

## DAFTAR PUSTAKA

WHO. (2022). Mental Health. Diakses pada 24 Februari 2023, dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Kemkes. (2022). Manfaat Terapi Murottal Bagi Kesehatan. Diakses pada 24 Februari 2023, dari [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/626/manfaat-terapi-murottal-bagi-kesehatan](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/626/manfaat-terapi-murottal-bagi-kesehatan)

Chelsea, M.(2020). Mengenal Pentingnya Kesehatan Mental. *Jurnal TarFomedia*, 54-58.

Masuroh. (2022). Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental di Masa Pandemi. *Jurnal Buletin Kesehatan*, 2(4), 1-4.

Kemkes. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Diakses pada 24 Februari 2023, dari [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018\\_1274.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf)

Kompas. (2023). Cita-cita Indonesia 2045 Terhalang Masalah Kesehatan Mental Remaja. Diakses pada 21 Februari 2023, dari <https://www.kompas.id/baca/humaniora/2023/02/01/cita-cita-indonesia-2045-terhalang-masalah-kesehatan-mental-remaja>

Alina & Meisyalla, L.N., (2022). Gambaran Kesehatan Mental Remaja SMPN 2 Bangkinang Kota Kabupaten Kampar. *Jurnal NERS*, 6, 80-85.

Limone, P. & Toto, A.G. (2022). Factors That Predispose Undergraduates to Mental Issues: A Cumulative Literature Review for Future Research Perspectives. *Jurnal Frontiers In Public Health*. 10

Sugiarti dkk. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya pada Mahasiswa. *Jurnal Insight*, 20(2), 74-80.

Balon, R. dkk. (2015). College Mental Health: A Vulnerable Population in an Environment with Systemic Deficiencies. *Jurnal Academic Psychiatry*. 39, 495-497.

Danner, U.N. dkk. 2008. *Habit vs. Intention in the Prediction of Future Behaviour: The role of Frequency, Context Stability and Mental Accessibility of Past Behavior*. *British Journal of Social Psychology*

Lally, P & Gardner, B. 2011. *Promoting Habit Formation*. *Health Psychology Review*, 7. 137-158.

Orbell, S & Verplanken, B. 2010. *The Automatic Component of Habit in Health Behavior: Habit as Cue-Contingent Automaticity*, 29(4), 374-383

Rachman, D.F. (2018). Hubungan Kebiasaan Mendengarkan Musik dengan Stress Akademik Remaja Serta Implikasinya Bagi Layanan Bimbingan dan Konseling : Studi Korelasional terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 15 Bandung. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia

Cahyani, N.K.S. dkk. (2021). Gambaran Kesehatan Mental Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Baili pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Community of Publishing In Nursing (COPING)*, 9(4), 383-390.

Sundari, L.S. (2021). 76 Persen Mahasiswa Stress Sedang-Berat, 13 Persen Ingin Akhiri Hidup. Diakses pada 24 Februari 2023, dari <https://www.google.com/amp/s/galamedia.pikiran-rakyat.com/news/amp/pr-353073777/76-persen-mahasiswa-stress-sedang-berat-13-persen-ingin-akhiri-hidup>

Wawan, J.H. (2020). Diduga Stres Skripsi, Mahasiswa Yogya Tewas Bunuh Diri dalam Kos. Diakses pada 25 Februari 2023, dari <https://news.detik.com/berita-jawa-tengah/d-4880262/diduga-stress-skripsi-mahasiswa-yogya-tewas-bunuh-diri-dalam-kos>

Shubhy, Z. (2023). Diduga Depresi, Mahasiswa Tewas Usai Loncat dari Lantai 4 Kamar Kos. Diakses pada 25 Februari 2023, dari <https://www.google.co>

m/amp/s/www.beritasatu.com/news/1021337/diduga-depresi-mahasiswa-tewas-usai-loncat-dari-lantai-4-kamar-kos/amp

Aloysius, S. & Salvia, N.(2021). Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Citizenship Virtues*, 1(2),83-97.

Deliviana, E. dkk. (2020). Pengelolaan Kesehatan Mental Mahasiswa Bagi Optimalisasi Pembelajaran Online di Masa Pandemi COVID- 19. *Jurnal Selaras*, 3(2), 129-138.

Fauzah, E. (2020). Hubungan Religiusitas dengan Kesehatan Mental Warga Binaan Pemasarakatan di Pesantren At-Taubah Lembaga Pemasarakatan Pemuda Kelas IIA Tangerang. Skripsi. Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah: Jakarta.

