

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina Rahayu, B., Maulana, N., Yulianthi Maria, D., Studi Keperawatan, P., Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta, S., Ringroad Selatan Blado, J., Monumen Perjuangan, J., Lor, B., & Banguntapan, K. (2024). *PERAWAT MENGABDI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) PROGRAM MANAJEMEN STRESS BERFOKUS PADA MASALAH, EMOSI DAN RELIGIOUS COPING DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL REMAJA*. 3(1), 14–23.
<https://journal.akperkabpurworejo.ac.id/index.php/pmkep>
- Ahmad, S. A., Arief, M., Utami, G., Almira, L. A., Shalina, N., & Dahlia, D. (2022). Strategi koping pada mahasiswa pendidikan dokter selama perkuliahan daring. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 4(1), 24.
<https://doi.org/10.26555/jptp.v4i1.22122>
- Andini, E. P., Rochmawati, D. H., & Susanto, W. (2023). Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa fik yang akan menjelang akhir semester. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 2(1), 272–282.
- Anggarawati, T., Astuti, Y., Vika, A., & Putri, A. (2024). *Penerapan Manajemen Stres untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Remaja di SMPN 40 Semarang Berdasarkan Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Tahun 2022*. 2(4).
- Ardianto, Ip. (2018). *Jurnal Ilmiah Bimbingan Undiksha (Gejala Kecemasan Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Patuh)*. 9(2), 87–91.
<https://doi.org/10.24036/XXXXXXXXXX-X>
- Benjamin, L. S., & Mohammed, K. E. A. (2023). Test anxiety and academic performance: A correlational study among nursing college students. *The Journal of Palembang Nursing Studies*, 2(3), 173–178.
<https://doi.org/10.55048/jpns80>
- Chezary, L., Pitaloka, T., & Mamahit, H. C. (2021). hlm. 41-49 Problem-Focused Coping pada Mahasiswa Aktif Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 6(2), 41–49. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Fauziah, N., & Pujiastuti, H. (2020). Analisis Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Matematika. *Transformasi : Jurnal Pendidikan Matematika Dan Matematika*, 4(1), 179–188. <https://doi.org/10.36526/tr.v4i1.872>
- Harnawati, R. A. (2023). Penerapan Manajemen Stres Untuk Mengelola Stres Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 11(2), 117.
<https://doi.org/10.47218/jkpbl.v11i2.237>
- Jamilah, K., & Affandi, G. R. (2024). *The Relationship Between Stress Management And Academic Boredom and Academic Achievement Of Students Of Boarding School X In Sidoarjo*. 1–8.

- Ketut Swarjana, S.K.M., M.P.H., D. P. (2022). *Populasi Sampel Teknik Sampling dan Bias Dalam Penelitian*.
<https://books.google.co.id/books?id=87J3EAAAQBAJ&printsec=copyright&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Lemay, V., Hoolahan, J., & Buchanan, A. (2019). Impact of a yoga and meditation intervention on students' stress and anxiety levels. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 83(5), 747–752.
<https://doi.org/10.5688/ajpe7001>
- Luther Gulick. (2019). MANAJEMEN SUMBER DAYA MANUSIA Eri Susan
 1. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 9(2), 952–962.
- Mardiah, W., Hastuti, H., & Nugraha, B. A. (2022). Efektivitas Murottal Pada Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(4), 996–1013.
<https://doi.org/10.55681/sentri.v1i4.317>
- Marpaung, R. R. (2019). *Manajemen Stres Terhadap Kepuasan Kerja Guru Di Mas Modern Ta'Dib Al-Syakirin*. 5–103.
- Oktaviani, V., Santoso, M. B., & Raharjo, S. T. (2021). Pendampingan Pada Remaja Dalam Mengatasi Cemas Saat Public Speaking Menggunakan Emotional Freedom Technique, Relaksasi Imajinasi Dan Olah Tubuh. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(2), 291.
<https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.35130>
- Perceka, A. L., Ramdani, H. T., & Rusyani, H. (2023). THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC ANXIETY AND ACADEMIC SELF-MANAGEMENT IN 8th SEMESTER UNDERGRADUATE NURSING STUDENTS IN PREPARING A THESIS. *Jurnal Ners*, 7(2), 1685–1692.
<https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.19774>
- Pradipta, L. D., & Hanami, Y. (2024). *Studi Kualitatif: Pengalaman Stres dalam Kehidupan Sehari-hari dan Strategi Coping pada Remaja*. 5(September), 361–370.
- Prasetya, A. B., Naini, R., Rosada, U. D., Muyana, S., & Widyastuti, D. A. (2023). Kecemasan pada Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Bantul. *Jupe2*, 1(2), 263–270.
<https://jurnal.stikesbanyuwangi.ac.id/index.php/JUPE2>
- Rahmadi, S.Ag., M. P. . (2011). Pengantar Metodologi Penelitian. In *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical* (Vol. 44, Issue 8). [https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/PENGANTAR METODOLOGI PENELITIAN.pdf](https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/PENGANTAR%20METODOLOGI%20PENELITIAN.pdf)
- RangkutiI, H. G. (2023). Gambaran anxiety (kecemasan) dalam menghadapi kegiatan mutasi jabatan pada satuan personil polisi polres padang sidimpuan skripsi. *Jurnal Islamika Granada*, 1–91.
<http://www.penelitimuda.com/index.php/IG/article/view/129>

