

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, B. C., Mayasari, S., & Pratama, M. J. (2020). *Identifikasi Stresor Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama*. Jurnal Konseling Indonesia, 1.
- Agustiningsih, N. (2019). *Gambaran Stress Akademik dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan*. Jurnal Ners dan Kebidanan, 6(2), 241–250. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i2.art.p241-250>
- Alifiando, B. K., Pinilih, S. S., & Amin, M. K. (2022). *Gambaran Kecenderungan Perilaku Self-Harm pada Mahasiswa Tingkat Akhir Studi*. Jurnal Keperawatan Karya Bhakti, 8(1), 9–15. <https://doi.org/10.56186/jkkb.98>
- Ambarwati, dkk. (2023). *Brain Gym sebagai Mekanisme Koping Efektif Menurunkan Stres Akademik Pada Mahasiswa*.
- Andini, E. P., Rochmawati, D. H., & Susanto, W. (2023). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa FIK Menjelang UAS*. Jurnal Ilmiah Sultan Agung. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/JIMU/article/view/31273>
- Apipudin, A., Rahman, I. A., & Suarningsih, P. A. (2021). *Stres Level Overview of Level IV Students in Completing The Thesis at STIKES Muhammadiyah Ciamis*. Jurnal Stikes Muhammadiyah Ciamis: Jurnal Kesehatan, 8, 37–49.
- Apriliana, D. N. (2021). *Strategi Koping dan Stres Akademik Mahasiswa Dalam Kuliah Daring Pada Masa Pandemi Covid-19*. Psikoborneo, 9(1), 89. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5669>
- Arisandi, W., & Setia, A. (2021). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Mitra Indonesia*. Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia, 2(2), 1–9.
- Dewi, R., dkk. (2022). *Uji Validitas dan Reliabilitas PASS dalam Mengukur Stres Akademik Mahasiswa*. (Referensi dalam teks Anda).
- Divana, I. (2022). *Pengaruh Brain Gym terhadap Penurunan Stres pada Mahasiswa*.
- Hakim, N. & Aristawati, A. (2023). *Validitas dan Reliabilitas DASS-42 Versi Bahasa Indonesia Pada Dewasa Awal*.
- Hadinata, & Abdillah (2021). *Standar Asuhan Keperawatan dan Respon Klien terhadap Intervensi*.
- Nurhalimah, E., & Mulyani, A. (2022). *Mahasiswa Sebagai Agen Perubahan di Era Modern*. Jurnal Masalah, 3, 45–59.

- Nursolehah, R., & Rahmiati (2022). *Stres Akademik Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring*. *Jurnal Basicedu*, 6(5), 524–532.
- Putri, et al. (2024). *Efektivitas Brain Gym dalam Menurunkan Stres Akademik pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir*.
- Rahman, & Chandra (2022). *Brain Gym dan Aktivasi Sistem Relaksasi dalam Regulasi Emosi*.
- Rahmawati, A. N. (2020). *Konsep Stres, Rentang Sehat-Sakit Jiwa, dan Mekanisme Koping*. Dalam *Keperawatan Jiwa Mengenal Kesehatan Mental*.
- Ramesh, et al. (2020). *Effectiveness of Mindfulness in Reducing Academic Stress among Nursing Students*.
- Rastamadya, S., & Sulandjari, S. (2022). *Hubungan Tingkat Stres Akademik dan Konsumsi Zat Gizi dengan Status Gizi Mahasiswa Saat Pembelajaran Daring*. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 2, 119–127.
- Septyari, N. M., Adiputra, I. M. S., & Devhy, N. L. P. (2022). *Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi Masa Pandemi*. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(1), 14. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i1.403>
- Tamiya, A. P., Wahyuni, S., & Hasneli, Y. (2022). *Mekanisme Koping Mahasiswa Keperawatan Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Pada Masa Covid-19*. *JKEP*, 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.32668/jkep.v7i1.725>
- Widari, et al. (2023). *Efektivitas Intervensi Berbasis Gerakan (Brain Gym) Dalam Meningkatkan Fokus dan Menurunkan Stres Akademik*.
- Yuda, M. P., Mawarti, I., & Mutmainnah, M. (2023). *Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi*. *Pinang Masak Nursing Journal*, 2(1), 38–42. <https://online-journal.unja.ac.id/jpima/article/view/27092/16089>