

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, E., & Septianawati, E. (2023). PEMODELAN STRUCTURAL EQUATION MODELING (SEM) PADA MEKANISME DISTRESS MAHASISWA NON-SAINS TERHADAP MATA KULIAH STATISTIKA. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(2), 186–203.
- Afnan, Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN STRESS PADA MAHASISWA YANG BERADA DALAM FASE QUARTER LIFE CRISIS. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23–29.
- Afrizawati, Anggraini, R., & Nurhayati. (2021). HUBUNGAN KONSEP DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL DENGAN SELF REGULATED LEARNING DI ERA PANDEMI COVID-19. *Jurnal As-Said*, 1(2), 13–24.
- Agolla, J. E., & Ongori, H. (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students : The case of University of Botswana. *Educational Research and Review*, 4(February), 63–70.
- Al-Jawy, A. S. (2012). *Amalan Satu Jam Memperlancar Rezeki dengan Muhasabah*. Al-Maghfirah.
- Alwi, M., & Suryani, T. (2019). Pengaruh Muhasabah Terhadap Ketenangan Psikologis Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islam dan Kesehatan Mental*, 4(2), 133–145.
- Ardani, T., X, Y, Z, & A. (2007). *Psikologi Abnormal* (2nd ed.). Lubuk Agung.
- Astuti, F. (2022). *Statistika Psikologi (Analisis Data dengan SPSS)*. Litrus.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi* (Ed. 2). Pustaka Pelajar.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard university press.
- Cahyani, A. R. (n.d.). *Pengaruh Teknik Self Control Dengan Muhasabah Untuk Menurunkan Kecanduan Permainan Judi Online Pada Seorang Remaja Di Jombang*. UINSA.
- Cohen, S., & T. A. Wills. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Covey, S. R. (1989). *The 7 Habits of Highly Effective People*. Simon & Schuster.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage.
- 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.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140.
- Fitriana, N. (2020). Pengaruh self-control terhadap stres akademik pada mahasiswa semester akhir. *Jurnal Psikologi Insight*, 2(1), 20–29.
- Frankl, V. E. (2016). *Man's search for meaning* (Edisi Terjemahan). Jakarta: Noura Books.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25* (9th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruz media.
- Goleman, D. (2006). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam.
- Gross, J. J. (2007). *Handbook of emotion regulation*. Guilford publications.
- Hasanah, S. A. (2018). KONSEP MUHASABAH DALAM AL-QUR 'AN Telaah Pemikiran al-Ghazali. *Al-Dirayah*, 1(1), 57–65.
- Hens, W. (n.d.). *A Dictionary of Modern Written Arabic*. Weisbaden Otto Harrassowitz.
- Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif Dan Mixed Methode* (S. Pertama (ed.)). Hidayatul Quran Kuningan.
- Iba, & Wardhana. (2023). *Operasionalisasi Variabel dalam Penelitian Kuantitatif*. Eureka Media Aksara.
- Indrawan, R., & Yaniawati, R. P. (2014). *Metodologi Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif dan Campuran untuk Manajemen, Pembangunan dan Pendidikan*. PT Rafika Aditama.
- Indriani, N. (2020). Hubungan antara kebiasaan muhasabah dengan tingkat stres akademik mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islam Indonesia*, 3(1), 45–53.
- Kali, A. M. Al. (1989). *Kamus Indonesia-Arab*. Bulan Bintang.
- Kamuli, S., Latore, S., Sahi, Y., Sosiologi, J., Sosial, F. I., & Gorontalo, U. N. (2023). Implikasi Konflik Partai Politik Terhadap Paradigma Pemilih Pemula Menjelang Pemilu 2024: Studi Pada Mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo. *JIMPS: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah*, 8(3), 3158–3170.
- Kriyantono, R. (2007). *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Prenada Media Group.

- Lazarus, R. S. (1976). *Cognitive therapy of depression*. Basic Books. (Block & Block).
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Liana, L. (2009). Penggunaan MRA dengan Spss untuk Menguji Pengaruh Variabel Moderating terhadap Hubungan antara Variabel Independen dan Variabel Dependen. *Jurnal Teknologi Informasi DINAMIK*, XIV(2), 90–97.
- Mardziah, A. (n.d.). *Tesis Konsep Muhasabah diri menurut Imam Al-Ghazali*.
- Mutiara. (2021). *Studi Identifikasi Faktor Penyebab Stres Akademik Pada Siswa SMA Swasta Budisatrya Medan* [Universitas Medan Area]. <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/15517>
- Ningrum, A. P. (2019). *Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah untuk menanamkan kedisiplinan pada seorang siswa yang sering terlambat di SMPN 13 Surabaya*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Nugraheni, R. F., & Rahmawati, D. (2022). Korelasi antara muhasabah dan resiliensi mahasiswa dalam menjalani perkuliahan di masa pandemi. *Jurnal Konseling Religi*, 13(1), 11–21.
- Nurfajri, N., Setiawan, C., & Rismanto, F. (2023). Pengaruh Muhasabah terhadap Self Control di Fase Dewasa Awal (Studi Kasus pada Angkatan 2017 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung). *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, 3(1), 67–92. <https://doi.org/10.15575/jpiu.v3i1.19430>.
- Nurhayati, S. (2018). Hubungan self-control dengan stres akademik pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 4(1), 12–21.
- Potter, Patricia, & Perry, A. (2005). *Fundamentals of Nursing*. MO: Mosby.
- Pratisti, W. D. (2013). Peran orangtua dalam perkembangan kemampuan regulasi emosi anak : model teoritis. *Prosiding Seminar Nasional Parenting*, 322–333.
- Ramadhan, H., & Oktariani. (2022). GAMBARAN TINGKAT STRESS AKADEMIK PADA MAHASISWA AKHIR YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI. *Journal Education of Batanghari*, 4(10), 1–8.
- Ridan, & Bangsawa, I. (2021). *Konsep Metodologi Penelitian Bagi Pemula*. Anugrah Pratama Press.
- Riduwan. (2010). *Metode & Teknik Menyusun Proposal Penelitian*. Alfabeta.
- Santrock, J. W. (2002). *Perkembangan Masa Hidup*. Erlangga.

- Sari, R. P., & Yuniarti, S. (2019). Peran muhasabah dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 10(2), 105–114.
- Serafino, E. P. (n.d.). *Health Psychology* (5th ed.). John Wiley & Sons, Ltd.
- Siregar, I. K. (2022). The pressure of academic stress and self-efficacy among student. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(3), 394–398.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X., & Xu, A. (2019). Journal of Psychoeducational. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534–546. <https://doi.org/10.1177/0734282910394976>.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–324.
- Wahyuni, S. (2016). Muhasabah sebagai upaya mengurangi kecemasan dalam menghadapi ujian. *Jurnal Konseling Religi*, 7(1), 21–30.
- Waruwu, M. (2023). Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2896–2910.
- Yusuf, S. (2010). Psikologi perkembangan anak dan remaja. Bandung: Remaja Rosdakarya.