



**UNIVERSITAS NASIONAL**

**KOMUNIKASI SUPORTIF DENGAN TEMAN SEBAYA  
DALAM MENGURANGI STRES SAAT PENYUSUNAN  
SKRIPSI MELALUI STRATEGI KOPING STRES  
(KASUS PADA MAHASISWA AKTIF DI UNIVERSITAS  
NASIONAL, INSTITUT KESENIAN JAKARTA, dan  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN  
JAKARTA)**

**SKRIPSI**

**Hannan Fauzi Haris**

**203516516242**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI  
JAKARTA**



**UNIVERSITAS NASIONAL**

**SUPPORTIVE COMMUNICATION WITH PEERS IN  
REDUCING STRESS DURING THESIS PREPARATION  
THROUGH STRESS COPING STRATEGIES  
(CASE ON ACTIVE STUDENTS AT NATIONAL UNIVERSITY,  
INSTITUTE OF ENGLISH JAKARTA, DAN UNIVERSITY OF  
NATIONAL VETERAN JAKARTA)**

**THESIS**

**Submitted as one of the requirements to obtain a Bachelor Degree  
in Communication Science (S.I.Kom)**

**Hannan Fauzi Haris**

**203516516242**

**FACULTY OF SOCIAL DAN POLITICAL SCIENCES  
COMMUNICATION SCIENCE STUDY PROGRAM**

**PUBLIC RELATIONS**

**JAKARTA**

**2024**



**UNIVERSITAS NASIONAL**

**KOMUNIKASI SUPORTIF DENGAN TEMAN SEBAYA  
DALAM MENGURANGI STRES SAAT PENYUSUNAN  
SKRIPSI MELALUI STRATEGI KOPING STRES  
(KASUS PADA MAHASISWA AKTIF DI UNIVERSITAS  
NASIONAL, INSTITUT KESENIAN JAKARTA, DAN  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN  
JAKARTA)**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)**

**Hannan Fauzi Haris**

**203516516242**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI  
JAKARTA, JANUARI 2024**



PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA

### PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Hannan Fauzi Haris  
NPM : 203516516242  
Program Studi : Ilmu Komunikasi  
Judul Skripsi : Komunikasi Suportif Dengan Teman Sebaya Dalam Mengurangi Stres Saat Penyusunan Skripsi Melalui Strategi Koping Stres (Kasus Pada Mahasiswa Aktif di Universitas Nasional, Institut Kesenian Jakarta, dan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta)  
Diajukan untuk : Memenuhi salah satu dari persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Nasional.

Disetujui untuk disahkan.

Jakarta, 02 Maret 2024

Dosen Pembimbing

Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si.

Dekan

Dr. Erna Ermawati Chotim, M.Si.

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Hannan Fauzi Haris

NPM : 203516516242

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Judul Skripsi : Komunikasi Suportif Dengan Teman Sebaya Dalam  
Mengurangi Stres Saat Penyusunan Skripsi Melalui Strategi  
Koping Stres

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom) pada Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Nasional.

DEWAN PENGUJI

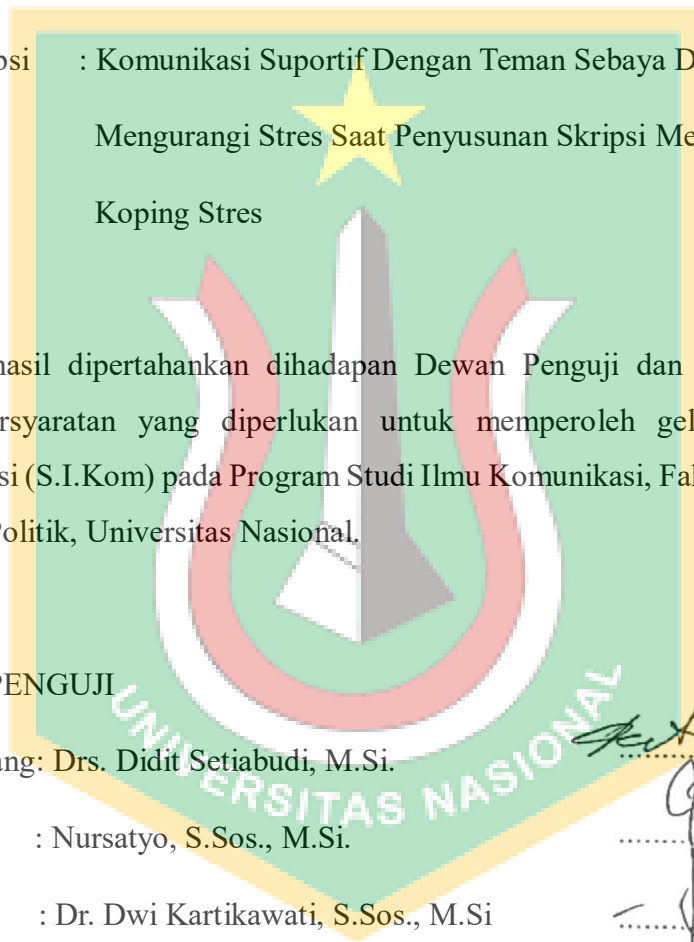
Ketua Sidang: Drs. Didit Setiabudi, M.Si.

