

DAFTAR PUSTAKA

- Addzaky, K, U. (2024). Perkembangan Peserta Didik SMA (Sekolah Menengah Atas). *Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU)*, 1(3), 75-85.
- Afifah, D. (2023). Gambaran *Self Compassion* Pada Remaja Broken Home di Kecamatan Indrapuri Kabupaten Aceh Besar. *Skripsi, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry*.
- Azwar, S. (2016). *Tes Prestasi: Fungsi Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Eliyawati., Yuline., Purwanti. (2021). Analisa Masalah Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 10 Pontianak. *Jurnal Untan*, 10(12), 1-8.
- Febrianti, V., Boediman, L, M. (2024). Strategi Self-Compassion: Mengurangi Stres di Kalangan Siswa SMA. *JIP: Jurnal Intervensi Psikologi*, 16(2), 229-244.
- Gusti, R, K., Saputera, M, D., Chris, A. (2023). Gambaran Stres Secara Umum Pada Siswa/i SMA di Jakarta. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*, 3(1), 22-29.
- Hanum, A., Agustina, M., Sarwili, I. (2024). Hubungan *Self-compassion* Dengan Tingkat Stres Dalam Menghadapi OSCE Pada Siswa-Siswi Keperawatan Kelas Akhir di SMK Kesehatan Logos. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan (JURRIKES)*, 3(1), 112-121.
- Hayati, I., Nasution, I. (2024). Implementasi Kurikulum Merdeka di Sekolah Menengah Atas: Wawasan Kepala Sekolah dan Guru. *JAMP: Jurnal Administrasi dan Manajemen Pendidikan*, 7(2), 266-280.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Hapsyah, D.R., Herdi; Hanim, W. (2023). Validitas dan Reliabilitas Instrumen Stress Akademik. *An-Nur: Jurnal Mahasiswa*, 9(1), 309-314.
- Ibrahim, A., Alang, A. H., Madi, Baharuddin, Ahmad, M. A., & Darmawati. (2018). *Metodologi Penelitian*. Makassar: Gunadarma Ilmu.
- Ilmi, Z. F. (2024). Gambaran Tingkat Stres Akademik Siswa Gen Z (Penelitian di kelas X SMK 1 PGRI Salatiga) *Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Semarang*.

- Khaira, W. (2023). Faktor Penyebab Stres Akademik Siswa Remaja. *Fitrah*, 5(1), 123-135.
- Kholili, M, I. (2020). Problematika Bimbingan dan Konseling Bidang Akademik Peserta Didik SMA: *A Systematic Literature Review (SLR)*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo*. 2(2).
- Klingle, K. E., & Van Vliet, K. J. (2019). *self-compassion from the adolescent perspective: A qualitative study*. *Journal of Adolescent Research*, 34(3), 323-346. <https://doi.org/10.1177/0743558417722768>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Muhadi, U, W., Setiawan, W., Wadi, S. (2017). *Profil SMA: Sekolah Menengah Atas, Dari Masa ke Masa*. Jakarta Selatan: Direktorat Pembinaan SMA.
- Nafisah, S. (2021). Hubungan antara *self-compassion* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Kedokteran. *Skripsi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia*.
- Nasution, N, B. (2022). Hubungan *Self-Compassion* dengan *Loneliness* Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry yang Merantau. *Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry*.
- Neff, K. (2011). *Self-compassion: The Proven Power of Being Kind to Yourself*. HarperCollins.
- Putri, E. E. (2023). Dampak Negatif Kurikulum Merdeka Belajar Terhadap Proses Pembelajaran Pada Siswa. <https://www.kompasiana.com/evelynaekaputri5737/6576dc18c57afb729f4426a2/dampak-negatif-kurikulum-merdeka-belajar-terhadap-proses-pembelajaran-pada-siswa>. 13 April 2025.
- Putri, R., Pismawenzi., Ardias, W, S. (2021). Pengaruh Self Efficacy dan Self Compassion terhadap Grit pada Komunitas Kepul. *Jurnal Psikologi Islam: Al-Qalb*, 12(2), 209-225.
- Republika. (2019). *Studi: Siswa saat ini rentan stres akademik*. Diakses dari <https://republika.co.id/berita/pvo9sn349/studi-siswa-saat-ini-rentan-stres-akademik>
- Rosanti., Purwanti., Wicaksono, L. (2022). Studi Tentang Stress Akademik Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 18 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 11(9), 1576-1583.

- Rosti, L., & Rusyid Affandi, G. (2024). Relationship between Self Compassion with Academic Burnout in SMA X Students in Sidoarjo. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 11(1).
- Santrock, J. W. (2011). *Life Span Development, Perkembangan Masa-Hidup: Edisi Ketigabelas, Jilid I*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Setiawan, C. K., Yosepha, S. Y. (2020). Pengaruh *Green Marketing* dan *Brand Image* Terhadap Keputusan Pembelian Produk *The Body Shop* Indonesia (Studi Kasus Pada *Followers Account Twitter @TheBodyShopIndo*). *Jurnal Ilmiah M-Progress*, 10(1), 1-9.
- Sihotang, A. I. (2021). Adaptasi Alat Ukur Stres Akademik untuk Remaja. *Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara*.
- Sosiady, M., Ermansyah. (2022). Analisis Dampak Stres Akademik Mahasiswa Dalam Penyelesaian Tugas Akhir (Skripsi) Studi Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Uin Sultan Syarif Kasim Riau Dan Universitas Internasional Batam Kepulauan Riau. *Jurnal El-Riyasah*, 11(1), 14-28.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. yu, & Xu, A. qiang. (2011). Educational Stress Scale For Adolescents: Development, Validity, And Reliability With Chinese Students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534–546. <https://doi.org/10.1177/0734282910394976>
- Sun, J., Dunne, M.P., Hou, X., Xu, A. (2013). Educational Stress Among Chinese Adolescents: Individual, Family, School and Peer Influences. *Educational Review*, 65 (3), 284-302. <http://dx.doi.org/10.1080/00131911.2012.659657>
- Supratiknya, A. (2014). *Pengukuran Psikologis*. Yogyakarta: Penerbit Universitas Sanata Dharma.
- Wahyuni, E., Arsita, T. (2019). Gambaran *Self-compassion* Siswa di SMA Negeri Se-Jakarta Pusat. *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 125-135.
- Wiffida, D., Dwijayanto, I, M, R., Priastana, I. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-Compassion*: Studi Literatur. *Indonesian Journal of Health Research*, 5(1), 19-23.
- Wisman, Y. (2020). Teori Belajar Kognitif Dan Implementasi Dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Ilmiah Kanderang Tingang*, 11(1), 209–215.