,566	11,843	,000

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa pada kolom B, *constant* (a) adalah **26,167**, sedangkan nilai **persepsi dukungan sosial** adalah **0,547**. Sehingga persamaan atau model regresi dapat ditulis sebagai berikut:

X : Variabel independen *Persepsi Dukungan Sosial*

Y : Variabel dependen *Self-Efficacy*

a : Konstanta

b : Koefisien Regresi

$$Y = a + bx$$

$$Y = 26,167 + (0,547X)$$

$$Y = 26,167 + 0,547X$$

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana pada tabel diperoleh nilai t hitung sebesar 11,843 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen diterima.

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana pada tabel diperoleh nilai t hitung sebesar 11,843 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh

persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen diterima.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir (skripsi) di Universitas HKBP Nommensen Medan. Penelitian dilakukan terhadap 300 mahasiswa yang sedang berada pada tahap penyelesaian tugas akhir. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan regresi linear sederhana, diperoleh hasil bahwa persepsi dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Hasil tersebut menunjukkan bahwa persepsi mahasiswa terhadap dukungan yang diterimanya dari lingkungan sosial memiliki keterkaitan dengan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi dan menyelesaikan tuntutan tugas akhir.

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana, diperoleh nilai t hitung sebesar 11,843 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan.

Selanjutnya, nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,249 menunjukkan bahwa hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan self-efficacy berada pada tingkat yang relatif lemah. Meskipun demikian, hubungan tersebut tetap menunjukkan arah yang positif dan signifikan secara statistik. Nilai R Square sebesar 0,062 menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 6,2% terhadap variasi self-efficacy mahasiswa. Sementara itu, sebesar 93,8% variasi self-efficacy dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam model penelitian ini.

Besarnya kontribusi tersebut menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial bukan merupakan satu-satunya faktor yang berperan dalam pembentukan self-efficacy mahasiswa. Self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Oleh karena itu, pembentukannya dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri maupun lingkungan individu. Dalam konteks penyelesaian skripsi, faktor lain yang mungkin berperan antara lain pengalaman keberhasilan (mastery experience), pengalaman tidak langsung (vicarious experience), persuasi verbal, kondisi fisiologis dan emosional, motivasi, regulasi diri, tingkat stres akademik, serta ketekunan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa keberadaan dukungan sosial tetap memiliki peranan dalam meningkatkan self-efficacy, meskipun kontribusinya relatif kecil. Dukungan yang diterima mahasiswa dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan akademik dapat menjadi salah satu sumber daya psikologis yang membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan selama proses penyelesaian tugas akhir.

Hasil analisis regresi linear sederhana menghasilkan persamaan regresi: $Y = 26,167 + 0,547X$. Persamaan tersebut menunjukkan bahwa nilai konstanta sebesar 26,167 merupakan nilai self-efficacy yang diprediksikan ketika nilai persepsi dukungan sosial berada pada nilai nol. Sementara itu, koefisien regresi sebesar 0,547 menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial memiliki arah pengaruh yang positif terhadap self-efficacy. Artinya, setiap peningkatan satu satuan skor persepsi dukungan sosial diperkirakan akan diikuti oleh peningkatan skor self-efficacy sebesar 0,547 satuan.

Arah hubungan yang positif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi persepsi mahasiswa terhadap dukungan sosial yang diterimanya, maka semakin tinggi pula kecenderungan self-efficacy yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah persepsi mahasiswa terhadap dukungan sosial, maka self-efficacy yang dimilikinya cenderung lebih rendah.

Temuan tersebut dapat dipahami melalui kondisi mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Tahap penyelesaian tugas akhir merupakan proses akademik yang menuntut mahasiswa untuk mampu mengatur waktu, mencari dan memahami literatur, menyusun tulisan ilmiah, melakukan penelitian, mengolah data, serta menghadapi proses bimbingan dan revisi. Dalam proses tersebut, mahasiswa tidak hanya membutuhkan kemampuan akademik, tetapi juga keyakinan bahwa dirinya mampu menghadapi berbagai tuntutan tersebut. Dukungan sosial yang dipersepsikan secara positif dapat memberikan rasa dihargai, diterima, dibantu, dan diyakinkan sehingga mahasiswa memiliki sumber daya psikologis untuk menghadapi berbagai hambatan dalam penyelesaian tugas akhir.