Penguji I : Nursatyo, S.Sos., M.Si.

Penguji II : Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 02 Maret 2024



*[Handwritten signatures of the examiners]*



**UNIVERSITAS NASIONAL**  
**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**  
**FORMULIR PERSETUJUAN SKRIPSI**

Nama : Hannan Fauzi Haris  
NPM : 203516516242  
Program Studi : Ilmu Komunikasi  
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Judul Proposal Skripsi : Komunikasi Suportif Dengan Teman Sebaya Dalam Mengurangi Stres Saat Penyusunan Skripsi Melalui Strategi Koping Stres  
Diajukan : Memenuhi salah satu syarat dari pernyataan untuk memperoleh gelar Sastra Satu (S1) Pada Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Nasional.



Disetujui untuk diujikan,  
Jakarta, 30 Januari 2024

Dosen Pembimbing

Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si

Ketua Prodi Ilmu Komunikasi

Djujur Luciana R., S.Sos, M.Si



UNIVERSITAS NASIONAL  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
JAKARTA

#### FORMULIR 4

#### PERSETUJUAN PERBAIKAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Hannan Fauzi Haris  
Nomor Induk Mahasiswa : 203516516242  
Fakultas / Akademik : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Jurusan / Program Studi : Ilmu Komunikasi / *Public Relations*  
Judul Skripsi : Komunikasi Suportif Dengan Teman Sebaya Dalam Mengurangi Stres Saat Penyusunan Skripsi Melalui Strategi Koping Stres (Kasus Pada Mahasiswa Aktif di Universitas Nasional, Institut Kesenian Jakarta, dan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta)

Benar telah memperbaiki Skripsi berdasarkan petunjuk dari Tim Penguji dalam Sidang Ujian Skripsi pada tanggal, 23 Februari 2024, sebagaimana tertulis dalam “Berita Acara Ujian Skripsi”.

Jakarta, 1 Maret 2024

Ketua Sidang : Drs. Didit Setiabudi, M.Si.

Penguji I : Nursatyo, S.Sos., M.Si.

Penguji II : Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si.

Keterangan:

\*) Lembaran ini dapat diminta di Sekretariat FISIP, apabila Skripsinya telah dinyatakan

**LULUS**, halaman ini tidak dijilid.

## LEMBAR PERSETUJUAN JUDUL YANG TELAH DIREVISI

Nama : Hannan Fauzi Haris  
NPM : 203516516242  
Fakultas/Akademik : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Program Studi : Ilmu Komunikasi / Public Relations  
Tanggal Sidang : Jumat, 23 Februari 2024

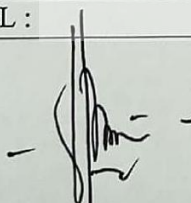
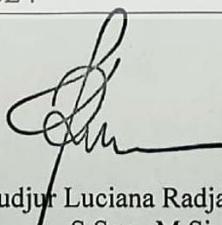
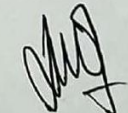
### JUDUL DALAM BAHASA INDONESIA

**Komunikasi Suportif Dengan Teman Sebaya Dalam Mengurangi Stres Saat Penyusunan Skripsi Melalui Strategi Koping Stres (Kasus Pada Mahasiswa Aktif di Universitas Nasional, Institut Kesenian Jakarta, dan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta)**

### JUDUL DALAM BAHASA INGGRIS

**SUPPORTIVE COMMUNICATION WITH PEERS IN REDUCING STRESS DURING THESIS PREPARATION THROUGH STRESS COPING STRATEGIES (CASE ON ACTIVE STUDENTS AT NATIONAL UNIVERSITY, INSTITUTE OF ENGLISH JAKARTA, and UNIVERSITY OF NATIONAL VETERAN JAKARTA)**

