HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG BEKERJA DI SURABAYA

SKRIPSI

Oleh:

AMJAAD ADHAM SANTOSO

20211770094

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2025

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG BEKERJA DI SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
pada Program Studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surabaya



Oleh:

AMJAAD ADHAM SANTOSO
20211770094

PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2025

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama	: Amjaad Adham Santoso
NIM	: 20211770094
Fakultas	: Psikologi
Program Studi	: S1 Psikologi
Judul Skripsi	: Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecrdasan Emosional dengan Stres pada Mahasiswa yang bekerja di Surabaya.

Menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis merupakan karya sendiri dan bukan hasil jiplakan dari karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan. Bila di kemudian hari terbukti sebagai hasil plagiasi maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 19 Januari 2026



Amjaad Adham Santoso

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG BEKERJA DI SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan oleh:

Amjaad Adham Santoso

20211770094

Disetujui untuk Diuji:

Surabaya, 12 Februari 2026

Dosen Pembimbing I



Andini Dwi Arumsari,S.Psi,M.Psi,Psikolog

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSTAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG BEKERJA DI SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan oleh:

Amjaad Adham Santoso

20211770094

Disetujui untuk Diuji:

Surabaya, 12 Februari 2026

Dosen Pembimbing II

Dzulkifli, S.Psi., M.Si

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSTAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2025

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG BEKERJA DI SURABAYA

Disusun oleh:

Amjaad Adham Santoso

20211770094

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.

Pada Tanggal, 23 Februari 2026

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surabaya

Dr. Dewi Ilma Antawati, M.Psi., Psikolog

Dewan Penguji:

Ketua : Agus Poerwanto, S.Psi., M.Kes ( )

Anggota 1 : Andini Dwi Arumsari,S.Psi,M.Psi ( )

Anggota 2 : Dzulkifli, S.Psi., M.Si ( )

KATA PENGANTAR

Bismillahirahmanhirrahim

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, kesehatan, serta kesempatan yang diberikan, sehingga penulis dapat *menyelesaikan* tugas akhir yang berjudul "Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi dengan Stres pada Mahasiswa yang bekerja di Surabaya*".* Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyampaikan apresiasi dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan, dukungan, serta bantuan, khususnya kepada dosen pembimbing yang dengan dengan penuh kesabaran dan ketelitian memberikan arahan hingga tersenyum tersusunnya karya ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat berbagai kekurangan. Oleh karena itu, penulis membuka diri terhadap segala bentuk kritik dan saran yang membangun sebagai bahan evaluasi dan perbaikan ke depannya. Meskipun demikian, besar harapan penulis agar karya ini dapat memberikan kontribusi positif, baik sebagai referensi ilmiah maupun sebagai dasar penelitian selanjutnya.

Surabaya, 19 Januari 2026

Amjaad Adham Santoso

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan nikmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi dengan Stres pada Mahasiswa yang bekerja di Surabaya”.Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh banyak dukungan, bimbingan, serta arahan dari berbagai pihak yang dengan tulus membantu hingga terselesaikannya karya ilmiah ini. Pada kesempatan ini, dengan penuh hormat penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan kontribusi.

1. Allah SWT atas segala rahmat, taufik, hidayah, dan kekuatan yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya, karena tanpa pertolongan-nya, setiap langkah dalam proses ini tidak akan terlaksana.

2. Kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi suri tauladan yang baik sehingga penulis memiliki keikhlasan dan kesabaran yang luar biasa dalam menghadapi berbagai proses kehidupan.

3. Kepada kedua orang tua tercinta, yang telah berjuang tanpa kenal lelah, mengorbankan waktu, tenaga, dan segalanya demi mengantarkan anaknya menuju gerbang kesuksesan. Skripsi ini kupersembahkan sebagai wujud kecil rasa terima kasih atas setiap perjuangan yang tidak pernah berhenti serta kasih sayang yang senantiasa mengiringi langkahku.Terima kasih atas cinta, doa, dukungan, dan pengorbanan yang tak ternilai harganya. Semoga Allah SWT membalas setiap kebaikan dan doa dengan limpahan rahmat, kesehatan, dan kebahagiaan yang tiada akhir.Teruntuk Bunda, terima kasih karena tidak hanya menjadi orang tua, tetapi juga sahabat terbaik yang selalu mendengarkan, memahami, dan menguatkan di setiap keadaan.

Kehadiran Bunda sebagai tempat berbagi cerita dan sumber ketenangan adalah anugerah yang sangat berharga dalam setiap perjalanan hidup.

4. Bapak Dr. Mundakir, S.Kep., Ns. M.Kep., Fisqua selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya dan jajarannya atas kepemimpinannya serta telah memberikan dukungan penuh terhadap terselenggaranya pendidikan yang berkualitas.

