

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 5(1).
- Asiyah, N. (2013). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri, dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2).
- Beck, J. C., & Mitcheel, W. (2007). *Gamers Juga Bisa Sukses*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2013). *Health Psychology: An Introduction to Behavior and Health*. Cengage Learning.
- Ciccarelli, S. K., & White, J. N. (2001). *Psychology*. United States of America: Pearson Education.
- Crawford, C. (2003). *The Art of Computer Game Design*. United States: Osborne/McGraw-Hill.
- Desai, Veeral; Gupta, Arnav; Andersen, Lucas; Ronnestrand, Bailey; Wong, Michael;. (2021). Stress-Reducing Effects of Playing Casual Video Game among Undergraduate Students. *Springer*, 29, 563-579.
- Diduga Stres Kuliah, Mahasiswa Palembang Lompat Bunuh Diri*. (2021, Oktober 8). Diambil kembali dari CNN Indonesia:
<https://www.cnnindonesia.com/nasional/20211008215047-20-705452/diduga-stres-kuliah-mahasiswa-palembang-lompat-bunuh-diri>
- Gentry, S V; Gauthier, A; Ehrstrom, B L; Worthley, D; Lilienthal, A; Car, L T; Okutsu, D S; Nikulaou, K C; Zary, N; Campbell, J; Car, J. (2019). Serious Gaming And Gamification Education in Health Professions: Systematic Review. *Journal of Medical Internet Reasearch*, 21(3).
- Gunarsa, D. S. (1996). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hatch, E., & Farhady, H. (1981). *Research Design & Statistics for Applied Linguistics*. Tehran: Rahmana Publications.

- Ismail, A. (2006). *Education Games (Menjadi Cerdas dan Ceria dengan Permainan Edukatif)*. Yogyakarta: Pilar Media.
- Kerlinger, F. N. (1973). *Foundation of Behavioral Research*. Dalam Holt, & Rinehart. New York.
- Lastary, L. D., & Rahayu, A. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau yang Berkuliah. *Ikraith-Humaniora*, 2(2).
- Lovallo, W. R. (2005). *Stress and Health: Biological and Psychological Interactions (2nd Ed)*. Thousand Oaks, Ca: Sage.
- Lukaningsih, Z. L., & Bandiyah, S. (2011). *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- McGrath, J. E. (1970). Major methodological issues. Dalam J. E. McGrath, *Social and psychological factors in stress* (hal. 19-49). New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Musabiq, S. A., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stres dan Dampaknya pada Mahasiswa. *InSight*, 20(2).
- Nabila, & Seyekti, A. (2021). Manajemen Stres pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Institut Pertanian Bogor. *Jurnal Manajemen dan Organisasi (JMO)*, 12(2).
- Nisrinafatim. (2020). Pengaruh Game Online terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Edukasi Nonformal*.
- Nurdin, I., & Hartati, S. (2019). *Metode Penelitian Sosial*. Surabaya: Media Sahabat Cendika.
- PMI. (2015). *Panduan-Manajemen Stres*. Markas Pusat Palang Merah Indonesia.
- Prihaswati, M., & Rahmawati, S. H. (2014). Stres Mahasiswa Sains dan Strategi Koping: Studi pada Mahasiswa Fakultas Matematika dan IPA. *JKPM*, 1(2).
- Rasmun, N. M., & Kep, M. (2004). *Stres Koping dan Adaptasi*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Risa, D. F., Pradana, F., & Bachtiar, F. A. (2020). Pengembangan Sistem Monitoring Tingkat Stres Berbasis Website. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, 4(4).

- Rukminingsih, Adnan, G., & Latief, M. A. (2020). *Metode Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Erhaka Utama.
- Russoniello, C. V., O'Brien, K., & Parks, J. M. (2009). The Effectiveness of Casual Video Games in Improving Mood and Decreasing Stress. *Cyber Therapy & Rehabilitation*, 2(1).
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health Psychology: Biopsychological Interactions (7th Ed)*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2018). *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: PT Indeks.
- Sibero, I. C. (2010). *Membuat Game 2D Menggunakan Maker*. Yogyakarta: Mediakom.
- Smith, A. (2020). Reduce Stress among Nurses through Gamification: A Study of Finding Stress Factors among Nurses and Suggesting Gamification to Reduce Stress. *Biotechnology and Health*.
- Stanhope, J. L., Owens, C., & Elliot, L. J. (2015). Stress Reduction: Casual Gaming versus Guided Relaxation. *Human Factors and Applied Psychology Student Conference*.
- Sugiyanto, E. P., & Mulyono. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Game Online terhadap Tingkat Stres Anak Usia Sekolah Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(3).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto, S. (2010). Stres da cara Mengurangnya. *Cakrawala Pendidikan*, 1(1).
- Sundari, L. S. (2021, November 22). 76 Persen Mahasiswa Stress Sedang-Berat, 13 Persen Ingin Akhiri Hidup. Diambil kembali dari GALAMEDIANEWS.com: <https://galamedia.pikiran-rakyat.com/news/pr-353073777/76-persen-mahasiswa-stress-sedang-berat-13-persen-ingin-akhiri-hidup>
- Waitz, G., Stromme, S., & Railo, W. S. (1983). *Conquer Stress with Grete Waitz*. Van Nostrand Reinhold Company.
- Winarso, W. (2014). Mengatasi Stres Akademik dalam Pembelajaran Matematika Melalui Penguatan Self Esteem Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Guru MI*, 1(1).