

## DAFTAR PUSTAKA

- Asrori, M. (2018). *Memahami Dan Membantu Perkembangan Peserta Didik*. Pontianak: Untan Pres
- Alvin, (2001). *Handing Study Stres*, Panduan Agar Anda Bisa Belajar Bersama Anak-Anak Anda Jakarta Elex Media Kumputindo. Diakses Pada Tanggal 9 April, Pukul 11.44 Wib.
- Arika, Y. (2020, March 2018). Lebih Dari 849 Juta Siswa Didunia Belajar Di Rumah. Kompas. Diakses Pada Tanggal 13 Agustus 2022, Pukul 13.00. WIB. <https://Kompas.Id/Baca/Humaniora/Dikbud/2020/03/18/Lebih-Dari-849-Juta-Siswa-Di-Dunia-Belajar-Di-Rumah>.
- Baihaqi Dkk. (2017). *Metode Expresive Writing Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum*, Diakses Pada Tanggal 7 April 2022, Pukul12.47 Wib.
- Bariyyah, K. (2013). *Menurunkan Tingkat Stres Akademik Siswa Dengan Teknik Cognitive-Behavioral Stres Management*. Proseding Kongres Xii, Konvensi Xviii Asosiasi Bimbingan Dan Konseling Indonesia Dan Seminar International Konseling. Denpasar Bali, Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 11.51 Wib.
- Baihaqi Dkk, (2017). *Metode Expresive Writing Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa*. *Psikoislammedia Jurnal Psikologi*. Diakses Pada Tanggal 10 April, Pukul 04.10 Wib.
- Desmita, (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 11.44 Wib.
- Desmita, (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya. Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 11.44 Wib.
- Govaerts Dan Gregoire, (2004). *Stres Full Academic Situations: Study On Appraisal Variables In Adolescence*. Dikases Pada Tanggal 27 Maret, Pukul 15.34 Wib.
- Hernawati, (2006). *Tingkat Stres Dan Strategi Koping Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama Tahun Akademik 2005/2006*. *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*
- Hastini, Dkk (2020). *Apakah Pembelajaran Menggunakan Teknologi Dapat*

*Meningkatkan Literasi Manusia Pada Generasi Z Di Indonesia. Jurnal Manajemen Informatika (Jamika).*

Inayatillah, V. (2015). *Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Kecenderungan Stres Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir (Penulisan Skripsi) Pada Mahasiswa (Doctoral Disertation, Uin Sunan Ampel Surabaya).* Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 11.51 Wib

Kurniawan Dkk, (2015). *Spiritual Emotional Writing Therapy Pada Subjek Yang Mengalami Episode Depresif Sedang Dengan Gejala Somatif. Uii Yogyakarta.* Diakses Pada Tanggal 10 April 2022, Pukul 04.10 Wib.

Keling Dan Meiyuntariningsih Dkk, (2017). *Efektifitas Expresive Writing Therapy Dalam Menurunkan Tingkat Stres Pada Remaja Dengan Albino Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Introvert Dan Ekstrovert. Persona Jurnal Psikologi Indonesia.* Diakses Pada Tanggal 10 April 2022, Pukul 04.10 Wib.

Mubarokah&Ifdil. (2015). *Gambaran Koping Stres Remaja Dengan Orang Tua Bercarai,* Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul, 11.44 Wib.

Nizar Ainun Rizqy, (2021). *Keefektifan Panduan Pelatihan Teknik Expresive Writing Therapy Untuk Mengurangi Tingkat Stres Akademik Siswa*

Puspitasari, W. (2013). *Hubungan Antara Manajemen Waktu Dan Dukungan Sosial Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja. Empathy Jurnal Fakultas Psikologi.* Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 11.51 Wib.

Pennebeker Dan Purnamamarini, (2016). *Pengaruh Terapi Expresive Writing Terhadap Penurunan Kecemasan Saat Ujian Sekolah (Studi Kuasi Ekperimen Terhadap Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 59 Jakarta). Insight: Jurnal Bimbingan Konseling.* Diakses Pada Tanggal 25 Maret 2022, Pukul 12.49.Wib.

Prayitno, (1995). *Layanan Dan Bimbingan Konseling Kelompok (Dasar Dan Profil)* Jakarta; Ghalia Indonesia. Diakses Pada Tanggal 13 April 2022, Pukul 19.12

Rahmawati. (2012). *Pengaruh Self-Efficacacy Terhadap Stres Akademik Pada Siswa Kelas 1 Risntisan Sekolah Bertaaruf International,* Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 11.44 Wib.

- Rahmadani Dkk, (2014). *Hubungan Antara Sense Of Humor Dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas Akselerasi Sma Negeri 1 Bireun* (Doctoral Dissertation, Universitas Medan Area). Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 11.51 Wib.
- Santrock, J. W. (2011). *Live-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Terjemahan. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Susanti, (2013). *Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara Di Muka Umum Pada Mahasiswa. Jurnal Psikologi*. Diakses Pada Tanggal 10 April 2022, Pukul 04.10 Wib.
- Susanti Dkk, (2013). *Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara Di Muka Umum Pada Mahasiswa. Jurnal Psikologi*. Diakses Pada Tanggal 10 April 2022, Pukul 04.10 Wib.
- Shukla, Dkk (2020). *Factors Extraxtion Of Effective Teaching-Learning In Online And Conventional Classrooms*. International Journal Of Information And Education Technology.
- Sindiro Dan Floerinta, (2016). *Efektifitas Expressive Writing Sebagai Reduktor Pshycological Distress*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Sarafino Dan Smith, (2011). *Health Psychology Biopsychocial Interaction 7 Th Edition*. United States Of America: Wiley John Willy & Sons, Inc. Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 20.50 Wib.
- Sarafino, (2006). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction (5 Th Ed)*. Usa John Willey & Sons Inc, Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 20.10 Wib.
- Susanti Dkk, (2013). *Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara Dimuka Umum*, Diakses Pada Taggal 7 April 2022, Pukul 12.47 Wib .
- Simbolon, 2015. *Reaksi Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Dengan Sistem Belajar Blok Di Fakultas Keperawatan X Bandung. Jurnal Skolastik Keperawatan* [Diakses Pada Tanggal 9 April 2022, Pukul 11.51]
- Sugiyono (2018), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*, Bandung: Cv Alfabeta.