

DAFTAR PUSTAKA

- Albab, J. A. U., Zen, E. F., & Fauzan, L. 2022. Profil tingkat stres akademik mahasiswa fakultas ilmu pendidikan dalam pembelajaran daring selama pandemi covid-19 di Universitas Negeri Malang. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 2 (5), 422-431.
- Alexandro, R., Putri, W.U., dan Hariatama, F. 2022. Pengaruh keaktifan berorganisasi terhadap prestasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP UPR. *Jurnal Ilmiah Kanderang Tingang*, 13 (1), 38-50.
- Agustina, M.W. dan Deastuti, P.W. 2023. Hardiness dan stres akademik pada mahasiswa rantau. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 7 (1), 34-45.
- Andini, A. P., Mauliana, D., & Anggraini, F. R. (2024). Pengaruh kemampuan perencanaan waktu terhadap penurunan stres akademik mahasiswa universitas airangga. *Musytari: Jurnal Manajemen, Akuntansi, dan Ekonomi*, 12 (7), 1-10.
- Andini, E.P., Rochmawati, D., dan Susanto, W. 2023. Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa FIK yang akan menjelang ujian akhir semester. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 2 (1), 272-282.
- Arofah, I., Ningsi, B.A., & Masyhudi, L. (2020). Analisis faktor yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa. *Bina Patria*, 15 (5), 4511-4522.
- Asmita, W. (2021). Faktor yang mempengaruhi stres akademik menghadapi kuliah daring pada mahasiswa iain batusangkar. *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.
- Astaman. (2020). Hakikat belajar dalam perspektif psikologi pendidikan. *Jurnal Edukatif*, 6 (1), 35-39.
- Barseli, M., Ahmad, R., dan Ildil, I. 2018. Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4 (1), 40-47.
- Bhagat, V., Haque, M., Simbak, N.B., dan Husain, R. 2018. Stress among medical students and advantages of metallisation therapy in general: a review of literatures. *Advances in Human Biology*, 8 (2), 59-63.
- Bhat, M. S. A., & Sheikh, D. B. A. (2023). Study life balance of college students: Evidence from higher education sector of ut of jammu and kashmir. *Journal of Learning and Educational Policy*, 3 (3), 37-41.
- Cahyono, D. D., Hamda, M. K., & Prahastiwi, E. D. (2022). Pemikiran abraham maslow tentang motivasi dalam belajar. *Jurnal Pemikiran Keislaman dan Kemanusiaan*, 6 (1), 37-48. doi: <https://doi.org/https://doi.org/10.52266/>.
- Dewi, A.K., Savira, S.I., Satwika, Y.W., dan Khoirunnisa, R.N. 2022. Profil perceived academic stress pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 13 (3), 95-402.

- Doble, N., dan Supriya, M. V. (2011). Student life balance: myth or reality?. *International Journal of Educational Management*, 25 (3), 237-251.
- Dzulfikri, M. I., & Affandi, G. R. (2023). The relationship between emotion regulation and academic stress in madrasah aliyah students in sidoarjo. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 8 (2). <https://doi.org/10.21070/psikologia.v10i0.1711>.
- Erindana, F. U. N., Nashori, H. F., & Tasaufi, M. N. F. (2021). Penyesuaian Diri Dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4 (1), 11–18.
- Fanggidae, J. (2021). Klasifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa pendidikan matematika fkip undana dengan metode chaid. *Fraktal: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 2 (1), 23-33. <https://doi.org/10.35508/fractal.v2i1.4018>.
- Fernando, Y., Andriani, P., & Syam, H. (2024). Pentingnya motivasi belajar dalam meningkatkan hasil belajar siswa. *Jurnal Inspirasi Pendidikan (ALFIHRIS)*, 2 (3), 61-68.
- Firadilah, A. (2022). Membangun motivasi belajar siswa: Kajian teori motivasi abraham maslow di mi al-islamiyah bandarsakti. *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri Metro
- Fitri, V.Y., Hartati, R., dan Fadhli, M. 2023. Bagaimana efikasi diri bisa meningkatkan *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja? *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 6 (2), 52-59.
- Fuadi, A., Suprapti, F., Pranawukir, I., dan Taupiq. 2023. Strategi konseling individual untuk mengatasi stres akademik pada mahasiswa. *Jurnal on Education*, 6 (1), 2987-2995.
- Gunadi, A., Santosa, M., Putra, G. M., & Erlangga, E (2023). Hubungan antara stress akademik dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar siswa s mp x. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 5388–5394. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11887>.
- Hatmanti, N. M. dan Septianingrum, Y. 2019. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 5 (1), 40-46.
- Hariroh, F. M. R., & Afandi, D. R. (2021). Analisis Pencapaian Prestasi Akademik Melalui Perilaku Manajemen Waktu. *Ekomabis: Jurnal Ekonomi Manajemen Bisnis*, 2 (1), 71-78.
- Hendriks, J. 2020. Exploring *study-life balance* of students and their perceptions of an engagement app. *University of Twente*.
- Ilhamsyah, F., Margareta, I., Pratiwi, Amanda, S. L., & Alrefi. (2023). Gambaran umum stres akademik mahasiswa keguruan di palembang. *Kopendik: Jurnal Ilmiah Konseling Pendidikan*, 2 (2), 71-78.
- Inayah, D.N., Daud, M., dan Nur, H. 2023. Pengaruh manajemen waktu terhadap prestasi akademik mahasiswa yang bekerja di Kota Makassar. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2 (2), 266-273.

