

DAFTAR PUSTAKA

- Aloysius, S., dan Salvia, N. (2021). Analisis kesehatan mental mahasiswa perguruan tinggi x pada awal terjangkitnya covid-19 di Indonesia. *Jurnal Citizenship Virtues*, 1(2), 83-97.
- Aryono, M. M. 2021. Studi deskriptif kesehatan mental remaja. *Widya warta*, 2(2), 205–216.
- Asosiasi Psikologi Indonesia (2023). Laporan survei kesehatan mental mahasiswa Indonesia 2023. Asosiasi Psikologi Indonesia, Jakarta.
- Bannan, N., Ciarrochi, J., dan Anthony, T. (2008). Music and the human experience: An introduction to music therapy. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 42(12), 935-941.
- Bestari, D. P., Ulliya, S., Sulisno, M., Dwidiyanti, M., Nurmalia, D. (2022). Gambaran Tingkat Spiritualitas Anggota Paduan Suara Mahasiswa. *Holistic Nursing and Health Science*, 5(1), 34-42.
- Bullack, A., Gass, C., Nater, U. M., dan Kreutz, G. (2018). Psychobiological effects of choral singing on affective state, social connectedness, and stress: influences of singing activity and time course. *Frontiers In Behavioral Neuroscience*, 12, 223. Doi:10.3389/Fnbeh.2018.00223
- Boecker, H., Sprenger, T., Spilker, M. E., Henriksen, G., Koppenhoefer, M., Wagner, K. J., & Tolle, T. R. (2008). The runner's high: opioidergic mechanisms in the human brain. *Cerebral cortex*, 18(11), 2523-2531.
- Clift, S., & Hancox, G. (2001). The impact of choir singing on the health and well-being of school children. *Psychology of Music*, 29(3), 325-335.
- Clift, S. M., dan Hancox, G. (2001). The perceived benefits of singing: Findings from preliminary surveys of a university and a community choir. *Psychology of Music*, 29(1), 47-61.
- Clift, S., dan Hancox, G. (2010). The significance of choral singing for sustaining psychological wellbeing: findings from a survey of choristers in england, australia and germany. *Music Performance Research*, 3.
- Clift, S., Hancox, G., Staricoff, R., dan Whitmore, C. (2008). Singing and health: A systematic mapping and review of non-cinical research (Issue January 2008).
- Creech, A., Hallam, S., Varvarigou, M., Alam, M. (2013). The influence of music-making on child and adolescent mental health: A critical review. *Youth & Society*, 45(4), 501-522.
- Dunbar, R. I. M., Kaskatis, K., MacDonald, I., & Barra, V. (2012). Performance of es pain threshold and positive affect: Implications for the function of music. *Evolutionary Psychology*, 10(4), 688-702.
- ahyuningsih, R. (2022). Pengaruh aktivitas bernyanyi terhadap motivasi belajar, dan kreativitas anak di tk methodist jakarta Paud Agapedia, 6(2), 197-208.
- son, J. W. (2006). Men in chorus: Collaboration and competition al vocal behaviour. *Psychology of Music*, 34(2), 219-237



- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. World Health Organization. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK553773/>
- Estikomah, E., dan Sahrah, A. (2019). Pengaruh persepsi pengembangan karier terhadap kesejahteraan psikologis polisi wanita di mapolda diy. In Prosiding Seminar Nasional Pakar, 2-3.
- Fevrianti, A., Maret, U. S., Desagiti, A. F., Maret, U. S., Hestikasari, C. C., Maret, U. S., Pramesti, C. A., dan Maret, U. S. (2023). Harmoni Emosi: Ekspresi Emosi Melalui Bernyanyi Untuk Kelompok 3 Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Anggota = Aulia Fevrianti Sukemi Awalian Fatikasari Desagiti Canda Christya Hestikasari Cindy Anggita Pramesti Elita Mufidah Sari. December.
- Fransisca, M., dan Chris, A. (2020). Hubungan tingkat stres pada kelompok individu yang bernyanyi rutin dan tidak bernyanyi. Tarumanagara Medical Journal, 2(2), 354-359. <https://doi.org/10.24912/tmj.v3i1.9741>
- Gujarati, D. N., & Porter, D. C. (2009). Basic Econometrics (5th ed.). McGraw-Hill Education
- Hanung, A., Aulia, R., Setyawan, K. G., & Imron, A. (2024). Pengaruh Partisipasi Organisasi Kemahasiswaan Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Negeri Surabaya. 4(4), 1–15.
- Hartono, T. (2019). Unit kegiatan mahasiswa dan perannya dalam membentuk karakter mahasiswa (Studi Kasus Di Unit Kegiatan Mahasiswa Jam'iyah Al-Qurra' Wa Al-Huffazh Al-Furqan Institut Agama Islam Negeri Salatiga). Potensia: Jurnal kependidikan islam, 5(1), 99. <https://doi.org/10.24014/Potensia.V5i1.6521>
- Helitzer, E., dan Moss, H. (2022). Group singing for health and wellbeing in the Republic of Ireland: the first national map. Perspectives in Public Health, 142(2), 102-116.
- Hikmah, N., Fauziah, N. K., Septiani, M., Lasari, D. M. (2022). Healing sebagai strategi coping stress melalui pariwisata. Indonesian journal of tourism and leisure, 3(2), 113–124. <https://doi.org/10.36256/Ijtl.V3i2.308>
- Husni, M., Baidah, B., Asnuriyati, W., dan Mawarni, T. (2024). Hubungan antara kesehatan mental dan kualitas hidup pada individu dengan penyakit kronis. Jurnal review pendidikan dan pengajaran (JRPP), 7(3), 11385-11392.
- Janie, D. N. A. (2012). Statistik deskriptif & regresi linier berganda dengan SPSS. 52.