### TANDA TANGAN DAN TANGGAL

Pembimbing	Ka. Prodi	Mahasiswa
TGL :	TGL :	TGL :
 Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si.	 Djudjur Luciana Radjagukguk, S.Sos., M.Si.	 Hannan Fauzi Haris



## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hannan Fauzi Haris

NPM : 203516516242

Judul Skripsi : Komunikasi Suportif Dengan Teman Sebaya Dalam Mengurangi Stres Saat Penyusunan Skripsi Melalui Strategi Koping Stres

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi ini merupakan hasil penelitian pemikiran dan pemaparan asli saya sendiri. Saya tidak mencantumkan tanpa pengakuan bahan-bahan yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis oleh orang lain, atau sebagai bahan yang pernah diajukan untuk gelar atau ijazah pada Universitas Nasional atau perguruan tinggi lainnya.

Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Nasional. Demikian pernyataan ini saya buat.

Jakarta, 31 Januari 2024

Yang membuat pernyataan,



10000  
REPUBLIK INDONESIA  
METERAI  
TEMASEL  
6B39CALXD59539579  
Hannan Fauzi Haris



UNIVERSITAS NASIONAL  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
JAKARTA

**BIODATA ALUMNI MAHASISWA**  
**SEMESTER GANJIL TAHUN AKADEMIK 2023/2024**

Nama Mahasiswa : Hannan Fauzi Haris  
No. Pokok : 203516516242  
Program Studi/Jurusan : Ilmu Komunikasi / *Public Relations*  
Tempat Tgl. Lahir : Jakarta, 24 Mei 2002  
Alamat Rumah : Jl. Swadaya 1, No.43, Pejaten Timur, Pasar  
Minggu, Jakarta Selatan, DKI Jakarta, 12510.  
Telepon Rumah : 021-78840181  
Telepon Kantor : -  
HP : 081218142405  
Alamat Kantor : -  
E-mail : harishannan24@gmail.com

Jakarta, 1 Maret 2024

Alumni,

Hannan Fauzi Haris

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Komunikasi Suportif Dengan Teman Sebaya Dalam Mengurangi Stres Saat Penyusunan Skripsi Melalui Strategi Koping Stres”**. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat akademik untuk memperoleh gelar sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom) pada jurusan Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Nasional.

Tanpa adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, proses penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan lancar, tanpa bantuan serta dukungan dari semua pihak yang telah membantu selama penulis melakukan proses penulisan skripsi ini. Oleh karenanya, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing penelitian yaitu, Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si yang telah membantu penulis dengan sepuh hati untuk menyelesaikan penelitian. Selanjutnya pada kesempatan ini penulis juga ingin menyampaikan ucapan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. El Amry Bermawi Putera, M.A., Selaku Rektor Universitas Nasional.
2. Dr. Erna Ermawati Chotim, S.Sos., M.Si., Selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Nasional.
3. Djujur Luciana, S.Sos., M.Si dan Nursatyo S.Sos., M.Si., Selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi dan Sekretaris Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Nasional.
4. Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si, selaku dosen pembimbing skripsi penulis, yang telah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk membimbing penulis, memberikan ilmu yang sangat bermanfaat, dan dorongan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Tanpa adanya ilmu pengetahuan dari dosen pembimbing, penulis tidak yakin skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Penulis sangat bersyukur ketika mengetahui ibu Dwi menerima penulis sebagai anak didik