Ardiansyah.(2022). Manfaat Terapi Murottal Bagi Kesehatan. Diakses pada 21 Februari 2023, dari [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/626/manfaat-terapi-murottal-bagi-kesehatan](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/626/manfaat-terapi-murottal-bagi-kesehatan)

Khansa, B.A dkk.(2021). Systematic Review: Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur'an terhadap Penurunan Kecemasan pada Ibu Hamil. *Jurnal Integrasi Kesehatan dan Sains (JKS)*,3(2), 187-192.

Apriliani, E.(2021). Aplikasi Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nagrak Ciganjur. *Jurnal Lentera*, 4(1)

Alawiyah, T.(2022). Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur'an terhadap Kesehatan Mental di Kalangan Remaja Lingkungan I Gunung Tua Kabupaten Padang Lawas Utara Sumatera Utara. Skripsi. Fakultas Dakwah dan Komunikasi: Riau

Rochmawati, N.P. (2018). Pengaruh Murottal Al-Qur'an Terhadap Nyeri Post Operasi di Paviliun Asoka RSUD Kab. Jombang. Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika : Jombang

Indriyati dkk. (2021). Pengaruh Terapi Komplementer dengan Mendengarkan Murottal Al-Qur'an terhadap Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Menyusun Skripsi pada Situasi Pandemic COVID-19. *Jurnal University Research Colloquium 2021*.997-1011

Kannan, M.A. dkk. (2022).A review of the Holy Quran Listening and its Neural Correlation for its Potential as a Psycho-spiritual Theraphy. *Jurnal Heliyon*, 8

Nugroho, A.Z.W & Kusrohmania, S.(2019). Pengaruh Murattal Al-Quran terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Muslim di Yogyakarta. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology*, 5(2), 108-119

Bahri, S. dkk. (2022). The Relationship Between Listening to Murottal Al-Qur'an and Improving Adolescent Mental Health. *Indonesian Journal of Islam and Public Health (IJIPH)*, 169-181

Chen, W. dkk. (2020). IDC theory: habit and the habit loop. *Research and Practice in Technology Enhanced Learning*, 15

Yanti, N. dkk. (2018). Penguasaan Materi Pembelajaran Keterampilan Berbahasa Indonesia. *Jurnal Ilmiah Korpus*, II(1), 72-82

Martoredjo, N.T. dkk. (2014). Keterampilan Mendengarkan Secara Aktif dalam Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Humanioraa*, 5(1), 501-509

Yunus, E.S. dkk. (2021). Scoping Review: Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur'an terhadap Tingkat Stress Orang Dewasa. *Jurnal Integrasi Kesehatan dan Sains*, 3(1), 110-116

Kamaruddin, M. & Nurqalbi, S.R.(2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Persalinan di Rumah Sakit Siti Khadijah III Makassar. *Jurnal Medika Alkhairaat* , 1(2). 65-69

Solekha, R.M. (2022). Efektivitas Mendengarkan Murottal Al-Qur'an dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Mengerjakan Soal Matematika (*Math*

*Anxiety*). Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Lampung: Institut Agama Islam Negeri Raden Intan.

Glazzard, J & Trussier, S. 2020. *Supporting Mental Health In Primary and Early Years a Practice Based Approach*. India: Sage Publishing

Fernandez, B.R. dkk. (2019). *Re-evaluating the Self-report Habit Index: the Cases of Physical Activity and Snacking Habits*. *Psychol Health*.

Todes, D.P. 2014. *Ivan Pavlov A Russian Life In Science*. New York: Oxford University Press.

Yusra, Z. dkk. (2021). Pengelolaan LKP Pada Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Lifelong Learning* , 4(1), 15-22.

Nugroho, S.B. dkk. (2014). Korelasi Antara Prestasi Akademik dengan Tingkat Kemampuan TIK Pada Sekolah Dasar Negeri 3 Malangjiwan. *Jurnal TIKomSiN*, 10-14

Clear, J. 2018. *Atomic Habits*. New York: An Imprint of Penguin Random House

Latipun. 2019. *Kesehatan Mental*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang

Yusuf, S. 2018. *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Nur, S. 2012. *Energi Ilahi Tilawah Al-Qur'an*. Jakarta: Republika Penerbit

Aizid. R. 2018. *Tartil Al-Qur'an untuk Kecerdasan dan Kesehatanmu*. Yogyakarta: DIVA press

Dewi, S.K & Sudaryanto, A. (2020). Validitas dan Reliabilitas Kuisisioner Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Pencegahan Demam Berdarah. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 73-79

Sudarmanto, R.G. 2013. *Statistik Terapan Berbasis Komputer dengan Program IBM SPSS Statistics 19*. Jakarta: Mitra Wacana Media.

