

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Munir, Ardiansyah, dan Lubis Saiful Akhyar. “*Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Stres Belajar Siswa SMK Negeri 1 Siantar Bidang Keahlian Teknologi Informasi dan Komunikasi Kabupaten Simalungan.*” Universitas Medan Area, 2018.
- Abdullah Syukri Zarkasyi. *Gontor & Pembaharuan Pendidikan Pesantren*. Divisi Buku Perguruan Tinggi, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2005.
- Adi Nugroho dan Walda Harianto. *Metode Penelitian Kuantitatif Dengan Pendekatan Statistika: (Teori, Implementasi & Praktik dengan SPSS)*. Andi, 2022.
- Albert Bandura. *Self-efficacy: The Exercise of Control*. W. H. Freeman, New York, 1997.
- Alfin Julianto. “Kolaborasi Pendidikan Nonformal , Informal , dan Formal dalam Pendidikan Pemuda di Daerah Istimewa Yogyakarta.” *DIKLUS: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah* Nomor 1 (volume 3), Maret 2019 - 14 Kolaborasi, 2019, 14–22.
- Alvin Ng Lai Oon. *Handling Study Stress (Mengatasi Stress Belajar)*. PT. Alex Media Komputindo Kompas Gramedia Building, Jakarta, 2007.
- Aly Musthofa Izzat. “*Khutbatul 'Arsy Pondok Modern Darul Ihsan Payaman Nganjuk.*” 1999.
- Amane Kamarudin, Firmansah, dan Zulkifli. “*Metodologi Penelitian Kuantitatif.*” 2023, 68.
- Anas Rohman. “Pengaruh Intensitas Membaca Asmaul Husna Terhadap Kecerdasan Spiritual Dan Kecerdasan Emosional Santri Yayasan At Taqwa Meteseh Tembalang Semarang.” *Jurnal Progress: Wahana Kreativitas dan Intelektualitas*, 2022, 318–38.
- Andi Fitriani Djollong. “Tehnik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif.” *Istiqlal: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2014, 86–100.
- Ardiansyah, Risnita, dan M. Syahrani Jailani. “Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif.” *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, 2023, 1–9.
- Arditya Prayogi, Irfandi, dan M Arif Kurniawan. “Konsep Pendekatan Penelitian.” *Greenation : Jurnal Multidisiplin Ilmu Nasional*, 2024, 30–37.

- Ayu Andira Br Bangun. “*Instrumen Penelitian Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Aktivitas dan Prestasi Belajar Biologi Siswa Kelas X MIPA SMA Negeri 2 Singaraja.*” Skripsi Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Aktivitas dan Prestasi Belajar Biologi Siswa Kelas X MIPA SMA Negeri 2 Singaraja, 2020, 45–72.
- Ayu Dwi Nindyati. “Kecerdasan Emosi Dan Stres Akademik Mahasiswa: Peran Jenis Kelamin Sebagai Moderator Dalam Sebuah Studi Empirik Di Universitas Paramadina.” *Journal of Psychological Science and Profession*, 2020, 127.
- B. J Casey, Rebecca M Jones, Victoria Libby, Siobhan S Pattwell, Erika J Ruberry, dan Leah H Somerville. “The Storm and Stress of Adolescence : Insights From Human Imaging and Mouse Genetics.” *Developmental Psychobiology*, 2010.
- Cahyo Tri Wibowo. “Analisis Pengaruh Kecerdasan Emosional (Eq) Dan Kecerdasan Spiritual (Sq) Pada Kinerja Karyawan.” *Jurnal Bisnis dan Manajemen*, 2017, 1.
- Daniel Goleman. *Emotional Intelligence “What it can matter more than IQ.”* Bloomsbury Publishing, United State, 2020.
- Dela Fahiran Pandiangan dan Meyniar Albina. “Model dan Tahapan Penelitian Kuantitatif: Pendekatan Teoretis dan Praktis dalam Kajian Pendidikan.” *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, 2025, 724–30.
- Desmita Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Remaja Rosdakarya, Jakarta, 2009.
- Dian Kharisma, Sahat Simatupang, dan Hariyawan Hutagulung. “Pengaruh Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan.” *JUMANSI: Jurnal Ilmiah Manajemen dan Akuntansi Medan*, 2023, 32–42.
- Dianne M. Tice dan Roy F. Baumeister. “Longitudinal Study of Procrastination, Performance, Stress, and Health: The Costs and Benefits of Dawdling.” *Psychological Science*, 1997, 454–58.
- Edward P. Serafino dan Timothy W. Smith. *Health Psychology : Biopsychosocial Interaction*. John Wiley & Sons, United State of America, 2014.
- Eirene Fera Natasia, Miranti Rasyid, dan Aulia Suhesty. “Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Stres pada Mahasiswa FISIP Universitas Mulawarman yang Bekerja.” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2022, 157–68.
- Emmanuel O Biu, Maureen T Nwakuya, dan Nduka Wonu. “Detection of Non-Normality in Data Sets and Comparison between Different Normality Tests.” *Asian Journal of Probability and Statistics*, 2019, 1–20.

