

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta..(2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Edisi Revisi VI. Jakarta: Rineka Cipta.*
- Aza, I. N., Atmoko, A., & Hitipeuw, I. (2019). *Kontribusi dukungan sosial, self-esteem, dan resiliensi terhadap stress akademik siswa SMA*. State University of Malang.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas. Yogyakarta : Pustidaka Pelajar.*
- Azwar, S. (2000). *Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta Pustidaka Pelajar.*
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). *Konsep stress akademik siswa. Jurnal Konseling Dan Pendidikan, 5(3), 143–148.*
- Bunga Riska Ayu, B. P. S., Soegiarto, I., Mahendika, D., Dian Winei, A. A., & Shofiah, S. (2023). *Investigasi Pengaruh Stress akademik dan Perhatian terhadap Distress Psikologis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Jakarta. Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science, 1(02), 53–63.*
- Bustam, Z., & Radde, H. A. (2021). *Sense of humor, self-compassion, dan resiliensi akademik pada mahasiswa. Jurnal Psikologi Karakter, 1(1), 17–25.*
- Cassidy, S. (2016). *The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. Frontiers in Psychology, 7, 1787.*
- Creswell, J. D. (2017). *Mindfulness interventions. Annual Review of Psychology, 68, 491–516.*
- Dhamayanti, T. P., & Yudiarso, A. (2020). *The effectiveness of mindfulness therapy for anxiety: a review of meta analysis. Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi, 19(2), 174-183.*
- Dianita Maulinda, & Makmuroh Sri Rahayu. (2022). *Pengaruh Mindfulness terhadap Stress akademik pada Siswa SMAN X Cianjur di Masa Pandemi COVID-19. Jurnal Riset Psikologi, 1(2), 100–108. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.461>*
- Dwiastuti, I., Hendriani, W., & Andriani, F. (2018). *Perkembangan Penelitian Resiliensi Akademik Di Indonesia: Scoping.*
- Eby, L. T., Allen, T. D., Conley, K. M., Williamson, R. L., Henderson, T. G., & Mancini, V. S. (2019). *Mindfulness-based training interventions for employees: A qualitative review of the literature. Human Resource Management Review, 29(2), 156–178.*
- Fadhiilah, A. Q. (2023). *Pengaruh Dukungan Sosial Dan Hardiness Terhadap Stres Akademik Pada Siswa Di Sekolah Penggerak (Kurikulum Merdeka) (Doctoral dissertation, Universitas Islam" 45" Bekasi)*
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). *An analysis of the categories in the student-life stress inventory. American Journal of Psychological Research, 1(1), 1–10.*

- Gunasekara, A., & Zheng, C. S. (2019). Examining the effect of different facets of *mindfulness* on work engagement. *Employee Relations*, 41(1), 193–208.
- Hadits, A. F., Khasanah, A. N., & Rahayu, M. S. (2020). *Mindfulness* dan Kepuasan Perkawinan pada Pasangan yang Melaksanakan Homeschooling Mandiri. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 668–673.
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2021). *A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM)*. SAGE Publications.
- Haryono, S. (2017). *Metode SEM Untuk Penelitian Manajemen AMOS LISREL PLS*. Luximo Metro Media.
- Hidayat, O., & Fourianalistyawati, E. (2017). Peranan *mindfulness* terhadap stress akademis pada mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Psikogenesis*, 5(1).
- Himmah, A. F., & Shofiah, N. (2021). Pengaruh self efficacy dan manajemen waktu terhadap stres akademik pada siswa. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*, 1(1), 31-38.
- Hj Ramli, N., Alavi, M., Mehrinezhad, S., & Ahmadi, A. (2018). Academic Stress and Self-Regulation among University Students in Malaysia: Mediator Role of *Mindfulness*. *Behavioral Sciences*, 8(1), 12.
- Jakni, S. P. (2016). Metodologi penelitian eksperimen bidang pendidikan. *Bandung: Alfabeta*.
- Jaya, I. M. L. M. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Teori, Penerapan, dan Riset Nyata*. Anak Hebat Indonesia.
- Jowkar, B., Kojuri, J., Kohoulat, N., & Hayat, A. A. (2014). Academic resilience in education: the role of achievement goal orientations. *Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*, 2(1), 33.
- Kabat-Zinn, J., & Hanh, T. N. (2009). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. Delta.
- Kaplan, J. B., Bergman, A. L., Christopher, M., Bowen, S., & Hunsinger, M. (2017). Role of Resilience in *Mindfulness Training for First Responders*. *Mindfulness*, 8(5), 1373–1380.
- Mananna, Z. (2024). Hubungan Antara Mindfulness Dengan Tingkar Stress Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang (*Doctoral dissertation*, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- McGillivray, C. J., & Pidgeon, A. M. (2015). Resilience attributes among university students: a comparative study of psychological distress, sleep disturbances and *mindfulness*. *European Scientific Journal*, 11(5).
- Mufarrikoh, Z. (2019). *Statistika pendidikan (Konsep sampling dan uji hipotesis)*. Jakad Media Publishing.
- Murtiningrum, D., & Pedhu, Y. (2021). Resiliensi Akademik Siswa/Siswi Kelas Vii Dan Viii Sekolah Menengah Pertama Santo Andreas Tahun Ajaran 2020/2021. *Psiko Edukasi*, 19(2), 166–181.