- Jenkins, S. Johnson, I., dan Ginley, J. 2019. Work, stress and play: students' perceptions of factors impacting on their studies and well-being. *European Journal of Dental Education*, 23 (3), 349-354.
- Kusumastuti, D. 2020. Kecemasan dan prestasi akademik pada mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*. 12 (1), 22–33
- Luailiyah, A., Hilmi, A.Z., dan Sahariani, M. 2022. Pengaruh keaktifan organisasi terhadap prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Plexus Medical Journal*, 1 (3), 114-121.
- Maslow, A. (1943). Sebuah teori motivasi manusia. *Psychological Review*, 50 (4), 370–396. <https://doi.org/10.1037/h0054346>
- Nalim, & Pramesti, S. L. D. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*, 21 (1), 1-17.
- Nurchaliza, R. (2023, 1 November). Mengenal stres akademik: Penyebab, gejala, dan cara mengatasinya. *Ensiklopedia Telkom University*. Diakses pada 5 Januari 2025 dari <https://ensiklopedia.telkomuniversity.ac.id/mengenal-stres-akademik-penyebab-gejala-dan-cara-mengatasinya/>.
- Noveni, N, A, Wijaya, D, A, P, Putri, M, & Rahmawati, P. (2022). Seberapa Besar Peran Kualitas Tidur Terhadap Stres Akademik Mahasiswa?. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 6 (1), 56–62.
- Padli, R. dan Akbar, A. (2023). Pengaruh semangat berorganisasi terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Fitrah: Journal of Islamic Education*, 4 (1), 1-13.
- Permatasari, N. dan Suminar, D. R. (2022). Analysis of academic stress levels among migrant students. In *Interdisciplinary Conference of Psychology, Health, and Social Science (ICPHS 2021)*. 11 Februari 2022, Makassar, Indonesia,. 1-6.
- Permatasari, R, Arifin, M, & Padilah, R. (2021). Studi deskriptif dampak psikologis mahasiswa program studi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Banyuwangi dalam penyusunan skripsi di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Bina Ilmu Cendekia*. 2 (1), 128–141.
- Pertiwi, G. A. (2020). Pengaruh stres akademik dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8 (4), 738-749.
- Putra, A. H. dan Ahmad, R. (2020). Improving academic self efficacy in reducing first year student academic stress. *Jurnal Neo Konseling*, 2 (2).
- Rabbani, M. R., & Wahyudi, H. (2023). Pengaruh academic self-efficacy terhadap stress akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3 (1), 202-211.
- Rahmadania, A., & Aly, H. N. (2023). Implementasi teori hirarchy of needs maslow dalam meningkatkan motivasi belajar di yayasan cahaya generasi islam kota bengkulu. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5 (4), 261-272.
- Safitri, L & Nurfarhanah. (2024). Perbedaan stres akademik ditinjau dari tahun studi. *Anwarul Jurnal Pendidikan Dakwah*, 4 (4), 776-786.

- Siregar, L. Y. S. (2020). Motivasi sebagai pengubahan perilaku. *Forum Paedagogik*, 11 (2) , 81-97.
- Suherman, E., & Suroso, S. (2024). Analisis work life balance terhadap prestasi mahasiswa dan motivasi mahasiswa sebagai moderasi pada prodi manajemen ubp karawang. *Jurnal Signaling*, 13 (1). doi: 10.56327/signaling.v13i1.1681
- Tarumasely, Y. (2021). Pengaruh self regulated learning dan self efficacy terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Edutama (JPE)*, 8 (1), 71–79.
- Wieka, A. C., Kartika, A. A., Masdalena, M., & Handoko, E. (2022). Hubungan perubahan pola belajar terhadap stres dan prestasi akademik pada masa pandemi COVID-19. *Healthy Tadulako Journal*, 8 (1), 52-58.
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. *Psyche 165 Journal*, 13 (2), 235-239.