Hasil penelitian ini dapat dijelaskan melalui Social Cognitive Theory yang dikemukakan oleh Bandura (1997). Menurut Bandura, self-efficacy merupakan keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan. Bandura menjelaskan bahwa self-efficacy dapat berkembang melalui empat sumber utama, yaitu mastery experience, vicarious experience, verbal persuasion, serta kondisi fisiologis dan emosional.

Dalam penelitian ini, persepsi dukungan sosial dapat dipahami berkaitan dengan beberapa sumber pembentukan self-efficacy, khususnya persuasi verbal (verbal persuasion) serta kondisi fisiologis dan emosional. Ketika mahasiswa mendapatkan dorongan, penghargaan, nasihat, perhatian, maupun keyakinan dari orang-orang di sekitarnya, mahasiswa dapat memperoleh informasi positif mengenai kemampuan dirinya. Misalnya, ketika keluarga atau teman memberikan dukungan berupa kalimat yang meyakinkan bahwa mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi, dukungan tersebut dapat membantu mahasiswa mempertahankan keyakinannya ketika menghadapi kesulitan.

Dukungan sosial juga dapat berkaitan dengan kondisi emosional mahasiswa. Mahasiswa yang merasa memperoleh perhatian dan penerimaan dari lingkungan sosialnya dapat merasa bahwa dirinya tidak menghadapi tuntutan skripsi seorang diri. Perasaan tersebut dapat membantu mahasiswa mengelola tekanan dan kecemasan yang muncul selama proses penyelesaian tugas akhir. Dengan kondisi emosional yang lebih adaptif, mahasiswa dapat lebih mampu mempertahankan keyakinan terhadap kemampuan dirinya.

Temuan tersebut juga dapat dikaitkan dengan konsep dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2011), yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat berbentuk dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informatif. Keempat bentuk dukungan tersebut dapat memberikan sumber daya yang berbeda bagi mahasiswa. Dukungan emosional memberikan rasa nyaman dan kepedulian, dukungan penghargaan memberikan pengakuan terhadap kemampuan individu, dukungan instrumental memberikan bantuan secara nyata, sedangkan dukungan informatif memberikan saran atau informasi yang dapat membantu individu menghadapi permasalahan.

Berdasarkan hasil penelitian, dukungan penghargaan merupakan aspek persepsi dukungan sosial yang paling dominan, dengan 62,7% atau 188 responden berada pada kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasa memperoleh penghargaan, pengakuan, maupun penerimaan terhadap usaha yang mereka lakukan dalam menyelesaikan tugas akhir. Kondisi tersebut dapat menjadi sumber penguatan bagi mahasiswa untuk mempertahankan keyakinan terhadap kemampuan dirinya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan adanya hubungan atau peran positif dukungan sosial terhadap self-efficacy. Doyodoy et al. (2025), misalnya, menemukan bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan secara positif merupakan prediktor yang signifikan terhadap general self-efficacy pada mahasiswa. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini bahwa persepsi terhadap dukungan yang diberikan lingkungan sosial dapat berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Fatma Riskia dan Damajanti Kusuma Dewi (2017) yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan self-efficacy pada mahasiswa. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa dukungan penghargaan memiliki hubungan yang kuat dengan self-efficacy. Temuan tersebut memiliki kesesuaian dengan hasil penelitian ini, di mana aspek dukungan penghargaan merupakan aspek dengan persentase kategori tinggi paling besar pada variabel persepsi dukungan sosial.

