

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, N. (2019). Gambaran Stress Akademik dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 6(2), 241–250. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i2.art.p241-250>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Andini, Suparto, T. A., Dharmansyah, D., Puspita, A. P. W., & Adam, R. J. (2025). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan FPOK UPI. *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic*, 3(1), 25–33.
- Ardiansyah, F., & Lestari, R. (2024). *Pengaruh Optimisme dan Resiliensi Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Muslim*. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Arhamika, D. (2018). *Stress-related Growth Pada Mahasiswa Kedokteran Ditinjau Dari Optimisme dan Dukungan Sosial*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Arnold, A., Gaum, P. M., & Lang, J. (2025). The Role of Optimism and Self - Efficacy in the Relationship between Academic Stress and Depressive Symptoms in Medical Students Including the Use and Knowledge of Structural Health Promotion Offers. *Medical Science Educator*, 35(2), 807–822. <https://doi.org/10.1007/s40670-024-02240-4>
- Azizah, A. H. (2023). *Hubungan Stres Akademik dengan Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Gadjah Mada*. (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.

<https://doi.org/10.29210/119800>

Bartlett, M. L., Taylor, H., & Nelson, J. D. (2016). Research Briefs Comparison of Mental Health Characteristics and Stress Between Baccalaureate Nursing Students and Nonnursing Students. *Journal of Nursing Education*, 55(2), 2014–2017. <https://doi.org/10.3928/01484834-2016xxxx-xx>

Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 2(2), 1–9. <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>

Carveth, J. A., Moss, N., & Gesse, T. (1996). Survival Strategies For Nurse-Midwifery Students. *Journal of Nurse-Midwifery*, 41(1), 50–52.

Dahlan, M. S. (2014). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Epidemiologi Indonesia.

Damayanti, F. E., Dayu, G. O., & Sholihin. (2023). Studi Korelasi Tingkat Stres dengan Optimisme Mahasiswa Keperawatan dalam Menyelesaikan Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Malang*, 8(2), 419–434. <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW>

Dewi, A., Wiratmo, P. A., Mussyarifah, R. F., & Pamungkas, I. G. (2024). Academic Stress of Final-Year Students of the Nursing Study Program: a Cross-Sectional Study With Their Sleep Quality. *Klabat Journal of Nursing*, 6(2), 33. <https://doi.org/10.37771/kjn.v6i2.1172>

Effendi, N. W., Pratitis, N. T., & Kusumandari, R. (2025). Optimisme dengan Academic Adjustment pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01), 262–269.

Fauziah, F. N., & Wahyuni, E. (2021). Optimisme Mahasiswa: Kebutuhan Web-Based Acceptance and Commitment Therapy Untuk Meningkatkan Optimisme. *Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 127–135. <https://doi.org/10.21009/insight.102.04>

- Gadzella, B. M. (1994). Student-Life Stress Inventory: identification of and reactions to stressors. *Psychological Reports*, 74(2), 395–402. <https://doi.org/10.2466/pr0.1994.74.2.395>
- Gatari, A. (2020). Hubungan stres akademik dengan flow akademik pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(1), 79–89. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11739>
- Giyartiningtiyas, V. P. (2025). Studi Literatur: Dukungan Sosial Sebagai Faktor yang Berperan Penting Dalam Menurunkan Stres Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2), 7518–7523.
- Gomathi, S., Jasmindebora, S., & Baba, V. (2017). Stress and Both Negative and Positive Events in Our Lives Such. *International Journal of Innovative Research and Advanced Studies (IJIRAS)*, 4(4), 107–110.
- Hamzah, B., & Hamzah, R. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Stikes Graha Medika. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(2), 59–67.
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*, 2(1), 73. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Hutasoit, D. M., Mendrofa, I. J., Arkianti, M. M. Y., & Diannita, C. G. (2024). Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat Dua. *Jurnal Keperawatan Malang (JKM)*, 09(01), 58–66.
- Ilham, N. F., & Lukman. (2024). Pengaruh Optimisme Terhadap Stres Akademik Pada Siswa SMAN 1 Polewali. *ENTINAS: Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Pembelajaran*, 2(2), 310–330.
- Ismail, I. (2025). Tingkat Stres, Sumber Stres, dan Strategi Koping Mahasiswa: Sebuah Analisis Profil di Lingkungan Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 5(2), 139–147.

Kemdiktisaintek. (2026). Pedoman Pendaftaran KIP Kuliah 2026. *Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, Dan Teknologi Republik Indonesia*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional. In *Komisi Etik Penelitian dan Pengembangan Keseheatan Nasional*. Lembaga Penerbit BALITBANGKES.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Apakah “Stres” Itu?*
<https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/apakah-stres-itu>

Keperawatan UGM. (2019). *Panduan Akademik TA 2019/2020*. Program Studi Ilmu Keperawatan FK-KMK UGM.

