

DAFTAR PUSTAKA

- Afifullah, A. (2025). Pengaruh *Self-Efficacy* terhadap kecemasan akademik dalam menghadapi ujian akhir santri ponpes MQ Al-Islam. *Jurnal Inovasi Riset Akademik*, 5(1), 1–23.
- Afwillah, A. N., Amalia, F. M., & Yunus, S. (2025). Menghadapi tekanan akademik: systematic review strategi *Coping* mahasiswa perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 1–10.
- Aisah, N. (2023). Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Pendidikan Kimia selama Pembelajaran Jarak Jauh [Skripsi]. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Afwillah, A. N., Amalia, F. M., & Yunus, S. (2025). Menghadapi tekanan akademik: systematic review strategi coping mahasiswa perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 1–10.
- Alkhalwaldeh, A., Omari, O. Al, Aldawi, S. Al, Hashmi, I. Al, Ballad, C. A., Ibrahim, A., Sabei, S. Al, Alsarairah, A., Qadire, M. Al, & Albashtawy, M. (2023). Stress Factors , Stress Levels , and Coping Mechanisms among University Students. *The Scientific World Journal*, 2023. <https://doi.org/10.1155/2023/2026971>
- Apriliana, D. N. (2021). Strategi Koping dan Stres Akademik Mahasiswa Dalam Melaksanakan Kuliah Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 89. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5669>
- Condroningtyas, S. A., & Marsofiyati. (2024). Pengaruh Tekanan Atau Stres Akademik Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Cendikia : Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(6), 205–212.
- Ren, X., Sotardi, V. A., & Brown, C. (2025). Exploring Academic Stress and Coping Experiences Among University Students During the COVID-19 Pandemic. *Educatin Sciences*, 2021. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/educsci15030314>
- Anisa, S., & Nastiti, D. (2024). *Coping* Stress in Working on Thesis on Students

- of Muhammadiyah Sidoarjo University who Study While Working.
Psikologia: Jurnal Psikologi, 1–10.
- Apriliansa, D. N. (2021). Strategi Koping dan Stres Akademik Mahasiswa Dalam Melaksanakan Kuliah Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 89.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5669>
- Arija, H. H., Saraswati, S. D., Aryo, P., & Fitri, J. (2024). Strategi *Coping Mechanism* Pada Perempuan Generasi Z yang Bekerja. *YUME: Journal of Management*, 7(3), 661–673.
- Athia Mayalianti, L. F., & M., G. (2024). *Self-Efficacy* Academic Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Condroningtyas, S. A., & Marsofiyati. (2024). Pengaruh Tekanan Atau Stres Akademik Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Cendikia: Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(6), 205–212.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Danusatyawati, R. A. (2020). Hubungan efikasi diri dengan strategi *Coping* pada mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di universitas sahid surakarta. *Talenta Psikologi*, 15(2), 114.
- Enti Agestia, E., Safitri, D., & Sujarwo, S. (2024). Adaptasi Mahasiswa Dalam Mengatasi Culture Shock Dalam Perkuliahan. *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(4), 253–264.
<https://doi.org/10.62383/risoma.v2i4.180>
- Fajrin, A. A. (2023). Hubungan Asosiasi *Self-Efficacy* Dan Stres Akademik Mahasiswa Agribisnis Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 5283–5295.
- Fariz, A., Fitriana, L. A., & Puspita, A. P. W. (2025). Strategi *Coping* mahasiswa semester akhir dalam menghadapi stres akademik: Studi kasus di universitas

- Pendidikan Indonesia. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 11(01).
- Fatmana, A. C., & Ansyah, E. H. (2024). Hubungan Antara *Self-Efficacy* dengan stres akademik pada mahasiswa program studi psikologi universitas muhammadiyah sidoarjo. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 9(1), 13–31. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v11i1.1812>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1986). *Ways of Coping Questionnaire*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Gisela, E. S., Kinkie, E. A., & Sabbilla, A. (2025). Pengaruh Stres Akademik terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir yang Terlambat Lulus. *Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 331–341.
- Ismi Aisya Saptyaning Ambarwati, I. A., Jannati, S., & Khairina, N. (2024). *Coping Mechanism* terhadap Stress Akademik pada Mahasiswa. *Flourishing Journal*, 4(2), 47–58. <https://doi.org/10.17977/um070v4i22024p47-58>
- Julia, A., Gani, Z., & Utami, N. I. (2024). Efikasi Diri Akademik dan Tingkat Stres pada Mahasiswa Peserta Merdeka Belajar Kampus Merdeka. *Jurnal Psikologi*, 6(2), 159–166.
- Khadijah, S., Dhanty, K. F., & Sambas, R. A. (2024). Gambaran Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Yang Bekerja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5, 3626–3633.
- Khafifah, K. A., Hasanah, U., & Zulfa, V. (2023). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Academic Performance Pada Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al Hamid. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 10(01), 27–37. <https://doi.org/10.21009/jkkp.101.03>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Limin, R. O., & Agustina. (2025). Hubungan Resiliensi dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 4(4), 448–456.
- Mahardhani, F. O., Ramadhani, A. N., Isnanti, R. M., Chasanah, T. N., & Praptomojati, A. (2020). Pelatihan Strategi Koping Fokus Emosi untuk Menurunkan Stres Akademik pada Mahasiswa. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology(GamaJPP)*,6(1),60.