Meskipun demikian, penelitian ini menunjukkan kontribusi yang relatif kecil, yaitu sebesar 6,2%. Perbedaan besarnya kontribusi tersebut dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden, konteks penelitian, instrumen yang digunakan, maupun faktor lain yang turut membentuk self-efficacy. Oleh karena itu, dukungan sosial perlu dipandang sebagai salah satu faktor yang berperan, bukan sebagai satu-satunya faktor yang menentukan self-efficacy mahasiswa.

Berdasarkan hasil kategorisasi, tingkat self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan secara umum berada pada kategori tinggi. Hal tersebut terlihat dari nilai mean empirik sebesar 98,4 yang lebih tinggi dibandingkan mean hipotetik sebesar 80. Berdasarkan kategorisasi individu, sebanyak 186 mahasiswa (62%) berada pada kategori tinggi, sebanyak 113 mahasiswa (37,7%) berada pada kategori sedang, dan 1 mahasiswa berada pada kategori rendah.

Tingginya self-efficacy menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki keyakinan yang cukup baik terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tuntutan penyelesaian tugas akhir. Mahasiswa yang memiliki self-efficacy tinggi cenderung memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu mengerjakan tugas-tugas yang diperlukan, menghadapi hambatan, menyelesaikan revisi, serta mempertahankan usaha ketika mengalami kesulitan.

Tingginya self-efficacy menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki keyakinan yang cukup baik terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tuntutan penyelesaian tugas akhir. Mahasiswa yang memiliki self-efficacy tinggi cenderung memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu mengerjakan tugas-tugas yang diperlukan, menghadapi hambatan, menyelesaikan revisi, serta mempertahankan usaha ketika mengalami kesulitan.

Dengan demikian, hasil kategorisasi secara umum menunjukkan kondisi yang relatif positif. Sebagian besar mahasiswa memiliki self-efficacy yang tinggi dan pada saat yang sama mempersepsikan dukungan sosial yang tinggi. Namun, hasil regresi menunjukkan bahwa kontribusi persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy hanya sebesar 6,2%. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa tingginya dukungan sosial secara umum belum dapat menjelaskan sebagian besar variasi self-efficacy mahasiswa. Hal ini semakin menegaskan bahwa self-efficacy dibentuk oleh berbagai sumber dan pengalaman psikologis lainnya.

Berdasarkan karakteristik usia, ditemukan adanya perbedaan distribusi kategori self-efficacy pada kelompok usia responden. Mahasiswa berusia 22 tahun, 23 tahun, dan 25 tahun menunjukkan dominasi kategori self-efficacy tinggi, sedangkan pada kelompok usia 24 tahun ditemukan proporsi kategori sedang yang lebih besar.

Aspek dukungan instrumental menempati urutan berikutnya, dengan 173 responden (57,7%) berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasa mendapatkan bantuan nyata dalam memenuhi kebutuhan yang mendukung penyelesaian tugas akhir. Bantuan tersebut dapat berupa penyediaan fasilitas, bantuan finansial, akses terhadap kebutuhan akademik, maupun bentuk bantuan praktis lainnya. Berbeda dengan kedua aspek tersebut, aspek dukungan emosional mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 159 responden (53%). Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun persepsi dukungan sosial secara keseluruhan berada pada kategori tinggi, dukungan emosional belum sepenuhnya dirasakan optimal oleh seluruh mahasiswa. Mahasiswa mungkin memperoleh bantuan atau penghargaan dari lingkungan sosial, tetapi belum selalu memperoleh ruang yang cukup untuk mengungkapkan kelelahan, kecemasan, maupun tekanan yang dialami selama menyelesaikan skripsi.

Hal serupa terlihat pada aspek dukungan informatif, di mana sebanyak 163 responden (54,3%) berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa masih merasakan adanya keterbatasan dalam memperoleh informasi, arahan, saran, atau masukan yang dapat membantu mereka menyelesaikan permasalahan akademik. Dalam konteks ini, dukungan informatif dari dosen pembimbing, teman sebaya, maupun lingkungan akademik dapat menjadi bagian yang penting untuk membantu mahasiswa menghadapi hambatan selama proses pengerjaan tugas akhir.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan. Semakin positif persepsi mahasiswa terhadap dukungan sosial yang diterimanya, semakin tinggi pula kecenderungan self-efficacy yang dimilikinya. Temuan ini mendukung pandangan bahwa lingkungan sosial dapat menjadi salah satu sumber daya yang membantu mahasiswa mempertahankan keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tuntutan akademik.