5. Ibu Dr. Dewi Ilma Antawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan pada Fakultas Psikologi Universitas Muhamamdiyah Surabaya.

6. Ibu Hetty Murdiyani, S.Psi, M.Kes, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya

7. Ibu Rinanti Resmadewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, juga sebagai dosen pengajar yang banyak sekali memberikan ilmu bermanfaat kepada penulis

8. Ibu Imtihanatul Ma'isyatuts Tsalitsah, S.Ud., M.Pd, selaku Sekretaris Program Studi yang telah memberikan banyak ilmu bermanfaat tentang Al Islam dan Kemuhammadiyahan

9. Ibu Andini Dwi Arumsari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing akademik sekaligus dosen pembimbing I, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi kepada penulis. Terima kasih atas kesabaran, perhatian, dan dukungan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

10. Bapak Dzulkifli, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing II, yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan yang sangat berarti dalam penyusunan skripsi ini.

11. Bapak Agus Poerwanto, S.Psi., M.Kes, selaku dosen penguji skripsi, yang telah memberikan kritik, saran, dan masukan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.

12. Ibu Marini, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

13. Ibu Ummi Masrufah Maulidiyah, S.Psi., M.Psi ., Psikolog, selaku dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

14. Ibu Dr. Iffah Rosyiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

15. Ibu Fety Khosianah, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

16. Ibu Dr. Wiwik J. Prihastiwi, M.Si. Psikolog selaku dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

17. Ibu Dra. Siti Atiyyatul Fahiroh, M.Si, selaku dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

18. Admin Fakultas Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah membantu penulis dalam mmberikan pelayanan dan proses administrasi dengan baik.

19. untuk seseorang yang pernah menjadi bagian berarti dalam perjalanan perkuliahan penulis, terima kasih atas setiap waktu, perhatian, dan dukungan tulus yang pernah diberikan. Kehadiranmu sebagai tempat berbagi cerita, pendengar yang penuh pengertian di masa-masa sulit telah memberikan arti tersendiri dalam setiap langkah yang penulis jalani.Dengan segala rasa syukur, penulis menghargai setiap kebersamaan, kesabaran, dan ketulusan yang pernah ada, yang secara tidak langsung turut menguatkan penulis hingga mampu menyelesaikan skripsi dan meraih gelar Sarjana

Psikologi (S.Psi). Semoga setiap kebaikan yang pernah diberikan kembali dalam bentuk kebahagiaan dan keberkahan yang berlipat.

20. Zidan, Jody, Dafa, Hamka, Roin, Shobarun, serta teman-teman Psikologi angkatan 2021 lainnya yang telah menjadi bagian dari perjalanan ini, terima kasih atas kebersamaan, canda, serta kenangan indah yang terukir selama masa perkuliahan. Setiap cerita, tawa, dan dukungan yang kalian berikan menjadi warna yang memperkaya langkah penulis dalam menjalani proses belajar.Terima kasih atas kepedulian, kehadiran, serta bantuan yang selalu diberikan, terutama di saat penulis menghadapi berbagai kesulitan. Secara khusus, terima kasih kepada Dhea yang telah dengan tulus memberikan bantuan dan dukungan dalam proses pengerjaan, sehingga penulis dapat menjalankan dengan lebih ringan.Semoga kebersamaan yang telah dilalui menjadi kenangan berharga yang akan selalu dikenang, dan semoga langkah kita ke depan senantiasa dipenuhi keberhasilan dan kebaikan.

21. Pihak-pihak lainnya yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang senantiasa membantu penulis untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi, baik berupa motivasi, arahan, saran, dan bantuan-bantuan lainnya.

22. Untuk diri sendiri yang tetap memilih bertahan di antara lelah yang tak selalu terlihat,yang terus melangkah meski langkah terasa berat dan penuh keraguan.Terima kasih karena tidak menyerah,karena berani menenangkan diri di tengah riuhnya tuntutan,dan karena tetap percaya bahwa setiap proses memiliki makna.Segala jatuh dan bangun adalah cerita tentang keberanian,tentang usaha yang mungkin sunyi namun tidak pernah sia-sia.Di setiap malam yang panjang dan hari yang terasa lambat,diri ini tetap berjuang dengan caranya sendiri.Semoga ke depan, langkah ini selalu diiringi kelembutan pada diri,mampu beristirahat tanpa merasa bersalah,dan terus bertumbuh menjadi versi yang lebih utuh dengan hati yang tenang dan harapan yang tetap menyala.

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Amjaad Adham Santoso

NIM : 2021177094

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Surabaya Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

"Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Stres pada Mahasiswa yang bekerja di Surabaya".