Hubungan fanatisme dan kesehatan mental: studi deskriptif
tas bts army indonesia amino-bandung (Doctoral Dissertation,
Gunung Djati Bandung).

..., dan Sanulita, H. (2019). Analisis Peran Pelatih Paduan Suara
Meningkatkan Keterampilan Menyanyi Peserta Paduan Suara di
Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK), 8(3).

- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *Journal Of Health and Social Behavior*, 207-222.
- Keyes, C. L. (2009). Brief description of the mental health continuum short form (mhc-sf). Diunduh Pada November 20, 2024, <http://www.sociology.emory.edu/ckeyes/>.
- Kreutz G, Bongard S, Rohrmann S, Hodapp V, Grebe D (2004) Effects of choir singing or listening on secretory immunoglobulin A, cortisol, and emotional state. *J Behav Med.* 2004 Dec;27(6):623-35. doi: 10.1007/s10865-004-0006-9. PMID: 15669447.
- Kurniawati, J., dan Baroroh, S. (2019). Literasi media digital mahasiswa universitas muhammadiyah bengkulu. *Jurnal Komunikator*, 8(2), 51-66.
- Kurniawidjadja, L. M., Ok, S., Martomulyono, S., Susilowati, I. H., KM, S., KKK, M. (2021). Teori dan aplikasi promosi kesehatan di tempat kerja meningkatkan produktivitas. Universitas Indonesia Publishing.
- Kosfeld, M., Heinrichs, M., Zak, P. J., Fischbacher, U., & Fehr, E. (2005). Oxytocin increases trust in humans. *Nature*, 435(7042), 673-676.
- Lamont, A. (2011). The beat goes on: Music education, identity and lifelong learning. *International Journal of Music Education*, 29(4), 307-317. <https://doi.org/10.1177/0255761411421075>
- Livesey, L., Morrison, I., Clift, S., Camic, P. (2021) Benefits of choral singing for social and mental wellbeing: Qualitative findings from a cross-national survey of choir members. - *Journal of Public Mental Health*. Doi; 10.1108/17465721211207275
- Malikah (2024). Dinamika Pengaruh Musik pada Kesejahteraan Psikologis Peserta Didik: Analisis Literatur tentang Respons Neurologis dan Emosional. 5(Cliff 2020), 5109–5118.
- Mardiana, M., Nugraha, U., dan Setiawan, I. B. (2022). Motivasi siswi mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani di smkn 13 tanjung jabung timur. *Score*, 2(1), 31-47
- Meilani, A. S., Fauziah, A., Wirawan, B. E., Puspasari, C. A. B., Aurantiviola, N. F., Ramadhania, R. F., Hibatullah, S. M. (2024). Korelasi antara tugas mata kuliah kesehatan mental dengan stress akademik mahasiswa semester 1 psikologi UNNES. *Jurnal Analis*, 3(1), 27-41.
- Melina, S. A., dan Herbawani, C. K. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja selama pandemi Covid-19: Tinjauan Literatur. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(4), 286-291.
- Pantu, E. A., Karmiyati, D., dan Winarsunu, T. (2020). Pengaruh tekanan teman sejawat menghadapi ujian terhadap ketidakjujuran akademik siswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(1), 54-65.
- Illoh, A. R., Sari, D. S., Nihayah, M. (2021). Peran stress in strategi coping pada psychological well-being mahasiswa pandemi stress academic and coping strategy for psychological new students during pandemic. *Jurnal Prosiding Semnas*