Meskipun demikian, nilai R Square sebesar 0,062 menunjukkan bahwa kontribusi persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy hanya sebesar 6,2%. Dengan demikian, sebagian besar variasi self-efficacy mahasiswa, yaitu 93,8%, berkaitan dengan faktor lain di luar model penelitian. Hasil ini memperlihatkan bahwa self-efficacy merupakan konstruk psikologis yang kompleks dan tidak hanya terbentuk melalui dukungan dari lingkungan sosial. Jika dikaitkan dengan teori Bandura, mahasiswa perlu mengembangkan self-efficacy tidak hanya melalui dukungan sosial, tetapi juga melalui pengalaman keberhasilan secara langsung (*mastery experience*), pengalaman mengamati keberhasilan orang lain (*vicarious experience*), persuasi verbal, serta kemampuan mengelola kondisi emosional dan fisiologis. Dalam konteks penyelesaian skripsi, *mastery experience* dapat dibangun melalui pencapaian target-target kecil, seperti menyelesaikan satu bagian tulisan, menyelesaikan revisi, memperoleh persetujuan dari dosen pembimbing, atau berhasil menyelesaikan tahapan penelitian. Keberhasilan-keberhasilan tersebut dapat menjadi pengalaman positif yang memperkuat keyakinan mahasiswa bahwa dirinya mampu menyelesaikan tugas akhir.

Oleh karena itu, dukungan sosial dari lingkungan sekitar tetap penting untuk dipertahankan, terutama dalam bentuk dukungan penghargaan dan instrumental yang dalam penelitian ini menunjukkan kategori tinggi. Di sisi lain, dukungan emosional dan informatif yang masih banyak berada pada kategori sedang dapat menjadi perhatian untuk lebih ditingkatkan. Keluarga dan teman dapat memberikan ruang yang lebih aman bagi mahasiswa untuk menyampaikan tekanan dan kesulitan yang dialami, sedangkan dosen pembimbing dan lingkungan akademik dapat memberikan arahan yang lebih jelas, komunikatif, dan solutif.

Pada akhirnya, penyelesaian tugas akhir tidak hanya membutuhkan dukungan dari lingkungan, tetapi juga membutuhkan kemampuan mahasiswa untuk membangun keyakinan dan kapasitas dirinya sendiri. Sinergi antara dukungan sosial eksternal dan penguatan kapasitas internal mahasiswa menjadi hal penting dalam membantu mahasiswa mempertahankan self-efficacy dan menghadapi berbagai tantangan selama proses penyelesaian tugas akhir.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis, dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya mengenai pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan utama sebagai berikut:

- a. Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara persepsi dukungan sosial terhadap self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Universitas HKBP Nommensen Medan. Hal ini ditunjukkan melalui nilai t hitung sebesar 11,843 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima. Persamaan regresi linear sederhana yang diperoleh adalah $Y = 26,167 + 0,547X$. Koefisien regresi yang bernilai positif menunjukkan bahwa semakin tinggi persepsi dukungan sosial yang dirasakan mahasiswa, maka semakin tinggi pula self-efficacy mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir.
- b. Persepsi dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 6,2% terhadap self-efficacy mahasiswa, yang ditunjukkan oleh nilai R Square sebesar 0,062. Dengan demikian, sebesar 93,8% variasi self-efficacy mahasiswa berkaitan dengan faktor-faktor lain di luar model penelitian ini. Hal tersebut menunjukkan bahwa meskipun persepsi dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan, persepsi dukungan sosial bukan merupakan satu-satunya faktor yang berperan dalam membentuk self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir.
- c. Tingkat self-efficacy mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir secara umum berada pada kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan oleh nilai mean empirik sebesar 98,4, yang lebih tinggi daripada mean hipotetik sebesar 80. Berdasarkan kategorisasi, sebanyak 186 mahasiswa (62%) berada pada kategori tinggi, 113 mahasiswa (37,7%) berada pada kategori sedang, dan 1 mahasiswa berada pada kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai tuntutan selama proses penyusunan tugas akhir.

