

DAFTAR PUSTAKA

- Akmaludin, S., Prahesti, E. A., Putri, D. S., & Sijabat, R. (2025). Pengalaman mahasiswa bekerja dalam menyeimbangkan kehidupan pribadi, kuliah dan pekerjaan. *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science Technology and Educational Research*, 2(1b), 1883–1887.
- Alfitha, A., Seruni, & Werdani, W. D. (2023). Pengaruh banyaknya tugas terhadap kesehatan mental mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(4), 1–15.
- Amelisastri, W. (2024). Hubungan stres dan dukungan sosial terhadap resiliensi remaja yang ditinggal orang tuanya merantau. *Jurnal Multidisiplin Inovatif*, 8(8), 44–55.
- American Psychological Association. (2019). Building your resilience. <https://www.apa.org/topics/resilience/building-your-resilience>
- Azwar, S. (2021). Penyusunan Skala Psikologi. Pustaka Belajar.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019-). Laporan nasional Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5, 143-148.
- Bochaver, S., Reznichenko, S., & Maltby, J. (2020). The Authenticity Scale: Validation in Russian culture. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 609617. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.609617>
- Campbell-Sills, A., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) validation of a 10-Item Measure of Resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028.
- Catalano, D., Chan, F., Wilson, L., Chiu, C.-Y., Muller, V. R., & Gonzalez, L. (2013). The Connor-Davidson Resilience Scale as a positive psychology measure for people with spinal cord injuries. *Rehabilitation Research, Policy, and Education*, 27(3), 213–232. <https://doi.org/10.1891/2168-6653.27.3.213>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1994). Perceived Stress Scale. *Measuring Stress: A Guide for Health and Social Scientists*, 10, 1-2.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Davis, W. E., & Hicks, J. A. (2013). Maintaining hope at the 11th hour: Authenticity buffers the effect of limited time perspective on hope. *Personality and Social*

- Dita, D. W. S., & Marsisno, W. (2023). Klasifikasi tingkat stres akademik dan gambaran mekanisme koping mahasiswa: Studi kasus mahasiswa Politeknik Statistika STIS T.A 2022/2023. *Seminar Nasional Official Statistics*.
- Dwiputri, R., Idris, F. P., Gobel, F. A., Asrina, A., & Rahman, H. (2023). Faktor yang berhubungan dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Window of Public Health Journal*, 4(4), 567–577.
- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating a Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescents. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 461–471.
- Fachreza, dkk. (2024). Analisis komparatif antara probability dan nonprobability dalam penelitian pemasaran. *Jurnal Pajak dan Analisis Ekonomi Syariah (JPAES)*, 1(3), 108–120.
- Fajrini, F., Sakinah, S., Latifah, N., Romdhona, N., & Andriyani. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres para pekerja di percetakan Kota Ciputat tahun 2021. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 2(2), 155–162.
- Febrianti, R., dkk. (2023). Pengukuran kepribadian autentik: Adaptasi alat ukur Skala Autentisitas versi Indonesia. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi)*, 14(1), 72–96.
- Fiqih, A., & Ratnawati, V. (2023). Mengurai stres akademik mahasiswa tingkat akhir: Faktor pemicu, dampak dan strategi pengelolaan di Universitas Nusantara PGRI Kediri. *Seminar Nasional Pendidikan*, 2023.
- Golzar, J., Tajik, O., & Noor, S. (2022). Convenience sampling. *International Journal of English Language Studies*, 4(4), 14–20. <https://doi.org/10.22034/ijels.2022.162981>
- Grotberg, E. H. (1999). *Taping Your Inner Strenght: How to Find the Resilience to Deal with Anything*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc.
- Grotberg, E. H. (1999). *Taping Your Inner Strenght: How to Find the Resilience to Deal with Anything*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc.
- Hakim, A. R., Mora, L., Leometa, C. H., & Dimala, C. P. (2024). Psychometric properties of the Perceived Stress Scale (PSS-10) in Indonesian version. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia)*, 13(2). <http://dx.doi.org/10.15408/jp3i.v13i2.35482>
- Harter, S., Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). Authenticity. In *Handbook of positive psychology* (pp. 382–394). Oxford University Press.

- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik*, 2(1), 73–114.
- Juita, B. D., Susanti, R. H., & Permatasari, D. (2021). Upaya meningkatkan tanggung jawab akademik mahasiswa Manggarai Universitas PGRI Kanjuruhan Malang melalui konseling kelompok realita. *Jurnal Konseling Indonesia*, 6(2), 56–61.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2020). Statistik pendidikan tinggi 2020. Pusat Data dan Teknologi Informasi (Pusdatin). <https://pddikti.kemdikbud.go.id/>
- Kholis, M. U., Lestari, S. M. P., Luthfianawat, D., & Hermawan, D. (2024). Hubungan jenis stresor dengan tingkat stres pada mahasiswa program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati tahap awal tahun 2023. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 11(9).
- Larasati, A. D., Maryoto, M., & Ida Ayu, N. R. (2021). Gambaran stres akademik pada dosen universitas yang melaksanakan pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19. *Journal of TSCNers*, 6(2), 85–92.
- Lau, A., & Dewi, F. I. (2023). Regulasi diri sebagai strategi manajemen waktu. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 7(1), 21–33.
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori stres: Stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Luthar, S. S., & Zelazo, L. B. (2003). Research on resilience: An integrative review. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*, 2, 510–549.
- Meilani, A. S., Fauziah, A., Wirawan, B. E., Puspasari, C. A. B., Aurantiviola, N. F., Ramadhania, R. F., & Hibatullah, S. M. (2024). Korelasi antara tugas mata kuliah kesehatan mental dengan stres akademik mahasiswa semester 1 Psikologi UNNES. *Jurnal Analis*, 3(1), 27–41.
- Mileniawan, I. A., & Santoso, I. (2022). Dampak stres terhadap kesehatan fisiologis narapidana di lembaga pemasyarakatan. *INNOVATIVE: Research & Learning in Primary Education*, 2(1).
- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019) Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi. Dalam *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (hlm. 433–441). Universitas Ahmad Dahlan.
- Mulyani, Suwar, A., & Athal, T. (2024). Challenges and strategies for maintaining self-authenticity in the digital age: A philosophical and social analysis. *Teunuleh Scientific Journal: The International Journal of Social Sciences*, 5(3), 33–42.

- Mutmainah, M. I. (2024). Analisis Data Kuantitatif Uji Instrumen, Uji Asumsi Klasik, Uji Korelasi dan Regresi Linier Berganda. Lakeisha.
- Nainar, A. A., & Maisarah, S. (2022). Hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa keperawatan pada masa pandemi COVID-19 di Kota Tangerang. *Jurnal Kesehatan Masa Depan*, 1(1), 58–70.
- Noviyanti, A. (2021). Dinamika kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Universitas Mercu Buana Yogyakarta*.
- Octaviani, M. T., Yandri, H., & Juliawati, D. (2023). Academic burnout: Do college students who join organizations experience it? *Counsnesia: Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 13(2), 91–98.
- Pambudhi, Y. A., Marhan, C., Fajriah, L., & Abas, M. (2022). Strategi coping stress mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada masa pandemi Covid-19 (College student's coping stress strategy in completing skripsi during the Covid-19 pandemic). *Jurnal Amal Pendidikan*, 3(2), 110–122. <http://doi.org/10.36709/japend.v3i2.5>
- Permana, D. (2018). Peran spiritualitas dalam meningkatkan resiliensi pada residen narkoba. *Syifa Al-Qulub*, 2(2), 80–93.
- Poli, N. D. A., & Ambarwati, K. D. (2024). Hubungan antara resiliensi dengan stres akademik mahasiswa profesi ners dalam menjalani praktik profesi [The relationship between resilience and academic stress of professional nursing students in undergoing professional practice]. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 5(3), 937–946.
- Pratama, U., Amna, N., & Arif, B. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik mahasiswa semester akhir di Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Abulyatama. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 1(3), 257–268. <https://doi.org/10.59841/jumkes.v1i3.1084>
- Priadana, & Sunarsi. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. Tangerang: Pascal Books.
- Proctor, C. L. (2017). Congruence/Incongruence. In *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (pp. 1–4). https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1460-1
- Prawita, E., & Heryadi, A. (2023). Analisis validitas konstruk dan analisis konsistensi internal pada skala resiliensi. *PSIMPHONI*, 4(1).
- Putri, A. E., & Laeli, S. (2024). Membangun resiliensi sepanjang rentang kehidupan: Strategi menghadapi tantangan dan tekanan. *Karimah Tauhid*, 3(6).