Soesilo, T.D. (2018). *Penelitian Inferensial dalam Bidang Pendidikan*. Salatiga: Satya Wacana University Press

Syahputra, O.M & Lubis, R.K. (2019). Pengaruh pemberian Insentif terhadap Efektivitas Kerja Karyawan pada Server Pulsa Easytronik SRB Ponsel Tanjung Morawa. *Journal of Management Science (JMS)*, 1(3), 26-31

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta CV

Syilfi, dkk. (2012). Analisis Regresi Linier Piecewise Dua Segmen. *Jurnal Gaussian*, 1(1), 219-228

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: CV Alfabeta

Hardani, dkk. 2020. *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV.Pustaka Ilmu

Priadana, S. & Sunarsi, D. 2021. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Tangerang: Pascal Books

Fauzy, A. 2019. *Metode Sampling*. Tangerang: Universitas Terbuka

Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: CV Alfabeta

Abubakar, R. 2021. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Press UIN Sunan Kalijaga

Fauzy, A. 2022. *Metodologi Penelitian*. Banyumas: CV. Pena Persada

Ngatno. 2015. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Bisnis*. Semarang: CV. Indoprinting

Rahmadi. 2011. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Banjarmasin: Antasari Press

Safitri, W.R. (2016). *Analisis Korelasi Pearson dalam Menentukan Hubungan Antara Kejadian Demam Berdarah Dengue Dengan Kepadatan Penduduk di Kota Surabaya pada Tahun 2012-2014*. *Journal STIKES Pemkab Jombang*.

Budiwanto, S. 2017. *Metode Statistika untuk Mengolah Data Keolahragaan*. Malang: UM Penerbit dan Percetakan

Alhamid, T & Anufia, B. (2019). *Resume: Instrumen Pengumpulan Data*. Ekonomi Islam. Sorong: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN)

Sofia, N. & Sari, E.P. 2018. Indikator kebahagiaan (*Al-Sa'adah*) dalam Perspektif Al-Qur'an dan Hadits. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 23(2), 91-108

Hanafi, I. 2018. Perkembangan Manusia dalam Tinjauan Psikologi dan Al-Qur'an. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(01), 84-99

Choirudin, M. 2015. Penyesuaian Diri: Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 12(1)

Arroisi, J & Badi, S. (2022). Konsep Harga Diri: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Modern dan Islam. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 27(1), 89-106

Heryana, A. (2020). Hipotesis Penelitian. *Bahan ajar mata kuliah Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Universitas Esa Unggul

Sinambela, L.P.S. 2014. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Graha Ilmu

Sahir, S.H. 2021. *Metodologi Penelitian*. Jogjakarta: Penerbit KBM Indonesia

Djazari, M. dkk. 2013. Pengaruh Sikap Menghindari Risiko Sharing dan Knowledge Self-Efficacy terhadap Informal Knowledge Sharing pada Mahasiswa Fise UNY. *Jurnal Nominal*, 2(2).

Widana, W & Muliani, P.L. 2020. *Uji Persyaratan Analisis*. Lumajang: Klik Media

Sugiyono. 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta

Tyastirin, E & Hidayati, I. 2017. *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kesehatan*. Surabaya: Program Studi Arsitektur UIN Sunan Ampel

Subandriyo, B. 2020. *Bahan Ajar Analisis Korelasi dan Regresi*

Aladin. Dkk. 2018. Faktor-faktor Demografi yang Berdampak Terhadap Kepatuhan WP Badan (UMKM) di Kota Palembang. *Jurnal Riset Terapan Akuntansi Politeknik Negeri Sriwijaya*, 2(2)

Azzahra, F. 2022. Hubungan Intensitas Membaca Al-Qur'an dengan Ketengan Jiwa Mahasiswa Akhir PAI FIS UNJ. Universitas Negeri Jakarta: Jakarta

Indrawati, V. 2019. Pengaruh Persepsi Korupsi, Kualitas Pelayanan, Sanksi Perpajakan, dan Sistem Administrasi Perpajakan Modern Terhadap Kepatuhan Wajib Pajak dengan Tingkat Pendidikan Sebagai Variabel Kontrol. Skripsi. Universitas Islam Indonesia: Yogyakarta

Neal, D. dkk. (2006). Habits – A Repeat Performance. *Current Directions In Psychological Science*, 15(4) hlm. 198-202.

Rachman, D.F. 2018. Hubungan Kebiasaan Mendengarkan Musik dengan Stress Akademik Remaja Serta Implikasinya bagi Layanan Bimbingan dan Konseling. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia: Bandung