Daftar Pustaka

- Abdillah, F. (2024). Peran Perguruan Tinggi dalam Meningkatkan Kualitas Sumber Daya Manusia di Indonesia. *Jurnal Multidisiplin*, 13-24.
- Andini, et all (2025). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan FPOK UPI . *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic*, 25-33.
- Anisah, P. N., Hapsari, W., & Kusumatuti, W. (2025). *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling. Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 11(2), 1–10.
- Antalya, K., & Sovitriana, R. (2022). Efikasi Diri Pada Disabilitas Di Sasana Bina Daksa Budi Bhakti Jakarta. *Jurnal Psikologi*
- Arum, R. P., & Wibawanti, I. (2023). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UPI YAI. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 73–84. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/article/view/2144>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control* (Vol. 11). Freeman Cahyadi, A. T., & Sulistyaningtyas, N. (2025). Analysis of Final Semester Students' Level of Academic Anxiety Disorder Regarding Thesis. *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial: Jilid 2*. Jakarta: Erlangga

- Dahir Mohamed, A., & Jeilani, A. (2025). Mediating role of Social Support and Self-efficacy on Academic stress and Student's Psychological well-being among University Students in Mogadishu -Somalia. *F1000Research*, 13, 1-27. <https://doi.org/10.12688/f1000research.155275.3>
- Doyodoy, C. R., Viray, N., Cepada, J., Medrano, E. C., Pamintuan, L., Taruc, L. A., Vergara, J., & Tayag, M. A. (2025). Perceived Social Support and Grit as Predictors of General Self-efficacy among Undergraduate Students. *Journal of Interdisciplinary Perspectives*, 3(3), 306-316. <https://doi.org/10.69569/jip.2025.043>
- Dwiyanti, N., & Ediaty, A. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Motivasi Belajar Siswa Sma N 1 Batangan. *Jurnal Empati*, 259-265.
- Effendi, A. A., Prasetyo, Y., & Farhanindya, H. H. (2025). Hubungan Dukungan Sosial terhadap Kesiapan Kerja Generasi Z. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 27966-27972.
- Faizal, A., Soesanto, E., & Shandy, M. A. (2025). Membangun Generasi Cerdas dan Berkarakter Yang Kompeten Serta Pendewasaan Diri Sebagai Seorang Mahasiswa Perguruan Tinggi. *Jurnal Ilmu Pertahanan, Hukum dan Ilmu Komunikasi*, 33-43.
- Feist, J., & Feist, GJ (2010). Teori kepribadian (Buku 2, Edisi 7). Salemba Humanika.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). Teori-teori Psikologis. Ar-Ruzz. [https://repository.iainkediri.ac.id/584/1/TEORI-TEORI PSIKOLOGI.pdf](https://repository.iainkediri.ac.id/584/1/TEORI-TEORI%20PSIKOLOGI.pdf)
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). Teori-teori Psikologis. Ar-Ruzz. [https://repository.iainkediri.ac.id/584/1/TEORI-TEORI PSIKOLOGI.pdf](https://repository.iainkediri.ac.id/584/1/TEORI-TEORI%20PSIKOLOGI.pdf)
- H. Suwatno, M. (2024, maret 3). Kampus Sebagai Wadah Pengembangan Diri (Self Development) Mahasiswa.
- Huang, C., & Tseng, T.-C. (2021). A Study of the Relationships among Perceived Social Support, Self-Efficacy, and Self-Directed Learning Capability. *International Journal of Economics, Commerce and Management*, 9(8), 238-246.
- Huda, A. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stres Akademik Pada Siswa Sistem Full Da School SMA 1 Besuki. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699.
- Huda, M. J. N. (2015). Perbandingan Prokrastinasi akademik menurut Pilahan Jenis kelamin di uin sunan kalijaga yogyakarta. *Palastren*, 8(2), 423-438.
- Hulikati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik*, 73 - 114.
- IBRAHIM MALANG ANGKATAN 2015. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 75-84.
- Khumairoh, J. R., Kusumastuti, W., & Kusuma, P. J. (2025). Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir. *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling Kreatif Inovatif*, 51-61.
- Lahimade, S. V., Binilang, B. B., & Wuwung, O. C. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga, Efikasi Diri dan Kecerdasan Spiritual terhadap Kecemasan Mahasiswa Semester VIII IAKN Manado. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 491-497.