- Putri, P. K., Risnawati, E., & Avati, P. (2022). Stres akademik mahasiswa semester awal dan mahasiswa semester akhir: Studi komparatif dalam situasi pembelajaran daring. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 20(2), 8–13.
- Rahmat, A., Askolani, & Rahwana, K. A. (2023). Pengaruh keaktifan berorganisasi dan motivasi belajar terhadap prestasi akademik. *PPIMAN: Pusat Publikasi Ilmu Manajemen*, 1(4), 137–150.
- Rasmun. (2004). Stres, Koping dan Adaptasi. Jakarta: Sagung Seto.
- Ratri, P. M. (2024). Identification of academic problems in psychology college students at Kudus. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 3(4), 3953–3962.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles. Broadway Books.
- Resnick, B., Gwyther, L., dan Roberto, K. A. (2011). Resilience in aging (pp. 221–244). New York: Springer.
- Rivaldi, A. A. (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/10.55606/detector.v2i3.4378>
- Rivera, G. N., Christy, A. G., Kim, J., Vess, M., Hicks, J. A., & Schlegel, R. J. (2019). Understanding the relationship between perceived authenticity and well-being. *Review of General Psychology*, 23(1), 113–126.
- Rohmah, S., & Annatagia, L. (2024). Hubungan antara resiliensi dengan stres akademik mahasiswa profesi ners dalam menjalani praktik profesi. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 5(3), 937–946.
- Rohmah, S., & Annatagia, L. (2024). Peran resiliensi akademik terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan*, 246.
- Saifudin, M., Adawiyah, S. R., & Mukhaira, I. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan Non Reguler. *Jurnal Kesehatan*, 12(2). <https://doi.org/10.37048/Resehatan.v12i2.267>
- Saktiadi, S., Sallsabilla, G., & Nurwagrohyuni, N. (2024). Hubungan antara time management dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti organisasi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(18), 912–923.
- Santrock, J. W. (2019). Life-span development (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Selye, H. (1974). Stress without distress. Philadelphia, PA: Lippincott. Lippincott.

- Septyari, N. M., Adiputra, M. S., & Devhy, N. L. (2022). Tingkat stres dan mekanisme koping mahasiswa dalam penyusunan skripsi pada masa pandemi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 11(1), 14–22.
- Seto, S. B., Wondo, M. T. S., & Mei, M. F. (2020). Hubungan motivasi terhadap tingkat stres mahasiswa dalam menulis tugas akhir (skripsi). *Jurnal Basicedu: Research & Learning in Elementary Education*, 4(3), 733–739.
- Simamora, M. R. (2024). Validity of the Indonesian version of the 10-item Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) among first-year theological students. *ABARA: Jurnal Konseling Pastoral*, 2(1), 11–19.
- Sugiyono. (2023). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (Edisi kedua, Cetakan ke-5). Penerbit Alfabeta.
- Suhandi, V., Arisandhy, A., & Liputra, D. T. (2023). Penjadwalan mata kuliah dengan mempertimbangkan ketersediaan waktu pengajar dan satuan kredit semester yang tidak terpisah menggunakan integer linear programming. *Journal of Integrated System (JIS)*, 6(1), 73–86.
- Sukadiyanto. (2010). Stres dan cara mengurangnya. *Cakrawala Pendidikan: Jurnal Ilmiah Pendidikan*.
- Suminah, & Ciputri, L. (2024). Pengaruh beban tugas pembelajaran terhadap munculnya stres pada mahasiswa. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(3), 6998–7003.
- Syam, R. S. E., Linnaja, N., & Fuadi, S. I. (2023). Mengurai problem penderitaan tiada tara mahasiswa abadi. *Journal of Creative Student Research*, 1(1), 402–414. <https://doi.org/10.55606/jcsrpolitama.v1i1.1170>
- Tohari, S., & Mahfuz. (2024). Korelasi antara self authenticity dengan aspirasi karir pada siswa SMA Suku Banjar. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 7(2), 194–205.
- Umianti, R., dkk. (2023). Analisis kecepatan beradaptasi dalam belajar di perkuliahan pada mahasiswa baru Prodi Psikologi UNNES 2023. *Journal of Education and Technology*, 3(2), 214–224.
- Wickham, R. E., Williamson, R. E., Beard, C. L., Kobayashi, C. L., & Hirst, T. W. (2016). Authenticity attenuates the negative effects of interpersonal conflict on daily well-being. *Journal of Research in Personality*, 60, 56–62. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2015.11.006>