<https://doi.org/10.22146/gamajpp.55253>

- Maulana, R. D., & Paryontri, R. A. (2024). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1413–1427. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5913>
- Nur, L., & Mugi, H. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30.
- Oktarianto, M. L., Akbar, S., Mas, S., Hanisvana, D., & Farizza, R. A. (2024). Developments in *Self-Efficacy* at the Elementary School Level. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 10(4), 1024–1035.
- Pitaloka, F. Y. (2024). Pengaruh *Self-Efficacy* Terhadap Akademik Siswa Di Madrasah Aliyah Swasta Miftahussalam Medan. *Jurnal Pendidikan*.
- Pratiwi, R., Rafika, Y., Nur, S., Erika, R., Renita, P., & Wahyuni, R. (2024). Pengembangan Skala Efikasi Diri Pada Mahasiswa. *Indonesia Journal of Psychological Studies*, 2, 12–20.
- Prihanta, P. D. W. I. (2023). Hubungan Self Regulated Learning Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja Di UIN Ar-Raniry Banda Aceh [Skripsi]. Banda Aceh: UIN Ar-Raniry.
- Renwarin, M., Saija, A., & Huwae, L. (2022). Hubungan *Self-Efficacy* Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. *Molucca Medica*, 15(2), 118–131. <https://doi.org/10.30598/molmed.2022.v15.i2.118>
- Ren, X., Sotardi, V. A., & Brown, C. (2025). Exploring Academic Stress and Coping Experiences Among University Students During the COVID-19 Pandemic. *EducatinSciences*, 2021. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/educsci15030314>
- Rivaldi, A. A. (2024). Analisis Faktor Penyebab Stres Pada Mahasiswa dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 4(1), 1–11.
- Rizky, A. A., Siregar, D.A., Nasution, D.L., Syaifirah, Q. R., Lubis, S., Situmorang, S., & Lubis, F. (2025). Dampak kecanduan media sosial sebagai pemicu stres akademik mahasiswa unimed. *Jurnal Psikologi Dinamika*, 9(2),

1–7.

- Rohmah, N. R., & Mahrus, M. (2024). Mengidentifikasi Faktor-faktor Penyebab Stres Akademik pada Mahasiswa dan Strategi Pengelolaannya. *JIEM: Journal of Islamic Education and Management*, 5(1), 36–43.
- Saputra, A., Lestari, S. M. P., Utami, D., & Sandayanti, V. (2024). Hubungan Mekanisme Koping dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahap Transisi. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(10), 1943–1955.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (4th ed.). New York: John Wiley & Sons.
- Siregar, I. K., & Putri, S. R. (2019). Hubungan *Self-Efficacy* dan stress akademik mahasiswa. *Consilium: Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 6(02), 91–95.
- Subandy, K., & Jatmika, D. (2020). Hubungan Psychological Capital dengan *Coping* Stress pada Mahasiswa yang Bekerja. *Psibernetika*, 13(2), 68–82. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v13i2.2382>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyowati, A. D., Zahra, F., Hastuti, R. Y., & Agustina, N. W. (2025). Hubungan *Self-Efficacy* dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa. *Jurnal Motorik Ilmu Kesehatan*, 20(1), 42–47.
- Susanti, M., Puspita, T., Rahmadhoni, B., & Nelson, Z. P. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Covid-19 Pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2019 Universitas Baiturrahmah. *Nusantara Hasana Journal*, 2(1), 107–118.
- Suyanti, S., & Albadri, A. (2021). *Self-Efficacy* dan Kecemasan Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa. *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi*, 1(1), 10–20. <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2021.v1i1.10-20>
- Vickri, M., Saputra, D., & Affandi, G. R. (2024). Efikasi Diri Lebih Efektif Mengurangi Stres Akademik Dibandingkan Dukungan Sosial. *Pubmedia Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 1–13.

- Wardani, T. A. (2014). Pengaruh Harapan Dan *Coping* Stres terhadap Resiliensi Caregiver Kanker [Skripsi]. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Wijayanti, F. E. R., & Pratiwi, R. N. (2023). Analisis *Coping* stress pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di stikes tujuh belas karanganyar. *Jurnal Kesehatan Tujuh Belas*, 5(1), 269–275.
- Zakaria, M. Z., et al. (2021). *Coping Mechanism Towards Academic Stress Among Students: An Analysis from Islamic Perspective*. *Ulum Islamiyyah*.
- Zuknisah, D. N. (2024). Hubungan antara praktik inabah dan mekanisme *Coping* pada mahasiswa mengalami stres akademik. *Multi Disiplin Terpadu*, 8(7), 373–378.