

DAFTAR PUSTAKA

- A tziza,Rossadea. “Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran”
Jurnal Kedokteran, Vol.2 (Agustus,2015) 317.
- Agus, Achdiat dkk. “*teori dan Managemen stres: Kontemporer dan Islam*” (Malang: taroda, 2008) 40-42.
- Arikunto, Suharsimi. “*Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*” (Jakarta: Rineka Cipta, 2006) 149
- Arikunto, Suharsimi. “*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*” (Jakarta: Rineka Cipta) 134.
- Aswar, Saifudin. “*Dasar-Dasar Psikometri*” (Yogyakarta Pustaka Pelajar,2014) 52.
- Aula, Achmad Chasina. “Paradigma Kesehatan Mental”, UNAIR NEWS, 5 Agustus 2022.
- Azwar S. “*Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*” (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003) 43.
- Dyah Budiastuti & Agustinus Bandar, “*Validita dan Reliabilitas Penelitian*” (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2018) 211.
- Edward, Safarino. “*Health Psychology: Biopsychological Interactions*” (USA: Jho Wiley dan Sons, 2006.
- Farida, Haryuni. “Hubunga Antara Kasih Diri Terhadap Stres Pada Mahasiswa Penulis Skrips ”, Bimbingan Konseling Islam, Vol (20 Desember 2019), 1.
- Fitri Fusiah & Julianti Widury, “*Psikologi Abnormal*” (Jakarta: UI Press, 2007) 9-10.
- Hanum Hasmarlin dan Hirmaningsih, “Self-compassio dan regulasi emosi pada remaja”. Jurnal Paikologi 15 (2), 2019.
- Jarwono, Jonathan. “*Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*” (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006) 209.
- Kusuma, Risma Widya Candra. “Hubungan Antara *Self Compassion* dengan stres pada mahasiswa yang menyusun skripsi” Skripsi, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya (2021)
- Mashudi, Farid. “*Psikologi Konseling*” (Jogjakarta: Ircisod, 2012) 193.
- Meredith L dkk. “*Self compassion, , Self Regulation, and Health*” *Self identity ; Psychology Press* (2011)
- Mulyaddin, Achmad dkk, “hubungan tingkat ketahanan kardiorespirasi (V02 max) dengan tingkat stress pada mahasantri putrapondok pesantren internasional KH. Masmansur Universitas Muhammadiyah Surakarta” Univesitas Muhammadiyah Surakarta, 2015.
- Musradinur. “Stres dan Cara Mengatasinya dalam Prespektif Psikologis”, Jurnal Edukasi, Vol.2 (Juli, 2016).
- Neff, K. D & Me GeHee. “ *Self Compassion and Psychological Resilience Among Adoldescents and Young Adullts*” (*Self and Identity*; 2010).