- Enggar Sayekti. “Efektifitas Teknik Self-Intruction dalam Mereduksi Stres Akademik pada Siswa Kelas IX MA YAROBİ Kec. Grobogan, Kab. Grobogan Tahun 2016/2017.” UIN Salatiga, 2017.
- Faizatun Nisa’i Zakiyah. “Wawancara Fenomena Pondok Modern Darul Ihsan 10 Tahun Terakhir.” Nganjuk, 2025, 1.
- Georg Stenberg, Pia Rosander, dan Martin Backstroom. “Personality traits and general intelligence as predictors of academic performance: A structural equation modelling approach.” *Learning and Individual Differences*, 2011, 590–96.
- Giatma Dwijuna Ahadi, Neni Nur, dan Laili Ersela. “The Simulation Study of Normality Test Using Kolmogorov-Smirnov ,.” *Eigen Mathematics Journal*, 2023, 14.
- Hafid Hardoyo. “Kurikulum Tersembunyi, Indigenous, Generalisasi, Exemplification, Modeling, Imbalan Dan Hukuman.” Kurikulum Tersembunyi Pondok Modern Darussalam Gontor, 2009, 191–208.
- Hamni Fadlilah Nasution. “Instrumen Penelitian Dan Urgensinya Dalam Penelitian Kuantitatif.” *Al-Masharif: Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Keislaman*, 2016, 59–75.
- Hans Selye. *The Stress of Life*. McGraw-Hill, New York, 1956.
- Hantoro Adhi Mulya dan Sri Endang Indrawati. “Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.” *Jurnal Empati*, 2016, 296–302.
- Heri Suprpto. “Pengaruh Kecerdasan intelektual, Emosional dan Spiritual Terhadap Akhlak Peserta Didik di SMP Islam Terpadu Fajar Ilahi Kota Batam.” 2023, 149.
- Istiana Nurcahyani dan Lutfi Fauzan. “Efektivitas Teknik Relaksasi Dalam Konseling Kelompok Behavioral Untuk Menurunkan Stres Belajar Siswa Sma.” *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2016, 1–6.
- Izzetul Maufiroh. “Hubungan Regulasi Emosi Siswa dengan Stres Akademik Siswa di SMK YP 17-1 Malang.” Undergraduate’s thesis, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023, 176.
- John Gottman dan Joan DeClaire. *Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak*. Gramedia Pustaka Utama, 2020.
- John W Santrock, Psikologi Pendidikan, Edisi Kedua, dan W John. *Psikologi Pendidikan*. Kencana, Jakarta, 2008.

- Joy Paul Guilford. "Fundamental Statistic in Psychology and Education." *Psycnet*, 1950.
- Judith Ann Carveth, Nancy Moss, dan Theresa Gesse. "Survaiial Strategies For Nurse-Midwifery Students." *Journal of Nurse-Midwifery*, 1996, 50–54.
- K V Petrides dan Adrian Furnham. "On The Dimensional Structure of Emotional Intelligence." *PERGAMON: Personality and Individual Differences*, 2000, 313–20.
- Keith F Punch. *Introduction to Social Research Quantitative and Qualitative Approaches*. SAGE Publications, Western Australia, 2005.
- Khairul Bariyyah dan Leny Latifah. "Kecerdasan Emosi Siswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Jenjang Kelas." *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 2019, 68–75.
- Kurosh Mohamadi Hasel, Amir Abdolhoseini, dan Puyesh Ganji. "Social and Hardiness Training and Perceived Stress among College Students." *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2011, 1354–58.
- L.D. Debyo, N.K. Suarni, dan I.M. Gunamantha. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Minat Belajar Dengan Tingkat Stres Akademik Siswa Sekolah Dasar." *PENDASI Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 2024, 202–12.
- Lamirin, Joko Sangaji, dan Lisniasari. "Pengaruh Komunikasi Interpersonal Dan Kecerdasan." *Jurnal Pendidikan Buddha dan Isu Sosial Kontemporer*, 2020, 93–105.
- Lewis R. Aiken. "Three Coefficients for Analyzing the Reliability and Validity of Ratings." *Educational and Psychological Measurement*, 1985, 131–42.
- Lilis Ernawati dan Diana Rusmawati. "Dukungan Sosial Orang Tua dan Strs Akademik Pada Siswa SMK yang Menggunakan Kurikulum 2013." *Jurnal Empati*, 2015, 26–31.
- Linda L. Davidoff. *Psikologi Suatu Pengantar, Edisi Kedua Jilid 2*. Erlangga, Jakarta, 1991.
- Luhur Wicaksono. "Studi Tentang Stres Akademik Pada Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 18 Pontianak." *Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 2022, 1576–83.
- Lukas S Musianto. "Perbedaan Pendekatan Kuantitatif Dengan Pendekatan Kualitatif Dalam Metode Penelitian." *Jurnal Manajemen dan Wirausaha*, 2002, 123–36.