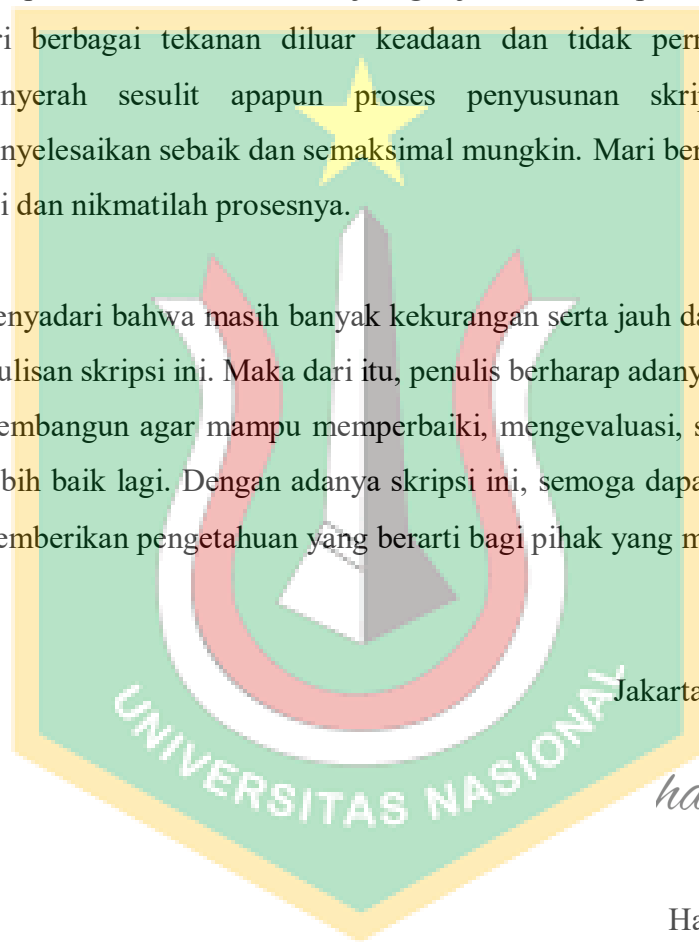
bimbingannya. Penulis berdoa agar ibu Dwi dan keluarga selalu diberikan kesehatan dan keberkahan.

5. Dr. Sri Desti Purwatiningsih, M.Si, selaku dosen penguji sidang seminar proposal penelitian, yang telah menyempatkan waktu senggang beliau untuk menghadiri sidang penelitian dan telah membantu dalam menguji penelitian yang dilakukan.
6. Seluruh jajaran *staff* dan dosen Universitas Nasional yang telah memberikan ilmu kepada peneliti selama penulis berkuliah di Universitas Nasional.
7. Untuk kedua orang tua peneliti tercinta yaitu Mamah Salha dan Babah Fauzi, dengan segala hormat dan rasa terima kasih yang tiada hingga peneliti persembahkan skripsi ini kepada aba dan mamah yang telah memberikan kasih sayang, dukungan segala bentuk materil dan non materil. Semoga ini menjadi langkah awal peneliti untuk bisa membuktikan dan membuat aba dan mamah bangga dengan peneliti. Peneliti berharap untuk dapat menjadi anak yang membanggakan dunia dan akhirat. Semoga segala doa baik yang dilayangkan akan selalu berbalik kepada aba dan mamah.
8. Kepada kedua kakak peneliti, Kak Jian dan Fira yang telah sabar dan tidak lelah memotivasi peneliti agar dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu. Terima kasih atas senda gurau yang diberikan ketika peneliti kehilangan semangat. Peneliti sadar tidak dapat membayar apa yang telah diberi namun peneliti berharap untuk dapat menjadi adik yang membanggakan.
9. Kepada teman seperjuangan peneliti Fathia Syaufika, Muhani Alatas, Rona Aristawidya, dan Silvi Wira Pratiwi yang tidak lelah memberikan motivasi, dukungan, bantuan, melayangkan doa, serta memberikan hiburan disaat peneliti membutuhkannya. Teman berbagi dan berdiskusi selama masa perkuliahan yang penuh kejutan hingga akhirnya bersama – sama pada akhir tahap perkuliahan. Peneliti berharap teman – teman dan peneliti dapat menjadi orang yang bermanfaat dengan ilmunya.
10. Kepada sahabat-sahabat peneliti Mute, Sandira, Rangga, Cindy, Lulu, dan Ersya yang selalu memberikan doa, mendengarkan keluhan peneliti, memberikan saran, motivasi, dan juga tips yang sangat berguna untuk peneliti dalam penyelesaian skripsi ini. Terima kasih karena selalu ada untuk

peneliti. Semoga sahabat – sahabat serta peneliti dapat menjadi orang yang dapat mempergunakan ilmunya dengan baik, bijak, dan bermanfaat bagi orang banyak.