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Surabaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan karya saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta sebagai Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surabaya

Pada Tanggal : 19 Januari 2026

Yang menyatakan,

(Amjaad Adham Santoso)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL **1**

SURAT PERNYATAAN ..... **ii**

HALAMAN PERSETUJUAN ..... **iii**

HALAMAN PENGESAHAN ..... **v**

KATA PENGANTAR ..... **vi**

HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **vii**

PERSETUJUAN PUBLIKASI ..... **xi**

DAFTAR ISI ..... **xii**

DAFTAR TABEL ..... **xvi**

ABSTRAK ..... **xvii**

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 12

C. Tujuan Penelitian 12

D. Manfaat Penelitian 13

1. Manfaat Teoritis 13

2. Manfaat Praktis 13

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **14**

A. Mahasiswa 14

1. Mahasiswa yang Bekerja 14

2. Ciri-Ciri Mahasiswa 15

3. Faktor-faktor yang Mendorong Mahasiswa untuk Bekerja 15

4. Peran Mahasiswa 17

B. Stres 18

1. Definisi Stres 18
2. Aspek-Aspek Stres 19
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres 20
4. Gejala-Gejala Stres 23
C. Dukungan Sosial 24
1. Definisi Dukungan Sosial 24
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial 25
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial 26
4. Sumber Dukungan Sosial 27
D. Kecerdasan Emosi 28
1. Definisi Kecerdasan Emosi 28
2. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi 30
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi 31
E. Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Stres pada Mahasiswa yang Bekerja di Surabaya 32
F. Kerangka Konseptual 35
G. Hipotesis 35
BAB III METODE PENELITIAN 36
A. Desain Penelitian 36
B. Identifikasi Variabel Penelitian 36
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian 37
1. Stres 37
2. Dukungan Sosial 37
3. Kecerdasan Emosional 38
D. Populasi, Sampel, Teknik Pengambilan Sampel 39
1. Populasi 39
2. Sampel 39

3. Teknik Pengambilan Sampel 40
E. Teknik Pengumpulan Data 41
1. Skala Stres 42
2. Skala Dukungan Sosial 43
3. Skala Kecerdasan Emosi 43
F. Alat Ukur 45
1. Validitas 45
2. Uji Daya Diskriminasi Item 46
3. Reliabilitas 46
G. Teknik Analisis Data 48
1. Uji Asumsi 48
2. Uji Hipotesis 48
BAB IV 50
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 50
A. Pelaksanaan Penelitian 50
1. Gambaran umum tempat penelitian 50
2. Gambaran Umum Subjek Penelitian 50
B. Uji Daya Diskriminasi Aitem Seluruh Alat Ukur 53
1. Skala Stres 53
2. Skala Dukungan Sosial 54
3. Skala Kecerdasan Emosi 55
C. Uji Reliabilitas 56
1. Skala Stres 56
2. Skala Dukungan Sosial 57
3. Skala Kecerdasan Emosi 57
D. Hasil Uji Asumsi 58
1. Uji Normalitas 58

2. Uji Linearitas 59
E. Uji Hipotesis 60
1. Uji Regresi Linear Berganda 60
F. Kategorisasi Data Hasil Penelitian 62
1. Kategorisasi Data Hasil Penelitian Stres 63
2. Kategorisasi Data Hasil Penelitian Dukungan Sosial 64
3. Kategorisasi Data Hasil Penelitian kecerdasan emosi 65
G. Pembahasan 66
BAB V 71
PENUTUP 71
A. Kesimpulan 71
B. Saran 71
1. Bagi Mahasiswa 71
2. Bagi Perguruan Tinggi 72
3. Bagi Peneliti Selanjutnya 72
DAFTAR PUSTAKA 73

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Data Responden Penelitian 51
Tabel 4. 2 Distribusi Aitem Skala Stres 53
Tabel 4. 3 Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial 54
Tabel 4. 4 Distribusi Aitem Skala Kecerdasan Emosi 55
Tabel 4. 5 Uji Reliabilitas Skala Stres 56
Tabel 4. 6 Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial 57
Tabel 4. 7 Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosi 57
Tabel 4. 8 Uji Normalitas 58
Tabel 4. 9 Uji Linearitas Variabel Y dan X1 59
Tabel 4. 10 Uji Linearitas Variabel Y dan X2 60
Tabel 4. 11 Hasil Koefisien Determinasi (Adjusted R Square) 61
Tabel 4. 12 Hasil Uji F 61
Tabel 4. 13 Hasil Uji t 61
Tabel 4. 14 Distribusi Data Variabel Stres 63
Tabel 4. 15 Kategorisasi Data Variabel Stres 63
Tabel 4. 16 Distribusi Data Variabel Dukungan Sosial 64
Tabel 4. 17 Kategorisasi Data Variabel Dukungan Sosial 64
Tabel 4. 18 Distribusi Data Variabel kecerdasan emosi 65
Tabel 4. 19 Kategorisasi Data Variabel kecerdasan emosi 65

