

DAFTAR PUSTAKA

- Alvin, N.O. (2019). *Handling Study Stress: Panduan agar anda bisa belajar bersama anak-anak anda*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Arikunto, Suharsimi, (2018) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Budu, H. I., Abalo, E. M., Bam, V., Budu, F. A., & Peprah, P. (2019). A survey of the genesis of stress and its effect on the academic performance of midwifery students in a college in Ghana. *Midwifery*, 73, 69– 77. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2019.02.013>.
- Chang, S.-M., & Lin, S. S. J. (2019). Online gaming motive profiles in late adolescence and the related longitudinal development of stress, depression, and problematic internet use. *Computers and Education*, 135, 123–137. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.02.003>.
- Chaterine, R. N. (2020, March 18). Siswa belajar dari rumah, KPAI: Anak-anak stres dikasih banyak tugas. *Detik News*. Retrieved from <https://news.detik.com/berita/d-4944071/siswa-belajar-dari-rumah-kpai-anak-anak-stres-dikasih-banyak-tugas>.
- Cohen, et al. (2007). *Metode Penelitian dalam Pendidikan*. New York. Routledge. 657 Hal.
- Corey, Gerald, 2015, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*, Cet VII, (Bandung: Refika Aditama).
- Depdiknas .2003. *Undang-undang RI No.20 tahun 2003.tentang sistem pendidikan nasional*.
- Depdiknas, 2006. *Permen Nomor 22 Tahun 2006*. Jakarta : Depdiknas.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dharsana, I Ketut. (n.d.). *Pengembangan pribadi konselor (2018th ed.)*. BK FIP UNDHIKSA.
- Dharsana, I Ketut. (2015b). *RPBK untuk pengembangan variabel terikat bakat (05 juni 2015)*. BK FIP UNDHIKSA.
- Dharsana, I Ketut. (2015c). *RPBK untuk pengembangan variabel terikat minat—1*. BK FIP UNDHIKSA.
- Dharsana, I Ketut. (2015d). *RPBK untuk pengembangan variabel terikat self -3 (2015th ed.)*. BK FIP UNDHIKSA.

- Elias. 2011. "Stress and Academic Achievement Students". *Journal of Social and Behavioral Science*, 29 (18): 646-655.
- Hallen, A. 2002. *Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers.
- Hastini, L. Y., Fahmi, R., & Lukito, H. (2020). Apakah pembelajaran menggunakan teknologi dapat meningkatkan literasi manusia pada generasi Z di Indonesia ? *Jurnal Manajemen Informatika (JAMIKA)*, 10(1), 12–28.
- Herlina, R. (2017). *Konseling dengan Pendekatan Client-centered untuk Mengmenurunkan Stres pada Remaja yang Hamil di Luar Nikah (Studi Kasus di Kelurahan Taktakan, Kecamatan Taktakan Kota Serang-Banten)* (Doctoral dissertation, Uin Sultan Maulana Hasanudin Banten).
- Hughes, R.G (2008). *Patient Safety and Quality: an evidence base handbook for nurses*.Rochville MD: Agency for Healthcare Reseach and Quality Publication
- Inayatillah, V. (2015). Hubungan antara Adversity Quotient dengan Kecenderungan Stres dalam Menyelesaikan Tugas Akhir (penulisan skripsi) pada Mahamahasiswa (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Kementrian Kesehatan. (2020). Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (COVID-19) <https://covid19.kemkes.go.id/situasi-infeksi-emerging/info-corona-virus/situasi-terkini-perkembangan-coronavirus-disease-covid-19-31-mei-2020/#.XtRqYb4xWNw>
- Lawshe,C. H.. (1975). *A Quantitive Approach to Content Validity*. Purdue University: Personnel Psychology, Inc. Hlm. 563-575.
- Marques, L. (2018, July 23). *Do I have anxiety or worry: What's the difference.* <https://www.health.harvard.edu/blog/do-i-have-anxiety-or-worry-whats-the-difference-2018072314303>
- Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic Stress Among College Students: Comparison of american and international students. *International Journal of Stress Management*, 11 (2), 132.
- Mufadhal, B, Ifdil, Mudjiran, Mawardi. E, Nilma. Z (2020). Pengembangan Modul Bimbingan Dan Konseling Utuk Pengelolaan Stres Akademik Siswa. <https://doi.org/10.29210/141700>. Diakses 27 Juli 2021.

- Muharrifah, A. 2009. Interaksi antara Remaja, Ayah, dan Sekolah Serta Hubungannya dengan Tingkat Stres dalam Menghadapi Ujian Nasional(Doctoral dissertation).
- Mulyani, B., Yulianingrum, F., & Ariani, S. R. D. (2018). Penggunaan Metode Pembelajaran Kooperatif TAI (Team Assisted Individualization) Dilengkapi Modul dan Penilaian Portofolio untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Penentuan DH Reaksi siswa SMA Kelas XI Semester I.
- M. C., Brunello, N., & Tascetta, F. (2019). Modulation of neuroplasticity-related targets following stress-induced acute escape deficit. *Behavioural Brain Research*, 364, 140–148. <https://doi.org/10.1016/j.bbr.2019.02.023>
- Nurmaliyah, F. 2014. Menurunkan Stres Akademik Siswa dengan Menggunakan Teknik Self Instruction. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, (Online), Vol. 2, No.3 hal 273-282.
- Papalia, D. E., Old, S.W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development: Psikologi perkembangan*. Terjemahan oleh A. K. Pathmanathan, V. V., & Husada, M. S. (2012).
- Pat Walker Health Center, University of Arkansas. (n.d.). COVID-19 workshop: How to manage your anxiety effectively. <https://health.uark.edu/coronavirus/caps-covid-19-resources-anxiety-workbook.pdf>
- Psychology Tools Limited. (n.d.) *Living with worry and anxiety amidst global uncertainty*. <https://www.psychologytools.com/download/28612/>
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia no.30 tahun 1990 tentang pendidikan tinggi.
- Sarleni, R, Herman.N & Marjohan (2016). Pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling yang dapat digunakan Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor untuk Peningkatan Self-Esteem. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>. Diakses 27 Juli 2021.
- Shukla, T., Dosaya, D., Nirban, V. S., & Vavilala, M. P. (2020). Factors extraction of effective teaching-learning in online and conventional classrooms. *International Journal of Information and Education Technology*, 10(6), 422–427.

- Sinha, Sharma, & Mahendra. (2001). Development of a scale for assessing academic stress: a preliminary report. *Journal of the Institute of Medicine*.
- Strielkowski, W. (2020). COVID-19 recovery strategy for tourism industry. *COVID-19 recovery strategy for tourism industry*. March, 1–3. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.19039.82086>
- Sukartini, T., Widyawati, I. Y., & Sari, Y. I. (2008). Progressive muscle relaxation meningkatkan aliran ekspirasi maksimum penderita penyakit paru obstruksi kronis (Progressive Muscle Relaxation Increase Peak Expiratory Flow Rate on Chronic Obstructive Pulmonary Disease Patients) *Progressive muscle relaxati* .*Journal Ne*, 3(1), 8–13.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Szalavitz, M. (2011). "Tapping Potential: Stand and Deliver". *Psychology Today*. 50-54.
- Taufik & Ifdil. (2013). "Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang". *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1 (2), 143-150.
- Yusuf, Syamsu. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