- Mamta Sharma dan Gagandeep Kaur. "Gender Differences in Procrastination and Academic Stress Among Adolescents." *Indian Journal of Social Science Researches*, 2011, 122–27.
- Mansur Hidayat. "Model Komunikasi Kyai Dengan Santri di Pesantren." *Jurnal ASPIKOM*, 2017, 385.
- Martin E P Seligman. *Learned Optimism : How to Change Your Mind and Your Life*. Vintage Book : A Division of Random House, Inc., New York, 2006.
- Mediska Radisti, Suyanti Suyanti, dan Albadri Albadri. "Religiusitas dan konsep diri akademik dengan stres akademik mahasiswa santri." *PSYCOMEDIA : Jurnal Psikologi*, 2023, 102–11.
- Mufadhal Barseli, Ifdil, dan Linda Fitria. "Stress akademik akibat Covid-19." *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 2020, 95.
- Mufadhal Barseli, Ifdil, dan Nikmarijal. "Konsep Stres Akademik Siswa." *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 2017, 143–48.
- Muh Niam dan Isbandi Rukminto Adi. "Kontribusi Pondok Pesantren Dalam Mengembangkan Human Capital." *Jurnal Pembangunan Manusia*, 2021, 14–21.
- Muhamad Suparji dan Alfin Julianto. "Sistem Pengelolaan Pendidikan Pesantren Modern (Studi Kasus Pondok Pesantren Annur Darunnajah 8 Bogor)." *Jurnal Pendidikan Islam Al-Affan*, 2023, 93–103.
- Muhammad Irfan Syahroni. "Prosedur Penelitian Kuantitatif." *Jurnal Al-Mustafa*, 2010, 43–56.
- Muhammad Iwa Sembada. "Pengaruh Kecerdasan Emosi dan Dukungan Keluarga terhadap Stres Akademik Siswa SMP Masa Pandemi." *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, 2023, 42–53.
- Muhammad Yusuf As-Sanusi Al-Hasani. *Syarh Umm al-Bahrain*. 2021.
- Nasrudin, Umi Azizah KN, dan Devin Prihaninuk. "Dampak Isolasi Sosial Selama Pandemi Covid 19 Terhadap Remaja : Aktifitas , Emosional , Stress-Adaptasi Dan Strategi Koping." *JURNAL EDUNursing*, 2020, 2.
- Neilani Khairun, Syawaluddin, Arjoni, dan Yeni Afrida. "Pengaruh Kecerdasan Emosi dan Prokrastinasi Terhadap Stress Akademik Mahasiswa BK Di Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamal Djabat Bukittinggi." *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 2024, 5887–5903.
- Nela Regar Ursia, Ide Bagus Siaputra, dan Nadia Sutanto. "Makara Human Behavior Studies in Asia Academic Procrastination and Self-Control in Thesis Writing Students of Faculty of Psychology , Universitas Surabaya

- Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.” *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 2013, 1–18.
- Nia Febbiyani Fitri dan Bunga Adelya. “Kematangan emosi remaja dalam pengentasan masalah.” *Jurnal Penelitian Guru Indonesia - JPGI*, 2017, 30–39.
- Nilda Miftahul Janna. “Variabel dan skala pengukuran statistik.” *Jurnal Pengukuran Statistik*, 2021, 1–8.
- Noerul Amy, Juntika Achmad, dan Sakti Eka. “Deskripsi Gejala Stres Akademik Dan Kecenderungan Pilihan Strategi Koping Siswa Berbakat.” *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2017, 197–208.
- Norfai. *Manajemen Data*. Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjary, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, 2020.
- Nur Mawakhira Yusuf dan Jannatul Ma’wa Yusuf. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik.” *Psyche 165 Journal*, 2020, 235–39.
- Nurcholis Madjid. *Bilik-bilik Pesantren Sebuah Potret Perjalanan*. Paramadina, Jakarta, 1997.
- Peter Salovey dan John D. Mayer. “Emotional Intelligence.” *Imagination, Cognition And Personality*, 1990, 29.
- Priyo Purwiantomo, Dhimas Rifqi, dan Diana Rusmawati. “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Stres Akademik Pada Siswa Sma Islam Al Azhar 14 Semarang.” *Jurnal EMPATI*, 2021, 472–76.
- Riana Mashar. *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*. Kencana, Jakarta, 2015.
- Richards S. Lazarus dan Susan Folkman. *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company, Inc., New York, 1984.
- Roopa Mathur dan Rimpay Sharma. “Academic Stress in Relation With Optimism and Resilience.” *International Research of Interdisciplinary & Multidisciplinary Studies (IRJPIM)*, 2022, 129–34.
- Rumiani. “Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stres Mahasiswa.” *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 2006, 37–48.
- Saifuddin Azwar. *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Belajar, Yogyakarta, 2012.
- Samantha K Brooks, Rebecca K Webster, Louise E Smith, et al. “Rapid Review The psychological impact of quarantine and how to reduce it : rapid review of the evidence.” *The Lancet, Elsevier Ltd*, 2020, 912–20.

