

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah A., & Rahmat, A. (2021). Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan. *Attadib: Journal of Elementary Education*, Vol. 5 (1).
- Anggraini, D. V.(2018). Faktor Penyebab Stres Akademik Pada Siswa (Studi Deskriptif Pada Siswa Kelas 4 dan 5 SD Bentara Wacana Muntilan).
- Azwar, A. (2009). Pengantar Administrasi Kesehatan, Edisi ketiga, Jakarta: Bina Putera Aksara.
- Amiza, S., Hafnidar, H., & Muna, Z. (2026). Gambaran stres akademik pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Bireuen. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(4).
- Badan Narkotika Nasional. (2023). Program sekolah bersih narkoba (Bersinar). Jakarta: BNN RI.
- Barseli, M., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2018). Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 40-47.
- Bawuna, N.H., Rottie, J., & Onibala, F. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Sam Ratulangi. *e-Journal Keperawatan (e-Kp)*, Volume 5, Nomor 2,. 1-8.
- Busari, A.O. (2011). *British Journal of Humanities and Social Sciences: Stress Inoculation Techniques in Fostering Adjustment to Academic Stress among Undergraduate Students*. Volume 1.No. 2.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior*. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Desmita. (2012). Psikologi Perkembangan Peserta didik. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya offset.
- Goleman, D. (2000). *Emotional intelligence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Govaerts, S., & Grégoire, J. (2004). *Stressful academic situations : Study on appraisal variables in adolescence*. *British Journal of Clinical Psychology*, 54.
- Gunarsa, S. D. (2008). Psikologi perkembangan anak dan remaja. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hafnidar, Humaira, S., & Astuti, W. (2024). Gambaran stres akademik pada mahasiswa Indonesia bagian timur di Provinsi Aceh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(4).
- Harahap, M. (2016). Esensi Peserta Didik dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Jurnal Al-Tharigah*, 01(02), 140-1554
- Hastuti Tri Ani. (2008) Kontribusi Ekstrakurikuler Bola basket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*: Volume 1 Nomor 1.
- Hayati, R. (2023). Gambaran Stress Akademik Mahasiswa Bimbingan Konseling. *JUANGA: Jural Agama dan Ilmu Pengetahuan*, Volume: 9 No. 01.

- Hurlock, E. B. (2011). Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (Edisi ke-5). Erlangga.
- Indriani, T. (2021). Gambaran Stres Akademik Saat Pembelajaran Jarak Jauh (Pjj) Pada Siswa Di Smk Negeri 1 Godean Tahun Pelajaran 2020/2021. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 1.
- Kamaliah. (2021). Hakikat Peserta Didik. *EDUCATIONAL JOURNAL: General and Specific Research*, 01(01), 49-55
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2013). Pedoman pembinaan remaja masjid. Jakarta: Kemenag RI.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2016). Kamus besar bahasa Indonesia daring. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2014). Panduan kegiatan ekstrakurikuler. Jakarta: Kemendikbud.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2015). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 23 Tahun 2015 tentang Penumbuhan Budi Pekerti. Jakarta: Kemendikbud.
- Kementerian Pendidikan Nasional. (2008). Kamus besar bahasa Indonesia (Edisi ke-4). Gramedia Pustaka Utama.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2021). Kebijakan Merdeka Belajar dan penguatan muatan lokal. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). Panduan penguatan profil pelajar Pancasila. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2023). Pedoman pencegahan dan penanganan kekerasan di satuan pendidikan. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Kusuma, S. W. & Suwanti (2015). Hubungan antara Kestabilan Emosi dengan *School Stress* pada Peserta Didik. *Psycho Idea*, 2, 39-46.
- Lal, KKrishan. (2014). *Academic stress among adolescent in relation to intelligence and demographic factors. American International Journal of Research in Humanities, Arts and Social Sciences*, 5(1), 123-129.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Livia, & Maria. (2021). *Academic stress among high school students*. *Journal of Educational Psychology*, 13(1), 45-53.
- Nabalis, A. I. (2016). *Stress psikologis pada remaja. Journal of Holistic and Traditional Medicine*, 1(2), 31-36.
- Nazir. (2014). Metode Penelitian. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Nisrinah, N., Mus, S., & Basri, S. (2022). Pengelolaan Layanan Ekstrakurikuler. *Jambura Journal* <https://doi.org/10.37411/jjem.v32.1450>
- Nurfallah, W. & Aliza, N. (2022). Perbandingan Tingkat Stres Berorganisasi Internal Remaja Berdasarkan Tipe Kepribadian Di PPM MBS Putri Yogyakarta. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 6(1), 75-92.
- Palang Merah Indonesia. (2016). Pedoman Palang Merah Remaja. Jakarta: PMI.

- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2011). *Human development* (11th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Priyatno, D. (2011). Buku saku analisis statistik data SPSS. MediaKom.
- Rahmadani, C. S. M. (2014). Hubungan antara sense of humor dengan stres akademik pada siswa kelas akselerasi SMA Negeri 1 Bireuen (Skripsi, Universitas Medan Area).
- Rao, S. N. (2008). *Counseling and guidance*. New Delhi: Tata McGraw-Hill.
- Republik Indonesia. (2010). Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2010 tentang Gerakan Pramuka. Jakarta: Sekretariat Negara.
- Rice, F. P. (1999). *The adolescent: Development, relationships, and culture* (9th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Rohman, A (2019). Hubungan antara tingkat stres dan status sosial ekonomi orang tua dengan perilaku merokok pada remaja. Diss. Universitas Negeri Malang.
- Rohmatillah, W., & Kholifah, N. (2021). Stress akademik antara laki-laki dan perempuan siswa school from home. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 8(1), 38-52.
- Safira, L., & Hartati, M. T. S. (2021). Gambaran Stres Akademik Siswa SMA Negeri Selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). VOLUME 8 NOMOR 1.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development: Perkembangan Masa. Hidup* Jilid I. (B. Widiasinta, Penerj.) Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Saqib, M., & Rehman, K. U. (2018). *Impact of stress on students academic performance at secondary school level at District Vehari. International Journal of Learning and Development*, 8(1), 84-93.
- Sarwar, S. (2016). *Infuence of Parenting Style on Childrens Behaviour. Journal of Education and Education Development*. Date Written: December 1, 2016.
- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence* (17th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). John Wiley & Sons.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (8th ed.). John Wiley & Sons.
- Selye, H. (1976). *The stress of life* (Rev. ed.). McGraw-Hill.
- Selye, H. (1981). *Stress Dalam Hidup Kita; Buku IV*. Jakarta : PUSDIKNAKES DEPKES RI.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Slamet., S., & Makam, S. (2003). *Pengantar Psikologi Klinis*, Jakarta: UI Press.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Penerbit. Alfabeta: Bandung.
- Sutisna, O. (2019). Landasan Teori Kegiatan Ekstrakurikuler. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699.

- Suyono, S., Triyono, T., dan Handarini, D. M. (2016). "keefektifan teknik relaksasi untuk menurunkan stres akademik siswa SMA". *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 4(2), 115-120.
- Syahroni, H. (2021). Stres akademik dan motivasi belajar siswa SMA Negeri Olahraga Jawa Timur. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(4), 204–213.
- Tamara, J. & Chris, A. (2018). Hubungan stres dengan prestasi akademik di SMA Diakonia Jakarta. *Jurnal Tarumanagara Medical*, Vol. 1, No. 1
- Tharaba, M. F. (2019). Membangun Budaya Mutu Sebagai Implementasi Penjaminan Mutu Dalam. Retrieved from <http://repository.uin-malang.ac.id/4722/1/4722.pdf>
- Wanda, R. A., Hafnidar, & Safarina, N. A. (2025). Faktor yang memengaruhi stres akademik pada mahasiswa yang memiliki masa studi lebih dari empat tahun di Universitas Malikussaleh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(4)
- Yulinawati, I., Bariyyah, K., & Permatasari, D. (2018). Pengembangan Inventori Stres Akademik Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri Kota Malang. *Jurnal Konseling Indonesia*, 4(1), 30-35.