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG BEKERJA DI SURABAYA

Amjaad Adham Santoso
Universitas muhammadiyah Surabaya
amjaad.adham.santoso-2021@fpsi.um-surabaya.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan stres pada mahasiswa yang bekerja di Surabaya. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif korelasional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 mahasiswa yang diperoleh dengan teknik accidental sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner skala Likert yang disebarkan melalui Google Form. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan regresi linear berganda. Berdasarkan hasil analisis diperoleh bahwa nilai F hitung sebesar 11,013 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,185. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosional secara simultan terhadap stres pada mahasiswa yang bekerja di Kota Surabaya, di mana dukungan sosial dan kecerdasan emosional memberikan kontribusi sebesar 18,5% terhadap stres, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Kata Kunci: Stres, Kecerdasan Emosi, Dukungan Sosial

THE RELATIONSHIP OF SOCIAL SUPPORT AND EMOTIONAL INTELLIGENCE TO STRESS AMONG WORKING STUDENTS IN SURABAYA

Amjaad Adham Santoso
Muhammadiyah University of Surabaya
amjaad.adham.santoso-2021@fpsi.um-surabaya.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between social support and emotional intelligence with stress among working students in Surabaya. The research employed a quantitative correlational method. The sample consisted of 100 working students selected using an accidental sampling technique. Data were collected using a Likert-scale questionnaire distributed through Google Forms. Hypothesis testing was conducted using multiple linear regression analysis. The results showed that the F value was 11.013 with a significance value of 0.001 ($p < 0.05$) and a coefficient of determination (R^2) of 0.185. These findings indicate that there is a significant relationship between social support and emotional intelligence simultaneously with stress among working students in Surabaya, where social support and emotional intelligence contributed 18.5% to stress, while the remaining percentage was influenced by other factors outside this study.

Keywords: *stress, emotional intelligence, social support*

DAFTAR PUSTAKA

Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. Jurnal Keperawatan Jiwa, 5(1), 40–47.

Azwar, S. (2019). Metode penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2021). Penyusunan skala psikologi (Edisi ke-2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Badan Pusat Statistik. (2023). Survei Angkatan Kerja Nasional (SAKERNAS). Jakarta: BPS. https://www.bps.go.id

Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). Psikologi sosial (Edisi ke-10). Jakarta: Erlangga.

Cohen, S., & Syme, S. L. (Eds.). (1985). Social support and health. Orlando: Academic Press.

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin, 98(2), 310–357.

Da'awi, M., & Nisa, W. (2021). Pengaruh social support terhadap tingkat stres dalam penyusunan skripsi. Jurnal Literasi Psikologi, 1(1), 67–75.

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2006). Emotional intelligence as predictor of mental, social, and physical health. Personality and Individual Differences, 41(3), 517–528.

Fitriyani, F., & Mustikasari. (2023). Hubungan social support dan kecerdasan emosional terhadap tingkat stres. Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia, 8(2), 73–83.

Goleman, D. (1995). Emotional intelligence. New York: Bantam Books.

Goleman, D. (2002). Kecerdasan emosional. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Handayani, R., & Fauziah, N. (2021). Motivasi mahasiswa bekerja sambil kuliah. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 7(2), 85–94.

Herawati, D., & Kurniawan, R. (2020). Stres dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa pekerja. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 9(1), 45–55.

House, J. S. (1981). Work stress and social support. Reading: Addison-Wesley.

Jannah, M. (2021). Dukungan sosial dan stres akademik mahasiswa. Jurnal Empati, 10(4), 213–225.

Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (1991). Joining together: Group theory and group skills (4th ed.). Boston: Prentice Hall.

Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. Annual Review of Psychology, 44(1), 1–21.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer.

Malinauskas, R., & Malinauskiene, V. (2020). Emotional intelligence and psychological well-being. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(5), 1605.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence (pp. 3–31). New York: Basic Books.

Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress. Journal of American College Health, 48(3), 132–141.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9(3), 185–211.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). Health psychology: Biopsychosocial interactions (8th ed.). New York: Wiley.

Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and burnout. Journal of Vocational Behavior, 65(3), 293–315.

Selye, H. (1956). The stress of life. New York: McGraw-Hill.

Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Syafitri, W., Ardi, Z., & Ifdil, I. (2019). Kecerdasan emosional dan kecemasan mahasiswa. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 5(1), 50–59.

Taylor, S. E. (2012). Health psychology (8th ed.). New York: McGraw-Hill.

Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. Journal of Health and Social Behavior, 52(2), 145–161.

Wilks, S. E. (2008). Social support and stress in college students. Journal of College Student Development, 49(4), 356–369.

World Health Organization. (2022). World mental health report: Transforming mental health for all. Geneva: WHO. https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338