- Selvani Ane Putri dan Dian Ratna Sawitri. "Hubungan antara Hardiness dengan Stres Akademik pada Taruna Tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang." *Jurnal Empati*, 2017, 319–22.
- Sihabudin, Danny Wibowo, Sri Mulyono, et al. *Ekonometrika Dasar Teori dan Praktik Berbasis SPSS*. CV. Pena Persada, Banyumas, Jawa Tengah, 2021.
- Spiridon Kamtsios dan Evangelia Karagiannopoulou. "Exploring Relationships between Academic Hardiness, Academic Stressors and Achievement in University Undergraduates." *JAEPR (Journal Of Applied Educational and Policy Research)*, 2015, 53–73.
- Sri Dewi Utami. "Hubungan antara Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Siswa Kelas XI di MAN 3 Yogyakarta." *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 2015, 1–13.
- Sri Rahma Dewi dan Fadhilla Yusri. "Kecerdasan Emosi Pada Remaja." *Jurnal Pendidikan*, 2023, 65–71.
- Stefi Patricia Sinaga. "Menghadapi Stres Akademik : Strategi Coping Holistik Untuk Kesehatan Mental Mahasiswa Keperawatan Melalui Metode Butterfly Hug." 2023.
- Sugiyono dan Irma Ayu Noeraini. "Pengaruh Tingkat Kepercayaan, Kualitas Pelayanan, dan Harga Terhadap Kepuasan Pelanggan JNE Surabaya." *Ilmu dan Riset Manajemen*, 2019, 1–17.
- Suharsimi Arikunto. *Manajemen Penelitian*. Rineka, Jakarta, 2000.
- Suzanne C. Kobasa. "Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness." *Journal of Personality and Social Psychology*, 1979, 1–11.
- Suzzane C O'Connell Smeltzer, Brenda G Bare, Janica L Hinkle, Kerry H Cheever, Lippincott Williams, dan Wilkins. *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-surgical Nursing*, Volume 1. 2010.
- Tarmidi dan Ade Riza R. Rambe. "Korelasi Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self - Directed Learning pada Siswa SMA." *Jurnal Psikologi*, 2010, 216–23.
- Tirta Adikusuma Suparto, Asih Purwandari Wahyoe Puspita, Afianti Sulastri, dan Andria Praghlapati. "Kecerdasan Emosional dan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan pada Pembelajaran Daring Saat Pandemi Covid-19." *NURSING UPDATE : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan* P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871, 2021, 239–49.
- Tri Rahmawati, Awang Setiawati Wicaksono, dan Ima Fitri Sholichah. "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa

- Angkatan 2019 Program Studi Teknik Informatika di Universitas Muhammadiyah Gresik.” *Universitas Muhammadiyah Gresik*, 2019, 107–16.
- Uma Sekaran dan Roger Bougie. *Research Methods for Business, with eBook Access Code: A Skill Building Approach*. John Wiley & Sons, Chennai, India, 2025.
- Vivien S Huan, Lay See Yeo, Rebecca P Ang, dan Wan Har Chong. “The Influence Of Dispositional Optimism And Gender On Adolescents ’ Perception.” *ADOLESCENCE*, 2006.
- W Lawrence Neuman. *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. Pearson Education Limited, 2014.
- Wanda Femila Hutami. “Makalah Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian.” *Universitas Mercu Buana*, Jakarta.
- Wellina Sebayang, Destyna Yohana Gultom, dan Eva Royani Sidabutar. *Perilaku Seksual Remaja*. Deepublish, 2018.
- Xu Aiqiang Sun, Jiandong, Dunne, Michael, Hou, Janet. “Educational Stress Scale for Adolescents : Development, validity, and reliability with Chinese students.” *Journal of Psychoeducational Assessment*, 2011, 534–46.
- Zainal Abidin Saleng. *Kecerdasan Emosional Profesionalisme Guru Dan Prestasi Belajar Siswa: Buku Berbasis Riset Pendidikan*. Media Nusa Creative (MNC Publishing), 2021.