Koerniawan, D., Daeli, N. E., & Srimiyati. (2020). Aplikasi Standar Proses Keperawatan: Diagnosis, Outcome, dan Intervensi pada Asuhan Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 739–751.

Lameky, V. Y., & Pugesehan, D. J. (2021). Gambaran Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Kristen Indonesia Maluku di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal PenelitianKesehatan Suara Forikes*, 12, 76–80. <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>

Legiran, Azis, M. Z., & Bellinawati, N. (2015). Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(2), 197–202.

Lestari, D. P., & Ahmadi, M. A. (2024). Hubungan Time Management dan Stress Akademik Terhadap Program Kerja Organisasi. *Journal of Exploratory Dynamic Problems*, 1(4), 140–147. <https://doi.org/10.31004/edp.v1i4.107>

Lin, Y. M., & Chen, F. S. (2009). Academic stress inventory of students at universities and colleges of technology. *World Transactions on Engineering and Technology Education*, 7(2), 157–162.

- Lisa Dwi Lastary, & Anizar Rahayu. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau yang Berkuliah Di Jakarta. *Ikraith-Humaniora*, 2(2), 17–23.
- Majeed, N. M., Tan, J. J. X., Tov, W., & Hartanto, A. (2021). Dispositional optimism as a buffer against emotional reactivity to daily stressors : A daily diary approach. *Journal of Research in Personality*, 93, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2021.104105>
- Manery, D. E., Zuneldi, T., Embisa, Y. A., Ukratalo, A. M., & Pattimura, N. (2024). Gambaran Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Keperawatan STIKES Pasapua Ambon Tahun 2024. *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(3), 193–206.
- Mathur, R., & Sharma, R. (2015). Academic stress in relation with optimistic and resilience. *International Research Journal of Interdisciplinary & Multidisciplinary Studies (IRJIMS) A Peer-Reviewed Monthly Research Journal*, 1(7), 129–134.
- Monica, N., Andani, R. F., & Mulyeni, S. (2026). Analisis Manajemen Waktu terhadap Produktivitas Mahasiswa. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 4(1), 90–102.
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 75–83. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Nadhila, Nurjannah, Musadir, N., Ishak, S., & Zahra, Z. (2020). Korelasi Jenis Strategi Koping dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala. *Junral Kedokteran Nanggroe Medika*, 3(2), 7–14.
- Nappoe, B. C., & Triwahyuni, P. (2025). Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 7(2), 342–349.
- Nasution, A. S., Ghifari, F. A. Al, Abdilah, M. A., & Purwantini, L. (2024).

Pengaruh Optimisme Dan Kemampuan Penyelesaian Masalah Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Mahasiswa. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(1), 133–150. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i1.183>

Nathania, K., Edwina, O. I. P., & Fanuel, M. (2018). Hubungan antara Optimism dan Academic Adjustment Mahasiswa Semester Tiga Fakultas Psikologi di Universitas “X” • Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 2(1), 49–62. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v2i1.1045>

Nes, L. S. (2016). Optimism, Pessimism, and Stress. In *Stress: Concepts and Cognition, Emotion, and Behavior*. Elsevier Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00052-2>

Norma, Widiyanti, E., & Hartiningsih, S. S. (2021). Cause factors, stress level and academic stress impact in students due to online learning systems the covid-19 pandemic. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(4), 625–634.

Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.

Nugraheni, A. K. (2012). Stres Akademik dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa Tingkat Pertama dan Mahasiswa Tingkat Akhir (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

Prakosa, H. (1996). Cara Penyampaian Hasil Belajar Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Mahasiswa. In *Jurnal Psikologi* (Vol. 2, pp. 11–21).

Priyono, J. N. D. (2018). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Optimisme pada Mahasiswa yang Telah Menyelesaikan Skripsi* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

Purnamasari, H., Kurniawati, F., & Rifameutia, T. (2022). Systematic Review: A Study of College Adjustment Among First-Year Undergraduates. *Buletin Psikologi*, 30(2), 187–209. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.71892>

