

## DAFTAR PUSTAKA

- Ade N. Anshori A.2020."Sumber Stres Anak di Masa Pandemi COVID-19, Orang Tua Perlu Tahu", <https://www.liputan6.com/health/read/4347601/sumber-stres-anak-di-masa-pandemi-covid-19-orangtua-perlu-tahu>.Diakses pd.10.Februari.2021.pukul.16.36
- Adams, Kathleen. (2013). *It's Easy to W.R.I.T.E : Expressive Writing*. Toronto: Rowman & Littlefield Publisher, Inc.
- Alvin, N. O. (2007). Handling study stress: Panduan agar anda bisa belajar bersama anak-anak anda. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Amin, S.M. & Al-Fandi, H. (2007). Kenapa Harus Stres Terapi Stres Ala Islam. Jakarta: Amzah
- Barseli Mufadhal, DKK.2017. "Konsep Stres Akademik Siswa" dalam Jurnal Konseling dan Pendidikan.Vol.5(hlm.143-148). diakses pada.17. Februari.2021.Pukul.16.30
- Baqutayan, Shadiya M.S.2015. "Stress and Coping Mechanism: A Historical Overview "Mediterranean Journal Of Social Sciences.Vol.6. (hlm.51) diakses pada.18.februari2021.pukul.16.40.
- Borg, W.D & Gall, M.D 1983(*dalam sugiyono2017 metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D, ALFABETA Bandung*)
- Busari, A. O. (2011). Validation of student academic stress scale (SASS). European Journal of Social Sciences, 21(1), 94-105
- Busari, A. O. (2011). Stres inoculation techniques in fostering adjustment to academic stres among undergraduate students. British Journal of Humanities and Social Sciences, 1(2), 229-243
- Cahyaningrum V., (2018). Pengembangan Panduan Pelatihan Empati Menggunakan Teknik Sinema Edukasi untuk Mencegah Perilaku Bulliying Siswa Sekolah Menengah Pertama.Vol.3(hlm.139-145).diakses pada.17.Februari.2021.Pukul.16.30
- Chaterine, R. N. (2020, March 18). Siswa belajar dari rumah, KPAI: Anak-anak stres dikasih banyak tugas. Detik News. <https://news.detik.com/berita/d-4944071/siswa-belajar-dari-rumah-kpai-anak-anak-stres-dikasih-banyak-tugas>. Diakses pada 17. februari. 2021.pukul.16.30
- Danarti Kusuma Nevy, Angga Sugiarto, Sunarko.2018. "Pengaruh Expressive writing therapy Terhadap Penurunan Depresi, Cemas, dan Stres Pada Remaja" dalam Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa Volume 1(hlm.48-61).Persatuan Perawat Nasional Indonesia Jawa Tengah.

- Folkman, Susan, and Richard S. Lazarus. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company, 1984.
- Gortner, Eva-Maria, Stephanie S. Rude, & James W. Pennebaker. (2006). *Benefits of Expressive Writing in Lowering Rumination and Depressive Symptoms*. Austin: University of Texas. Diakses pada. 19. Februari. 2021. pukul. 15.30.
- Handarini & Sukarno. 2016. Pengembangan Panduan Pelatihan Creative Problem Solving Untuk Mencegah Bullying Di SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. Vol. 1 (hlm. 33-39). Diakses pada. 17. Februari. 2021. Pukul. 06.30
- Herdiana, Wahyuning. (2012). *Pengaruh Expressive Writing pada Kecemasan Menyelesaikan Skripsi*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol. 1 No. 1.: Surabaya. Diakses pada. 20. Februari. 2021. pukul. 11.30
- KEMENDIKBUD. 2020. "Surat Edaran No 15 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Pandemi COVID-19" : [www.kemdikbud.go.id](http://www.kemdikbud.go.id)
- Mckean, M. dan Misra, R. 2000. College Students' Academic Stress And Its Relation To Their Anxiety, Time Management, And Leisure Satisfaction. *American Journal Of Health Studies*. 16.1.23-29
- Olejniak, S. N. & Holschuh, J. P. (2007). *College rules! Edition how study, survive, and succeed*. New York : Ten Speed Press
- Pennebaker, W James. 2017. "Expressive Writing in Psychological Science" dalam *Perspective on Psychological Science*. Vol. 13(2) (hlm. 226-229). [sagepub.com/journalpermission.nav](http://sagepub.com/journalpermission.nav). diakses. 17. Februari. 2021. pukul. 16.30
- Rahmawati, MN, DKK. 2019. "Tingkat Stres dan Indikator Stres pada Remaja yang Melakukan Pernikahan Dini: dalam *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*. Vol. 5 (hlm. 1) diakses pada. 17. Februari. 2021. Pukul. 16.36
- Sa'idah. 2018. *Pengaruh Expressive writing therapy Terhadap Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Tahun Pertama*. Psikologi. Fakultas Psikologi dan Kesehatan. Universitas Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Santrock, J. W. 2011. *Live-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Terjemahan. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.

- Sindoro, F. Lidwina. 2016. *Efektivitas Expressive Writing Sebagai Reduktor Psychological Distress*. Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Sugiyono, Prof. Dr. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif – Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Suhaya, Intan & Sari, Hasmilah(2019). *Tingkat Stres Perawat dalam Merawat Pasien dengan Penyakit Menular Di Rumah Sakit Umum Daerah dr.Zinoel Abidin Banda Aceh*. JIM FKEP. Vol.4(hlm.1) diakses pada.17.Februari.2021.Pukul.16.36
- Sukarno T., & Handarani, D. (2016). *Pengembangan Panduan Pelatihan Creative Problem solving untuk Mencegah Bullying di SMP*. Vol.1(hlm.33-39) diakses pada.17. Februari. 2021.Pukul.16.30
- Sundari, Yuli. 2020. *Pengaruh Expressive Writing Terhadap Stres Pada Mahasiswa Perantauan Universitas Sumatera Utara*. Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Sumatera Utara.
- Susilowati, Theresia Genduk., Nida Ul Hasani. (2011). *Pengaruh Terapi Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Depresi pada Mahasiswa Tahun Pertama*. Jurnal Psikologi Vol. 38, No. 1, Juni 2011. Diakses pada.13.Februari.2021.14.30