- Muslim, M. (2020). Manajemen stress pada masa pandemi covid-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192–201.
- Napoli, M., Krech, P. R., & Holley, L. C. (2005). *Mindfulness* training for elementary school students: The attention academy. *Journal of Applied School Psychology*, 21(1), 99–125.
- NurSaadah, I., Widyaningrum, B., & Sadiyah, A. (2024). Pengaruh Resiliensi Akademik dan Self Efficacy Terhadap Stres Akademik. *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11(1), 1-11.
- Putra, I. A., & Huwae, A. (2023). *Mindfulness* and Academic Resilience of Suburban High School Students. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 8(2), 232–248. <https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.4233>
- Ramos Salazar, L. (2022). The mediating effect of *mindfulness* and self-compassion on leaders' communication competence and job satisfaction. *Journal of Communication Management*, 26(1), 39–57.
- Rikumahu, M. C. E. (2022). *Hubungan Antara Optimisme dengan Resiliensi Akademik Selama Masa Pembelajaran Daring pada Mahasiswa*.
- Rushton, C. H., Swoboda, S. M., Reller, N., Skarupski, K. A., Prizzi, M., Young, P. D., & Hanson, G. C. (2021). Mindful Ethical Practice and Resilience Academy: Equipping Nurses to Address Ethical Challenges. *American Journal of Critical Care*, 30(1).
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Rohmah, S. A. (2024). Peran Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Seminar Nasional Psikologi* 246-252.
- Sandra, R., & Ifdil, I. (2015). Konsep Stress Kerja Guru Bimbingan dan Konseling. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1(1), 80–85.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177–182.
- Sarwono, J. (2006). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif*.
- Saufi, M., Budiono, A. N., & Mutidakin, F. (2022). Self Regulated dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 67–75.
- Sihombing, M. (2024). Pengaruh Mindfulness Terhadap Pengurangan Stres Pada Mahasiswa. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, 7(4), 15062-15067.
- Siregar, A. L. (2017). Uji reliabilitas vertigo symptom scale short form (VSS-SF) pada penderita dizziness di RSUP Sanglah Denpasar. *Medicina*, 48(3).

- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X.-Y., & Xu, A. (2011). Educational stress scale for adolescents: development, validity, and reliability with Chinese students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534–546.
- Septiana, N. Z. (2021). Hubungan Antara Stress akademik Dan Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Dasar Di Masa Pandemi Covid-19. *Sittah: Journal of Primary Education*, 2(1).
- Soumya, R. R., & Sathiyaseelan, A. (2021). *Mindfulness*: An emotional aid to the glass ceiling experiences. *Cogent Psychology*, 8(1), 1907911.
- Utami, L. H. (2020a). Bersyukur dan resiliensi akademik mahasiswa. *Nathiqiyah*, 3(1), 1–21.
- Utami, L. H. (2020b). Bersyukur dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Nathiqiyah*, 3(1), 1–21.
- Utomo, P., Pahlevi, R., & Prayogi, F. (2022). The Effect of Social Skills and Social Support on Student Resilience in Schools. *Altruistik : Jurnal Konseling Dan Psikologi Pendidikan*, 2(1).47-49
- Warrier, U., Foropon, C., & Chehimi, M. (2022). Examining the influence of *mindfulness* on organizational role stress (ORS): a monitor acceptance theory perspective. *International Journal of Manpower*, 43(2), 448–462.
- Yulanda, B. (2017). *Pengaruh resiliensi terhadap prestasi akademik suatu studi pada mahasiswa angkatan 2012 Program Studi Sarjana Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Katolik Parahyangan*.
- Yunita, M. M., & Lesmana, T. (2019). Hubungan *Mindfulness* dan Vigor dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa di Universitas X. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 14(2), 172–184.
- Yusainy, C., Nurwanti, R., Dharmawan, I. R. J., Andari, R., Mahmudah, M. U., Tiyas, R. R., Husnaini, B. H. M., & Anggono, C. O. (2018). *Mindfulness* sebagai strategi regulasi emosi. *Jurnal Psikologi*, 17(2), 174–188.