- Sari, P. A., & Ratmono, R. (2021). Pengaruh Kemampuan Kerja, Kompensasi, Disiplin Kerja dan Pengawasan terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. PLN (Persero) UP3 Kota Metro. *Jurnal Manajemen DIVERSIFIKASI*, 1(2), 319–331. <https://doi.org/10.24127/diversifikasi.v1i2.611>
- Sari, P., Bulantika, S. Z., Utami, F. P., & Kholidin, F. I. (2020). Pengaruh Manajemen Stress dan Kelola Emosi Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa di Masa New Normal. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 2(2), 62–67. <https://doi.org/10.51214/bocp.v2i2.44>
- Sarwono, J. (n.d.). Metode Penelitian Kuantitatif dan kualitatif. *Book*, 287. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Senarath, D. S. (2020). Examination Stress, Stress Management Strategies, and Counseling Needs of College Level Students in Sri Lanka. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 8(2). <https://doi.org/10.15640/jpbs.v8n2a3>
- Sherlina, A. P. (2024). Tingkat Kecemasan Pada Remaja Dalam Menghadapi Masa Depan. *Karimah Tauhid*, 3(1), 989–997. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v2i6.8864>
- Shrivastava, A., & Rajan, D. (2019). Assessment of Depression, Anxiety and Stress among Students Preparing for Various Competitive Exams. *International Journal of Healthcare Sciences*, 6(December), 50–72. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.10711.42406>
- Sohmaran, C., & Shorey, S. (2019). Psychological interventions in reducing stress, depression and anxiety among parents of children and adolescents with developmental disabilities: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 75(12), 3316–3330. <https://doi.org/10.1111/jan.14166>
- Suryanhi, L., & M, M. (2020). Penggunaan Lahan Dalam Meningkatkan Pendapatan Rumah Tangga Di Desa Purwosari Kecamatan Tomoni Timur Kecamatan Luwu Kabupaten Timur (Studi Kasus Kawasan Rumah Pangan Lestari (Krpl). *Jurnal Environmental Science*, 3(1). <https://doi.org/10.35580/jes.v3i1.15362>
- Thiriveedhi, S., Myla, A., Priya, C., Vuppuluri, K., Dulipala, P., & Vudathaneni, V. K. P. (2023). A Study on the Assessment of Anxiety and Its Effects on Students Taking the National Eligibility cum Entrance Test for Undergraduates (NEET-UG) 2020. *Cureus*, 15(8). <https://doi.org/10.7759/cureus.44240>
- Thoomaszen, F. W., & Murtini, M. (2019). Manajemen Stres untuk Menurunkan Kecemasan Menghadapi Nasional Siswa Sekolah Menengah Pertama. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 11(2), 79.

<https://doi.org/10.26555/humanitas.v11i2.2331>

- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., Hidayat, A., Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). Metodologi Penelitian. In *Cv Science Techno Direct*.
- Zahro, F. (2024). *the Importance of Stress Management Education in Islamic Boarding Schools: Efforts To Improve the Mental Health of Students*. 02(01), 1061–1070.
- Zhang, C., Shi, L., Tian, T., Zhou, Z., Peng, X., Shen, Y., Li, Y., & Ou, J. (2022). Associations Between Academic Stress and Depressive Symptoms Mediated by Anxiety Symptoms and Hopelessness Among Chinese College Students. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 547–556.
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S353778>
- Zheng, G., Zhang, Q., & Ran, G. (2023). The association between academic stress and test anxiety in college students: The mediating role of regulatory emotional self-efficacy and the moderating role of parental expectations. *Frontiers in Psychology*, 14(February), 1–9.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1008679>