- Psikologi, 230–242. <https://Ejurnal.Mercubuana-Yogya.Ac.Id/Index.Php/Prosidingsemnaspsikologi/Article/View/2017>
- Pujiati, M., dan Komarudin, K. (2024). Hubungan antara strategi coping dengan psychological well-being pada generasi Z. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(9), 3616-3627.
- Putra A. H, (2024) Tantangan Kesejahteraan Mental Mahasiswa di Indonesia. Diakses pada tanggal 23 Desember 2024 <https://timesindonesia.co.id/kopi-times/504197/tantangan-kesejahteraan-mental-mahasiswa-di-indonesia>.
- Putri, A. K., & Setyawan, D. (2019). Bernyanyi sebagai strategi coping mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 8(3), 112-125.
- Putri, F. A., Setyawan, N. F. B., dan Efendy, M. (2024). Hubungan career adaptability terhadap kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir di Universitas Mercubuana Yogyakarta. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 4955-4966.
- Rahmawati, N. (2020). Kajian Literatur Psikologi: Katarsis Sebagai Bentuk Ekspresif Diri Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19.
- Rahmawaty, F., Silalahi, R. P., Berthiana, T., Mansyah, B. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja: factors affecting mental health in adolescents. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(3), 276-281.
- Ramadhan, A. F., Laksmi, D. M. S., dan Wiyati, W. S. 2022. “Depresi”: Sebuah paduan suara akapela dengan penggabungan teknik musik barat dan tangga nada selendro betawi. *Melodious: journal of music*, 1(1), 19-27.
- Ramadhani, A., dan Nurwanto, M. (2023). Tingkat stres dan kecemasan akademik pada mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 32(1), 44-58.
- Rifki, N. A., Anugrah, P. R., Wibowo, B. M., Irwansyah, M. A. B., Pradana, M. B., Hudaya, R., Armiaty, Y. O. (2024). Peran olahraga lari untuk meningkatkan kesehatan fisik dan kualitas hidup terhadap mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan di universitas negeri semarang. *Jurnal Angka*, 1(2), 216-426
- Roby, T. (2017). Relasi Penguasaan Elemen-Elemen Musikal Bernyanyi Dan Kondisi Stres Dalam Konteks Kompetisi Bernyanyi: Studi Kasus Paduan Suara Mahasiswa. *Invensi*, 1(1), 50–59. <https://doi.org/10.24821/invensi.v1i1.1587>
- Salsabila, I. T. (2022). Dinamika psikologis perempuan dewasa awal yang mengalami quarter life crisis (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Santoso, H., & Dewi, L. (2022). Dinamika psikologis dalam komunitas paduan suara kampus: Studi fenomenologi di Makassar. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(1), 45-



masi, R. (2017). The relationship between social support and
of college students. *Journal of Psychological Research*, 25(1),

(2017). Pengantar Metodologi Penelitian:(statistika praktis).

ara.

- Sihombing, L. B. (2019). Manajemen seni pertunjukan: paduan suara sebagai organisasi aktualisasi diri. *Jurnal Unimed*, 28(2), 119-130.
- Stewart, N. A. J., dan Lonsdale, A. J. (2016). It's better together: The psychological benefits of singing in a choir. *Psychology of Music*, 44(6), 1240-1254.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R &D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryanto Aloysius, dan Nada Salvia. (2021). Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Citizenship Virtues*, 1(2), 83–97.
- Susanto, P. C., Arini, D. U., Yuntina, L., Soehaditama, J. P., dan Nuraeni, N. (2024). Konsep penelitian kuantitatif: populasi, sampel, dan analisis data (sebuah tinjauan pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(1), 1-12.
- Sutrisman, D. (2019). Pendidikan politik, persepsi, kepemimpinan, dan mahasiswa. Guepedia.
- Tyasrinestu, F. (2018). The Effect of Music towards the Reducing of Stress Levels in Young People. *Resital: Jurnal Seni Pertunjukan*, 19(1), 28-34.
- Vierdiana, D. 2024. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Di Kalangan Mahasiswa Perguruan Tinggi. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 7(1), 1553-1558.
- Wibowo, M., dan Djafar, M. R. F. 2023. Perbandingan metode klasifikasi untuk deteksi stress pada mahasiswa di perguruan tinggi. *Jurnal Media Informatika Budidarma*, 7(1), 153-159.
- Weinstein, D., Launay, J., Pearce, E., Dunbar, R. I., & Stewart, L. (2016). Singing and social bonding: changes in connectivity and pain threshold as a function of group size. *Evolution and Human Behavior*, 37(2), 152-158.
- World Health Organization. (2019). World leaders express strong support for WHO at G20. World Health Organization.
- Xu, C., dan Wang, Q. (2022). The relationships of creative coping and college students' achievement emotions and academic stress: the mediating role of psychological capital. *Journal Of Intelligence*, 10(4). <https://doi.org/10.3390/Jintelligence10040126>