11. Seluruh informan yang terlibat dalam penelitian ini, peneliti mengucapkan terima kasih karena sudah meluangkan waktunya untuk memberikan informasi yang sangat berguna untuk penelitian ini.
12. Terakhir, diri peneliti sendiri, Hannan Fauzi Haris, terima kasih karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tidak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin. Mari berusaha lebih keras lagi dan nikmatilah prosesnya.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan serta jauh dari kesempurnaan dalam penulisan skripsi ini. Maka dari itu, penulis berharap adanya saran dan kritik bersifat membangun agar mampu memperbaiki, mengevaluasi, serta berkembang menjadi lebih baik lagi. Dengan adanya skripsi ini, semoga dapat bermanfaat dan mampu memberikan pengetahuan yang berarti bagi pihak yang membutuhkan.



Jakarta, 29 Januari 2024

*hannan haris*

Hannan Fauzi Haris

## Abstrak

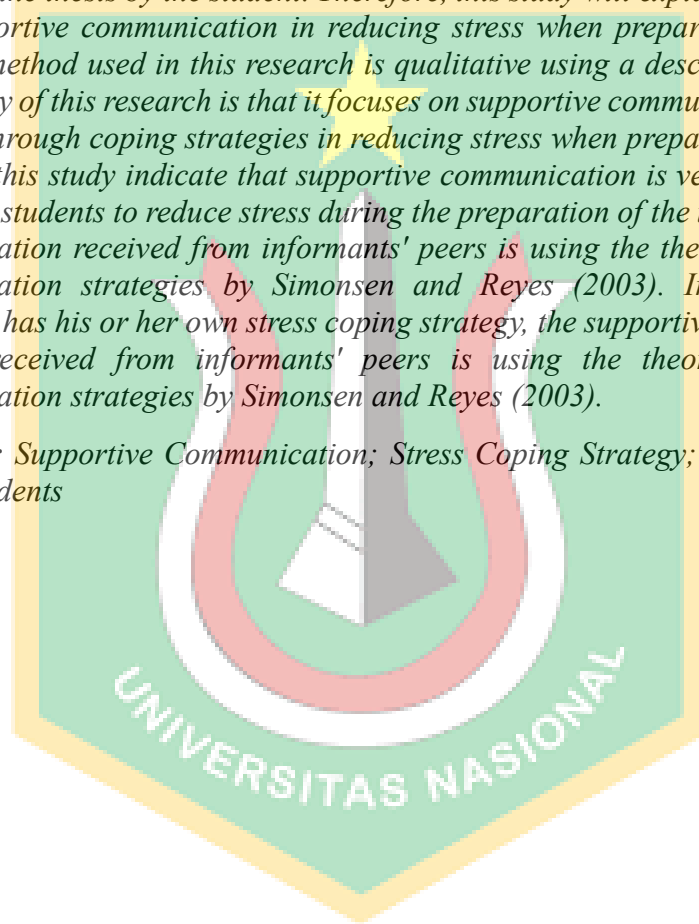
Tujuan penelitian ini yakni meneliti lebih jauh mengenai komunikasi suportif dengan teman sebaya melalui strategi koping stres untuk mengurangi stres saat penyusunan skripsi. Pada saat proses penyusunan skripsi, mahasiswa kerap merasakan adanya tekanan serta kondisi yang menyulitkannya, hal itu disebut sebagai stres akademik. Stres akademik yaitu suatu kondisi dimana mahasiswa merasakan adanya tekanan yang berkaitan atau disebabkan oleh tuntutan dan tekanan pada konteks akademik, salah satunya adalah skripsi. Jika mahasiswa mendapati kesulitan atau sedang dalam kondisi tertekan maka hal tersebut akan berdampak pada proses penyusunan skripsi oleh mahasiswa tersebut. Oleh sebab itu, penelitian ini akan menjelaskan secara mendalam akan komunikasi suportif teman sebaya dalam mengurangi stres saat penyusunan skripsi. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Kebaharuan penelitian ini yakni terfokus pada komunikasi suportif yang diberikan oleh teman sebaya melalui strategi koping dalam mengurangi stres saat penyusunan skripsi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi suportif sangat penting dan dibutuhkan oleh para mahasiswa untuk mengurangi stres selama penyusunan skripsi. Komunikasi suportif yang diterima dari teman sebaya informan adalah menggunakan teori strategi komunikasi suportif oleh Simonsen dan Reyes (2003). Selain itu, tiap individu memiliki strategi koping stres nya masing – masing, strategi koping stres menurut Santrock (2011) menuturkan bahwa terdapat 6 strategi dalam mengatasi koping , yaitu *problem focused coping*, *social support*, perilaku asertif, *religion*, pikiran optimis, dan program manajemen stres.

