

DAFTAR PUSTAKA

- Ahady, Rose Nadzifah, 2014. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas VII DI SMP Islam Almaarif Singosari Yang Berdomisili di Pondok Pesantren*, Malang: Skripsi Tidak Diterbitkan.
- Aini, Faridah, dkk, 2016. *Pengaruh Senam Yoga terhadap Tingkat Stres pada Remaja dalam Persiapan Menghadapi Ujian Nasional*, Jurnal STIKES Ngudi Waluyo Ungaran, Edisi 2016, Vol IX, No 2.
- Aprilia, Dina, *efektivitas focus group discussion untuk mengurangi stres pada siswa SMA yang akan menghadapi ujian akhir nasional*, Jurnal Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin.
- Arifin, Agustan Andi, 2017. *Meminimalisir Stres Belajar Siswa Melalui Teknik Meditasi Hening*, Jurnal Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Khairun.
- Arikunto, Suharsimi, 2010. *Prosedur Penelitian*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin, *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. 2009. *Penyusunan Skala Psikologis*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fitri, Fausiah dan Julianti Widury, 2005. *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*, Jakarta: UI Press.
- Kadir, 2016. *Statistika Terapan*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Latipun, 2006. *Psikologi Eksperimen*, Malang: UMM Press.
- Maghfiroh, Hikmatul Nasruliyah, 2015. *Efektivitas Terapi Relaksasi Meditasi dalam Menurunkan Tingkat Stres*, Jurnal pendidikan IKIP PGRI Jember.
- Misbahuddin dan Hasan Iqbal, 2013. *Analisis data penelitian dengan statistik*, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Mumpuni, Yekti, 2010. *Cara Jitu Mengatasi Stres*, Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Prasetyo, Bambang, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif teori dan aplikasi*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Purwanto, Setiyo, 2006 *Relaksasi Dzikir*, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, SUHUF, Vol. XVIII, No. 01.
- Purwanto, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Republik Indonesia,2006. *Undang-undang Republik Indonesia No 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen & Undang-undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 tentang sisdiknas*, Bandung: Permana.
- Rivai,Veithzal dan Arviyan Arifin, 2009. *Islamic Leadership: Membangun Super Leadhershship melalui Kecerdasan Spiritual*, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Safaria, Triantoro dan Nofrans Eka S, 2012. *Manajemen Emosi*, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Shindu, Pujiastuti,2013. *Panduan Lengkap Yoga: Untuk Hidup sehat dan Seimbang*, Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Siregar, Syofian, *Statistika Deskriptif untuk Penelitian*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Subandi, *Psikoterapi Pendekatan Konvensional dan Kontemporer*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono, 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*, Bandung: ALFABETA.
- _____, 2016. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*, Bandung: ALFABETA.
- Sujianto, Eko Agus,2009. *Aplikasi Statistik dengan SPSS 21.0*, Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Susetyo Budi,2012. *Statistika untuk Analisis Data Penelitian*, Bandung: PT Refika Aditama.
- Suyono, dkk, 2016. *Keefektifan Teknik Relaksasi untuk Menurunkan Stres Akademik Siswa SMA*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang.
- Tanzeh, Ahmad, 2011. *Metodologi Penelitian Praktis*, Yogyakarta: Teras.
- Tebba, Sudirman, 2005. *Meditasi Sufistik*, Bandung: Pustaka Hidayah.
- Tim Dosen Administrasi Pendidikan UPI,2009. *Manajemen Pendidikan*, Bandung: Alfabeta.
- Tim Penyusun, 2015 *Pedoman Penyusunan Skripsi Program Strata Satu (S1)*, Tulungagung: Institut Agama Islam Negeri.
- Usman, Husaini dan Akbar Setiady Purnomo, 2012. *Pengantar Statistika*, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Wangsa, Teguh, 2009. *Menghadapi Stres dan Depresi seni menikmati hidup agar selalu bahagia*, Yogyakarta: Tugu Publisher.

W, Frogatt, 2003. *Free from Stress: Panduan untuk Mengatasi Kecemasan*. diterj. Meitasari, Jakarta: Bhuana Ilmu Populer

Widhiarso, Wahyu, *Pengategorian Data dengan Menggunakan Statistik Hipotetik dan Statististik Empirik*, e-journal, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, hlm.2.

Winarsunu, Tulus, 2006. *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, Malang: UMM Press