- Puspita, J. eka, & Puspitadewi, N. W. S. (2026). Hubungan Antara Optimisme Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Scripta Humanika : Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 1(4), 13–21.
- Rahmawati, Y. D., & Utami, N. I. (2024). Optimisme Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Peserta Merdeka Belajar-Kampus Merdeka (MBKM). *Dinamika Psikologis: Jurnal Ilmiah Psikologis*, 1(1), 115–125. <https://doi.org/10.26486/jdp.v1i2.4264>
- Raja, F. S., Padilah, D. N., & Purwantini, L. (2025). Pengaruh Optimisme Terhadap Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Semester 1-5. *Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU)*, 2(2), 428–438. <https://doi.org/10.61722/jinu.v2i2.3753>
- Ridwan Barari, W. (2019). Optimisme dan Strategi Koping pada Remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial. *Acta Psychologia*, 1(2), 106–114. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Rivaldi, A. Al. (2024). Analisis Faktor Penyebab Stres Pada Mahasiswa dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(4), 11–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/detector.v2i3.4378>
- Rosyidah, I., Efendi, A. R., Arfah, M. A., Jasman, P. A., & Pratami, N. (2020). Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Unhas. *Abdi*, 2(1), 33–39. <https://core.ac.uk/display/287297367?msclid=547abde7a93211ec9abc57c66c7fa12a>
- Saniya, & Wahyuni, D. A. (2024). Fenomena Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Di Pekanbaru. *JKA (Jurnal Keperawatan Abdurrahman)*, 08(01), 60–63.
- Sastroasmoro, S. (2014). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. CV. Sagung Seto.
- Schueller, S. M., & Seligman, M. E. P. (2008). Optimism and Pessimism. *Risk*

Factors in Depression, 171–194. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-045078-0.00008-3>

Seligman. (2006). *Learned Optimism : How to Change Your Mind and Your Life*. Vintage books.

Seligman. (2008). *Menginstal Optimisme (Terjemahan : Budhy Yogapranata)*. Momentum.

Sinaga, H., Lubis, M., Silalahi, R., & Simatupang, T. N. D. (2025). Pengaruh Adaptasi Mahasiswa Baru Terhadap Metode Pembelajaran pada Kesehatan Mental dan Fisik Mahasiswa di Fakultas Keolahragaan. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Ekonomi*, 4(1), 74–85. <https://doi.org/10.55606/jurrie.v4i1.4424>

Sosiady, M., & Ermansyah, E. (2020). Analisis Dampak Stres Akademik Mahasiswa Dalam Penyelesaian Tugas Akhir (Skripsi) (Studi Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Uin Sultan Syarif Kasim Riau Dan Univeristas Internasional Batam Kepulauan Riau). *Jurnal El-Riyasah*, 11(1), 14–28. <https://doi.org/10.24014/jel.v11i1.8961>

Sukadiyanto. (2019). Stress dan Cara Mengatasinya. *Cakrawala Pendidikan*, 29(1), 55–66.

Sunarni, T., Husaini, A., & Pratama, Y. D. (2017). Analisis Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Dalam Mengikuti Sistem Pembelajaran Blok. *SAINTEK : Jurnal Ilmiah Sains Dan Teknologi Industri*, 1(1), 44–60.

Takril, A., & Herdi. (2022). Hubungan Resiliensi Akademik dan Optimisme dengan Stres Akademik Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Tahun Pertama di Boarding School. *Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(2), 162–176.

Thi, H. H., & Thant, P. P. (2018). The Effect of Optimism on Academic Stress of Secondary School Students. *Universities Research Journal*, 11(5), 307–332.

Ulfah, D., & Hasbiah. (2024). Pengaruh Beasiswa Kartu Indonesia Pintar (KIP) Terhadap Kesenjangan Sosial Melalui Aksesibilitas Pendidikan. *At-Thariqah*:

Jurnal Ekonomi, 4(2), 89–99. <https://doi.org/10.47945/at-thariqah.v4i2.1626>

Universitas Gadjah Mada. (2025). *Top 2 Universitas Terbaik di Indonesia, UGM Peringkat 224 Dunia Versi QS WUR 2026*. <https://ugm.ac.id/id/berita/ugm-peringkat-224-dunia-versi-qs-wur-2026/>

Widayanti, E. R. (2025). *Perbedaan Tingkat Stres Akademik dan Burnout Akademik Pada mahasiswa S-1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

Widianti, F. P., & Dewi, D. K. (2020). Perbedaan Perceived Academic Stress Ditinjau dari Tahun Angkatan Kedua dan Ketiga pada Mahasiswa Fakultas X di Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 07(03), 37–42.

World Health Organization. (2019). *Adolescent health*. <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health#>

World Health Organization. (2023). *Stress*. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>

World Health Organization. (2024). *Adolescent and young adult health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

Xenoglosi, B. G., & Suherman, A. (2024). Analisis Korelasi Antara Tingkat Keterlibatan Dalam Organisasi Mahasiswa Dengan Kinerja Akademis. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(3), 8960–8965.

Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Psyche 165 Journal*, 13(02), 235–239. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i2.84>