- Mubarok, M. R., Handoyo, A. W., & Wibowo, B. Y. (2025). Pengaruh Program Kampus Merdeka terhadap Perkembangan Diri Mahasiswa Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 102-119.
- Muttaqien, F., & Hidayati, F. (2020). Hubungan Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik
- Permatasari, N., Mulyadi, A., & Samlawi, F. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Kemandirian Belajar Siswa pada Pembelajaran Akuntansi di SMKN Se-Bandung Raya. *Fineteach: Journal of Finance, Entrepreneurship, and Accounting Education Research*, 1(3), 192-207.
- Preska, L., & Wahyuni, Z. I. (2017). Pengaruh Dukungan Sosial, Self-Esteem Dan Self-Efficacy Terhadap Orientasi Masa Depan Pada Remaja Akhir. *Journal of Psychology*, 65-77.
- Purnamasari, D., Fitriana, S., & Ismah, I. (2025). Faktor Penyebab Akademik Burnout Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikoedukasia*, 545-561.
- Putri, D. E., & Alwi, M. A. (2023). Pengaruh Academic Self-Efficacy Terhadap Student Engagement Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 145-159.
- Raharjayanti, Y. (2019). Dukungan Sosial Keluarga dan Self Efficacy Siswa SMP dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 7(2), 133-143.
- Rahmasari, D., & Prasetyo, K. B. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1-9.
- Saifuddin, M. F. (2018). E-learning dalam persepsi mahasiswa. *Jurnal varidika*, 29(2), 102-109.
- Salsabila, A. S., & Kusdiyati, S. (2021). Pengaruh Academic Self Efficacy terhadap Student Engagement pada Mahasiswa saat Pembelajaran. *Prosiding Psikologi*, 471-477.
- Salwani, A., & Cahyawulan, W. (2022). The Relationship between Family Social Support and Self-Efficacy in Career Decision-Making of Final Year University Students. *Enlighten: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(1), 25-36.
- Santrock, J. W. (2011). *Life Span Development*. McGraw-Hill.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology biopsychological interaction*.
- Sari, S. Lestari, Y, dkk. 2016. Hubungan antara Social Support dan Self Efficacy dengan Stress pada Ibu Rumah Tangga yang Berpendidikan Tinggi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol. 3, No. 02
- Sulistyowati, M. (2016). Hubungan Self Efficacy Dengan Stres Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi.
- Taraman, S. (2017). Students' Perceptions of the Quality of Higher Education. In Undergraduate (S1) Thesis, University of Muhammadiyah Malang. Support and Academic Self-Efficacy among College Students: A Multivariate Empirical Analysis. *Frontiers in Public Health*, 13, 1507075. 155-170.
- Titin, L., & Nurhadi, M. (2023). Social Support and Self-Efficacy as Predictors of Students' Academic Achievement. *International Journal of Education and Psychology Research*, 12(3), 45-56.

- Wang, Y., & Wang, X. (2025). The Relationship Among Emotional Regulation, Learning Motivation, Social Support, and Academic Performance in College Students: The Mediating Role of Self-Efficacy. *SAGE Open*, 15(4), 1–14.
<https://doi.org/10.1177/21582440251396373>
- Wood, R., & Bandura, A. (1989). Social cognitive theory of organizational management. *Academy of Management Review*, 14(3), 361–384.