- Neff, K.D “*An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself: self and identity*”, *Psychogy*; 2003
- Neff, Kristin. “*Self compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself*” Pstchology Press and Identity:203.
- Neff, Kristin. “*Self-compassion (Stop Beating Yourself Up and Leave Insecurity Behind)*” Hampers Collins e book: 2015.
- Neff, Kristin. “*Self compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself*” Pstchology Press and Identity: 2003.
- Putri Diah Ayu Lestari dan Annastasia Ediati, “hubungan antara self-compassion dengan tingkat stress pengasuhan pada orang tua dimasa pandemic covid-19” *Jurnal Empati* 10 (4), 2021.
- Putri Diah Ayu Lestari dan Annastasia Ediati, “hubungan antara self-compassion dengan tingkat stress pengasuhan pada orang tua dimasa pandemic covid-19” *Jurnal Empati* 10 (4), 2021.
- Putri, Adisty Wismani dkk. “Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental) Vol 2, No 2 (2015).
- Putri, Ridho Sucinindyas. “Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Stres Pada Mahasiswa Magister Profesional Psikologi”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol.8 (Desember,2012) 87.
- Saekan, Muhammad. “*Metodologi Penelitian Kualitatif*” (Kudus, Nora Media Enterprise, 2010) 91.
- Sandu Siyoto & M.Ali Sodik. “*Dasar Metodologi Penelitian*” (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 19.
- Sanjaya, Wina. “*Penelitian Pendidikan*” (Jakarta: PT Fajar Interpratama Mandiri, 2014) 225.
- Sarafinto (dalam Siti Hajar, Skripsi: “*Hubungan antara Dukungan Sosial yang Diperoleh dari Dosen Pembimbing Utama dengan Stres Akademik dalam Menulis Skripsi Pada Mahasiswa*” (Malang: Universitas Negeri Malang,2011)25.
- Siregar, Sofian. “*Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif Dilengkapi Dngan Perhitungan dan Plikasi SPSS Versi 17*” (PT Bumu Aksara, 2014) 63.
- Siswanto, Kesehatan Mental, “*Cakupan dan Perkembangannya*” (Yogyakarta: ADI OFFSET, 2007) 50.
- Siswanto. “*Kesehatan Mental, Cakupan dan Perkembangannya*” (Yogyakarta:Andi offset, 2007)50.
- Sugiono & Agus Susanto. “*cara mudh belajar SPSS dan lisrel*” (Bandung: Alfabeta, 2015) 113.
- Sugiyono. “*Metode Pendekatan Kuantitatif dan R&D*” (Bandung: Alfabeta, 2011,7) hal 93.
- Sugiyono. “*Statistik untuk Penelitian*” (Bandsung: Alfabeta, 2008) 211-23
- Suharismi, Arikunto. “*Prosedur Pendekatatan Sebuah Praktik*” (Jakarta: Rineka Cipta, 2011).
- Sumanto. “*Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan*” (Yogyakarta: Andi Offiset, 1995) 240.

- Surya, Balqis Rahmania. "Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasantri di Pondok Pesantren Syaful Rohman Wilayah Sumpalsari Jember" Universitas Muhammadiyah Jember. Skripsi (2020).
- Syarafinto (dalam Siti Hajar, Skripsi: "*Hubungan Antara Dukungan Sosial Yang Diperoleh Dari Dosen Pembimbing Utama Dengan Stres Akademik Dalam Menulis Skripsi Pada Mahasiswa*") (Malang: Universitas Negeri Malang, 2011) 25.
- Tanzeh, Ahmad. "*Pengantar Metode Penelitian*" (Yogyakarta: Teras, 2009), hal. 100.
- Taylor. "*Health Psychology*" (New York: McGraw-Hill, 2003).
- Turheni Komar, *PENGEMBANGAN PROGRAM STRATEGI COPING STRESS KONSELOR (Studi Deskriptif Terhadap Konselor di SMP Negeri Bekasi Tahun Ajaran 2010/2011)* 136
- W.F, Maramis. "Ilmu Kedokteran Jiwa" (Surabaya: Airlangga University Press, 2004).
- Werner, Kelly H dkk. "*Self compassion and social anxiety disorder*", *Anxiety Stress and Coping* Vol. 25 No. 5 (2012).
- Widiyastari, Ulfa. "Hubungan antara rasa syukur dengan stress akademik pada santri pondok pesantren An-Nur Yogyakarta" Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2019.
- Wuryaningsih, Emi Wuri. "Gambaran Masalah Kesehatan Jiwa Mahasiswa Pondok Pesantren Al-Husna Jember" *Jurnal Universitas Jember*, (November, 2018).
- INFODATIN (Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI), "SITUASI KESEHATAN Jiwa DI Indonesia" 5 Agustus 2022. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/InfoDatin-Kesehatan-Jiwa.pdf>
- KOMPAS.com "WHO: Hampir 1 Miliar Orang di Dunia Alami Gangguan Kesehatan Mental" 5 Agustus 2022. <https://www.kompas.com/sains/read/2022/06/20/193000823/who--hampir-1-miliar-orang-di-dunia-alami-gangguan-kesehatan-mental>
- Tasya Talitha, "Apa itu Kesehatan Mental & Pentingnya Kesehatan Mental", *Gramedia Blog*, 5 Agustus 2022, <https://www.gramedia.com/best-seller/kesehatan-mental/>