

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, I. M. D. M. (2021). Populasi dan sampel. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, 14(1), 103-116.
- Agustina, M. W., & Deastuti, P. W. P. (2023). Hardiness dan stress akademik pada mahasiswa rantau. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 7(1), 34-45.
- Aji, P. T., & Rizkasari, E. (2021). Efektifitas terapi afirmasi positif dan relaksasi terhadap penurunan tingkat stres pada siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Sinektik*, 4(2), 196-208.
- Arsini, Y., Amini, A., & Sinaga, P. W. (2023). Pengaruh Berfikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis. *MUDABBIR Journal Research and Education Studies*, 3(2), 17-26.
- Fitri, A., Rahim, R., Nurhayati, N., Azis, A., Pagiling, S. L., Natsir, I., ... & Anugrah, N. E. (2023). Dasar-dasar Statistika untuk Penelitian.
- Susanto, H. (2009). *Panduan Praktis Menyusun Proposal*. Visi Media.
- Hariaty, V. E., & Dilaluri, A. (2023). Gambaran Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, 11(1), 1-7.
- Imron, K. F. A., Adi, G. S., & Batubara, I. S. M. (2021). The Comparison Of Positive Affirmation Therapy And Health Education On Reducing Stress In Hypertension Patients. *Keperawatan Ilmu Kesehatan*, 22(7), 1-12.
- Indriyani, S., & Handayani, N. S. (2018). Stres Akademik Dan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Bekerja Sambil Kuliah. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 153-160. <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2260>
- Syahroni, M. I. (2022). Prosedur penelitian kuantitatif. *EJurnal Al Musthafa*, 2(3), 43-56. <https://doi.org/10.62552/ejam.v2i3.50>
- Karina, T. A., & Jannah, M. (2021). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada atlet pelajar di SMA Negeri Olahraga Jawa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(4), 1-10.
- Kencana, S. C., & Muzzamil, F. (2022). Pengaruh optimisme terhadap stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(19), 353-361. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7175409>
- Labiyo, C. S., & Kusumiati, R. Y. E. (2022). Hubungan antara stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di masa pandemi Covid

19. Bulletin of Counseling and Psychotherapy, 4(3), 590–598.
<https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.354>
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori stres: Stimulus, respons, dan transaksional. Buletin Psikologi, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. Psyche 165 Journal, 13(2), 235–239.
<https://jpsy165.org/ojs/index.php/jpsy165/article/view/84>
- Mulyana, B. (2022). Berpikir positif pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi.
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran stress dan dampaknya pada mahasiswa. Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi, 20(2), 74.
<https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Hasil observasi peneliti. (2025, Mei 6). UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
- Permana, A. A., Huang, C., Augustino, J. C., Kurniawan, K., Kurniadi, N., & Novanto, Y. (2024). Analisis perbedaan tingkat stres akademik mahasiswa baru Universitas X di Tangerang. Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan, 11(2), 357–373.
<https://doi.org/10.35891/jip.v11i2.5583>
- Pradiri, A. P., Hendriani, W., & Surjaningrum, E. R. (2021). Studi kualitatif dalam kajian stres akademik. INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental, 6(2), 79. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v6i22021.79-89>
- Sugiyono, (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono, (2012). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan R&D* (Vol. 15). Alfabeta.
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS 26*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Rahmawati, Y. D., & Utami, N. I. (2024). Optimisme dan stres akademik pada mahasiswa peserta Merdeka Belajar-Kampus Merdeka (MBKM). Dinamika Psikologis: Jurnal Ilmiah Psikologis, 1(2), 56–68.
<https://doi.org/10.26486/jdp.v1i2.4264>
- Primanita, R. Y., & Rahma, P. N. (2025). Wajahku cerah dan glowing: Efektivitas Afirmasi Positif Untuk Mengurangi Tingkat Stres. Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan, 4(1), 166–172.
<https://doi.org/10.55606/jurrikes.v4i1.4455>

- Sianturi, R. (2022). Uji homogenitas sebagai syarat pengujian analisis. *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial, dan Agama*, 8(1), 386–397. <https://doi.org/10.53565/pssa.v8i1.507>
- Sukaesih. (2021). *Afirmasi Positif Untuk Pasien Post Operasi Benigna Prostate Hiperplasia (BPH)* (Cet. 1). Banyumas: Amerta Media.
- Suparto, T. A., Dharmansyah, D., Purwandari, A., & Puspita, W. (2025). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan FPOK UPI. –, 3(1), 25–33.
- Sahir, S. H. (2022). *Metodologi penelitian* (1st ed.). Penerbit KBM Indonesia.
- Syahrizal, H., & Jailani, M. S. (2023). Jenis-Jenis Penelitian Dalam Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif. *Jurnal QOSIM: Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora*, 1(1), 13–23. <https://doi.org/10.61104/jq.v1i1.49>
- Toedin, F. A., Risnawati, & Hamdani, M. F. (2025). Membedah Uji Prasyarat: Kunci Pemilihan Uji Hipotesis Dalam. *Kaisa: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(1), 46–59.
- Wardani, A. F., Pratikto, H., & Suhadianto, S. (2024). Stres Akademik dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bekerja. *SUKMA Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 156–164. <https://doi.org/10.30996/sukma.v5i1.11618>
- Widad, Z. E., & Idawati, K. (2023). Afirmasi positif dalam meningkatkan *self efficacy* di MA Al-Qur'an La Raiba Hanifida Bandung Diweek Jombang. *Urwatul Wutsqo: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman*, 12(1), 93–111. <https://doi.org/10.54437/urwatulwutsqo.v12i1.859>
- Setyadi, Y. D., Wulandari, D., Lestari, L. D., Meliasari, W. O., & Sari, I. N. (2021). Peran Mahasiswa Kampus Mengajar 2 Sebagai '*Agent Of Change Dan Social Control*'. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(6), 1542– 1547. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v5i6.8592>
- Yumika, T., & Marheni, A. (2023). Peran Ketangguhan Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(23), 836–852. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10421397>
- Zulkifli, A., Gusniati, J., Zulefni, M. S., Afendi, R. A., Asni, W., & Fitriani, Y. (2025). Tutorial Uji Normalitas Dan Uji Homogenitas Dengan Menggunakan Aplikasi SPSS. *Jurnal Cahaya Nusantara*, 1(2), 3093–8113. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>