**Kata kunci:** Komunikasi Suportif; Strategi Koping Stres; Mengurangi Stres; Mahasiswa Skripsi

## ***Abstrack***

*The purpose of this study is to further examine supportive communication with peers through stress coping strategies to reduce stress during thesis preparation. During the thesis preparation process, students often feel pressure and conditions that make it difficult, it is referred to as academic stress. Academic stress is a condition in which students feel pressure related to or caused by demands and pressures in the academic context, one of which is the thesis. If students find difficulties or are in a depressed condition, it will have an impact on the process of preparing the thesis by the student. Therefore, this study will explain in depth about peer supportive communication in reducing stress when preparing a thesis. The research method used in this research is qualitative using a descriptive approach. The novelty of this research is that it focuses on supportive communication provided by peers through coping strategies in reducing stress when preparing a thesis. The results of this study indicate that supportive communication is very important and needed by students to reduce stress during the preparation of the thesis. Supportive communication received from informants' peers is using the theory of supportive communication strategies by Simonsen and Reyes (2003). In addition, each individual has his or her own stress coping strategy, the supportive communication strategy received from informants' peers is using the theory of supportive communication strategies by Simonsen and Reyes (2003).*

**Keywords:** *Supportive Communication; Stress Coping Strategy; Reducing Stress; Thesis Students*



## DAFTAR ISI

COVER	
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
FORMULIR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	v
PERSETUJUAN PERBAIKAN SKRIPSI.....	vi
LEMBAR PERSETUJUAN JUDUL YANG TELAH DIREVISI.....	vii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	viii
BIODATA ALUMNI MAHASISWA.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
Abstrak.....	xiii
Abstrack.....	xiv
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	11
1.3 Tujuan Penelitian.....	12
1.4 Kegunaan Penelitian.....	12
1.5 Sistematika Penulisan.....	12
BAB II.....	15
KAJIAN PUSTAKA.....	15
2.1 Penelitian Terdahulu.....	15
2.2 Landasan Konsep.....	20
2.3 Kerangka Pemikiran.....	41
BAB III.....	42
METODOLOGI PENELITIAN.....	42
3.1 Pendekatan Penelitian.....	42
3.2 Metode Penelitian.....	43
3.3 Penentuan Informan.....	44
3.4 Sumber Data.....	47
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	48



3.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	49
3.7	Teknik Uji Keabsahan Data.....	50
3.8	Lokasi dan Jadwal Penelitian .....	51
BAB IV .....		53
HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN .....		53
4.1	Profil Informan dan Latar Belakang.....	54
4.2	Kondisi yang Terjadi Pada Mahasiswa Tugas Akhir atau Skripsi.....	57
4.3	Komunikasi Suportif Dengan Teman Sebaya Dalam Mengurangi Stres Melalui Strategi Koping Stres.....	59
4.4	Pembahasan Penelitian .....	71
BAB V.....		77
PENUTUP.....		77
5.1	Kesimpulan .....	77
5.2	Saran .....	79
DAFTAR REFERENSI.....		82
DAFTAR LAMPIRAN .....		85



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	15
Tabel 3.1 Jadwal Penelitian .....	52



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Grafik Data Survei Stres dikalangan Mahasiswa .....	5
Gambar 1.2 Hasil Data Alasan yang Mengalami Stres .....	7
Gambar 4.1 Komunikasi Suportif yang Diterima Informan 1 dari Teman Sebaya .....	62
Gambar 4.2 Komunikasi Suportif yang Diterima Informan 3 dari Teman Sebaya .....	63
Gambar 4.3 Komunikasi Suportif yang Diterima Informan 2 dari Teman Sebaya .....	64
Gambar 4.4 Komunikasi Suportif yang Diterima Informan 4 dari Teman Sebaya .....	67



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Surat Penugasan Pembimbing Skripsi.....	85
Lampiran II Permohonan Penelitian dan Informasi Data .....	86
Lampiran III Turnitin .....	87
Lampiran IV Konsultasi Bimbingan di Appsta.....	88
Lampiran V Transkrip Wawancara Informan 1.....	90
Lampiran V Transkrip Wawancara Informan 2.....	93
Lampiran V Transkrip Wawancara Informan 3.....	97
Lampiran V Transkrip Wawancara Informan 4.....	100
Lampiran VI Dokumentasi .....	103
Lampiran VII Daftar Riwayat Hidup .....	105

