

DAFTAR PUSTAKA

- Aflahatinufus, A., Sriati, A., & Shalahuddin, I. (2022). Efektivitas Hipnoterapi sebagai Intervensi untuk Mengurangi Stres pada Remaja: Studi Literatur. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(2), 245. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.2.2022.245-256>
- Agustiningih, N. (2019). Gambaran Stress Akademik dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(2), 241–250. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i2.art.p241-250>
- Aihie, O. N., & Ohanaka, B. I. (2019). Perceived Academic Stress among Undergraduate Students in a Nigerian University. *Journal of Educational and Social Research*, 9(2), 56–66. <https://doi.org/10.2478/jesr-2019-0013>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Andani, Y. (2017). *Hubungan kebutuhan istirahat tidur dengan efektifitas belajar siswa kelas VII dan VIII*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika.
- Aufar, A. F., & Raharjo, S. T. (2020). Kegiatan Relaksasi Sebagai Coping Stress Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 157. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v2i2.29126>
- Cahyono, H. (2019). Peran Mahasiswa Di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudhi*, 1(1), 32–43.
- Chust-Hernández, P., Fernández-García, D., López-Martínez, L., García-Montañés, C., & Pérez-Ros, P. (2022). Female gender and low physical activity are risk factors for academic stress in incoming nursing students. *Perspectives in Psychiatric Care*, 58(4), 1281–1290. <https://doi.org/10.1111/ppc.12928>
- Darmajayanti, A. A. I. S., Paramasatiari, A. A. A. L., & Tirta, I. gusti R. (2022). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Karakteristik Mahasiswa Semester Awal Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. *Aesculapius Medical Journal*, 2(2), 97–104.
- Dewi, N. K. S. (2019). *Hubungan Tingkat Stres Remaja Putri Dengan Keluhan Keputihan Pada Mahasiswa Semester VIII Di Kampus Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar*. Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- Elisabhet, T., Hamid, A. Y. S., & Mustikasari, M. (2021). Kesiapan Peningkatan Perkembangan Psikososial pada Usia Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 213–226.

- Faridah, I., Afiyanti, Y., & Fatonah, S. (2022). Pengaruh Application Mobile Mindfulness (MM) Terhadap Tingkat Stress Pada Mhasiswa di Tangerang Raya The Effect of Application Mobile Mindfulness (MM) on Stress Level on Students in Tangerang Raya. *Nusantara Hasana Journal*, 1(8), Page.
- Fayzun, F., & Cahyanti, L. (2019). Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Akademi Keperawatan Krida Husada Kudus. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 6(2).
- Fitrianur, W. L., Suminar, E., Sari, M. K., & Firdaus, A. R. Al. (2023). Pengaruh Self Help Group (SHG) Terhadap Koping Mahasiswa Baru Program Studi Ilmu Keperawatan. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 4(2), 144–149. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30587/ijpn.v4i2.6985>
- Hafizhuddin, M. I. (2019). *Hubungan Antara Self Disclousure Melalui Status Wa Dan Kualitas Hidup Pada Mahasiswa Di Universitas Muhammadiyah Surabaya*. http://repository.umsurabaya.ac.id/id/eprint/3715%0Ahttp://repository.um-surabaya.ac.id/3715/3/BAB_II.pdf
- Handayani, E. S. (2022). *Kesehatan Mental Mental Hygiene* (A. R. Ridhani (ed.); Cetakan Pe, Vol. 56, Issue 1, pp. 99–123). Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin.
- Ilyas, I., Marisa, F., & Purnomo, D. (2018). Implementasi Metode Trend Moment (Peramalan) Mahasiswa Baru Universitas Widyagama Malang. *JOINTECS (Journal of Information Technology and Computer Science)*, 3(2). <https://doi.org/10.31328/jointecs.v3i2.785>
- Jannah, N. H., & Zuhroh, D. F. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Demonstrasi Terhadap Teknik Cuci Tangan Pada Anak Usia Prsekolah 4-6 Tahun. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 3(1), 45. <https://doi.org/10.30587/ijpn.v3i1.4030>
- Julianto, E. K. (2019). Self Help Group Analysis of Self Esteem and Stress Levels in Families with Patients with Depression. *Journal for Quality in Public Health*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.30994/jqph.v3i1.41>
- Kaplan, H. I., Sadock, B. J., & Grebb, J. A. (2005). *Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer PublishingCompany. https://books.google.co.id/books/about/Stress_Appraisal_and_Coping.html?id=FFBqAAAAMAAJ&redir_esc=y
- Lestari, H. D. (2016). Stres Dan Adaptasi. In *Modul Guru Produktif Keperawatan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)*.

- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Marizka, R. (2018). *Pengaruh Terapi Kognitif Berbasis Spiritual Terhadap Penurunan Tingkat Stres*. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Tulungagung.
- Nababan, D. P. (2021). *Tingkat Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19*. Universitas Sanata.
- Nur, M. (2017). *Kesehatan Mental* (R. A. Mirawan (ed.); Cetakan Pe, pp. 1–6). Badan Penerbit Universitas Muria Kudus. <http://eprints.umk.ac.id/13467/>
- Nurwela, T. S., & Israfil. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Pada Remaja ; Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(4), 697–704.
- Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The Structure Of Coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 2–21. <https://psycnet.apa.org/doi/10.2307/2136319>
- Purnomo, P., Dwidiyanti, M., Wijayanti, D. Y., & Wiguna, R. I. (2018). Effects of Self-Help Group on Stress Level in Adolescents. *Proceeding*, 2(2), 599–602.
- Putra, W. Y. D. (2016). *Perbedaan Tingkat Stres Dan Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Yang Berasal Dari Semarang Dan Non Semarang Laporan Hasil Akhir Karya Tulis Ilmiah*. Universitas Diponegoro.
- Putri, C. R. (2020). Pengaruh Self Help Group Terhadap Self Efficacy Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 (Studi di Desa Pandanwangi Diwrek Jombang) [Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang]. In *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika* (Vol. 53, Issue 9). <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/id/eprint/4160>
- Radiani, W. A. (2019). Kesehatan Mental Masa Kini dan Penanganan Gangguannya Secara Islami. *Journal of Islamic and Law Studies*, 3(1), 87–113. <https://jurnal.uin-antasari.ac.id>
- Rahmayani, R. D., Liza, R. G., & Syah, N. A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1), 103. <https://doi.org/10.25077/jka.v8.i1.p103-111.2019>
- Ramadhan, D. A., Karim, D., & Dewi, W. N. (2022). Hubungan Stres Akademik Dengan Interaksi Sosial Teman Sebaya Pada Mahasiswa Tingkat Pertama. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 9, 171–179.

- Ramadhani, A. H., & Hendrati, L. Y. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Siswa SMA di Kota Kediri Tahun 2017. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Edisi Khusus*, 177–181.
- Ren, Q., Li, Y., & Chen, D. (2021). Measurement invariance of the Kessler Psychological Distress Scale (K10) among children of Chinese rural-to-urban migrant workers. *National Library Of Medicine*, 12. <https://doi.org/10.1002/brb3.2417>
- Reza, W., Tri Ananda, S., Ivanca, T., Fadilah, A., Jonathan, S., Matematika, J., Teknologi Informasi, F., Teknologi Batam, I., Gajah Mada, J., vitka City, K., Ayu -Sekupang, T., & Riau, K. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Di Kota Batam. *Jurnal Sintak*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/>
- Rochimah, F. A. (2020). *Dampak Kuliah Daring Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Ditinjau Dari Aspek Psikologi*. 7. <https://psyarxiv.com/s5m9r/>
- Ronald C, K., Peggy R, B., Lisa J, C., Joan F, E., Joseph C, G., & Eva, H. (2003). Kessler Psychological Distress Scale (K10). 60(2), 9–11.
- Rusmanto, U. (2021). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Dengan Pembelajaran Online*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Salmah, S. (2019). *Hubungan Peran Orang Tua dalam Stimulasi dengan Perkembangan Anak Usia 12 Bulan di Puskesmas Bengkuring Kelurahan Sempaja Timur Samarinda*. Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur.
- Sari, I. W., Adi, M. S., & Andriany, M. (2018). Pengaruh Self-Help Groups Terhadap Penurunan Depresi Pada Mantan Pemakai Narkoba Di Lembaga Pemasarakatan Perempuan. *Journal of Health Sciences*, 11(2), 151–158.
- Shofah, W., & Widiyawati, W. (2022). Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja Usia 12-15 Tahun di MTs . Ihyaul Islam Bolo Ujungpangkah Gresik. *Journal of Public Health Science Research (JPHRS)*, 3(1), 1–10.
- Siswanto. (2019). Laporan Nasional Risdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI* (Vol.1, Issue1). <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Issue Mi, p. 346). Alfabeta, Cv.
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). Metodologi penelitian Kesehatan. In A. H. Nadana (Ed.), *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan* (Cetakan Pe, pp. 1–212). Ahlimedia Press. www.ahlimediapress.com

- Velasco, A. A., Cruz, I. S. S., Billings, J., Jimenez, M., & Rowe, S. (2020). What are the barriers, facilitators and interventions targeting help-seeking behaviours for common mental health problems in adolescents? A systematic review. *BMC Psychiatry*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02659-0>
- Wangsa, T. (2010). *Menghadapi Stres dan Depresi : Seni Menikmati Hidup Agar Selalu Bahagia* (Cetakan 1). Tugu Publisher. <http://124.40.249.157:8080/inlislite3/opac/detail-opac?id=1119>
- Wilujeng, C. S., Habibie, I. Y., & Ventyaningsih, A. D. I. (2023). Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Kategori Stres pada Remaja di SMP Brawijaya Smart School. *Smart Society Empowerment Journal*, 3(1), 6. <https://doi.org/10.20961/ssej.v3i1.69257>
- Wulandari, A. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2, 39–43. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKA/article/view/3954>
- Yani, A. L., & Retnowuni, A. (2023). Efektifitas Terapi SHG (Self Help Group) dalam Menurunkan Tingkat Stress Pada Santri Menghadapi Ujian Akhir Pondok. *Jurnal Ilmiah Stikes Yarsi Mataram*, XIII, 76–83. <https://journal.stikesyarsimataram.ac.id/index.php/jik/article/view/270/130>
- Yildiz Findik, U., Ozbas, A., Cavdar, I., Yildizeli Topcu, S., & Onler, E. (2015). Assessment of nursing students' stress levels and coping strategies in operating room practice. *Nurse Education in Practice*, 15(3), 192–195. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2014.11.008>
- Yulianingsih. (2020). *Pengaruh Psikoedukasi Kesehatan Mental Terhadap Peningkatan Psychological Well Being Pada Istri yang Menikah di usia dini dan Bercerai dari Suami Pelaku Kekerasan dalam Rumah Tangga*. 12–56. <http://repository.untag-sby.ac.id/711/>
- Yunita, R., Isnawati, I. A., & Addiarto, W. (2020). *Buku Ajar Psikoterapi Self Help Group Pada Keluarga Pasien Skizofrenia*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.