

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, D., dkk. (2020). Pengaruh Edukasi Online Berbasis Family Centered Maternity Care Terhadap Self Efficacy Ibu Postpartum Dalam Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(1), 92–100.
- Afif, M. W., Hasanah, M., & Sholichah, I. F. (2022). Pengaruh stres akademik terhadap perilaku merokok pada mahasiswa. *At-Taujih: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(2), 31–43.
- Anggraeni, R. (2019). *Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Stambuk 2017 Universitas Sumatera Utara*. JIFI (Jurnal Ilmiah Farmasi Imelda), 3(1), 7–9. <https://doi.org/10.52943/jifarmasi.v3i1.205>
- Ahmad, M. (2021). Academic stress: How extrinsic motivation and self-efficacy affect. *JMKSP (Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, dan Supervisi Pendidikan)*, 6(2), 164–180
- Akhtar, S., & Akhtar, N. (2024). Issues and challenges of academic stress among first-year university students: An investigative study. *International Journal of Social Science and Entrepreneurship (IJSSE)*, 4(1), 133–152
- Arum, R. P., & Wibawanti, I. (2023). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UPI YAI. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 73–84. <https://journals.upiyai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/article/view/23>
- Artina, V., Taviprawati, E., & Darsiah, A. (2019). Dampak pengenalan kehidupan kampus mahasiswa baru (PK2MB) terhadap sikap mahasiswa tentang kebersihan lingkungan kampus di STP Trisakti. *Jurnal Sains Terapan Pariwisata*, 4(1), 37–52.
- Azwar, S. (2012). *Metode penelitian Yogyakarta: Pustaka Belajar*
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95–99. <https://doi.org/10.29210/02733jpgi0005>

- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Bisinglasi, M. G. I. (2016). Hubungan Self-Efficacy Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Angkatan 2014. In Doctoral dissertation. Program Studi Psikologi FPSI-UKSW
- Busari, A. O. (2014). Academic stress among undergraduate students: Measuring the Effects of Stress Inoculation Techniques. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(27), 599–609.
- Christy, L. E. A., & Soetjningsih, C. H. (2024). Academic self-efficacy dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(1), 129–135. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v12i1.14305>
- Daony, S., Putri, P. S., & Firdasannah, A. (2025). Hubungan antara efikasi diri akademik dengan kecemasan akademik pada siswa SMA kelas XII di Kota Bandung yang akan mengikuti UTBK SNBT 2023. In *Search (Informatic, Science, Entrepreneur, Applied Art, Research, Humanism)*, 24(1), 29–38.
- Dewi, N. P. N. S., Saputra, I. K., & Juniarta, I. G. N. (2025). Gambaran tingkat dan tuntutan stres akademik mahasiswa baru tahun pertama PSSKPPN dalam menjalani semester awal. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 13(1), 110–118. <https://doi.org/10.24843/coping.2025.v13.i01.p15>
- Dini, M. P., Fitryasari, R., & Asmoro, C. P. (2020). Analisis hubungan antara self-efficacy dan beban kerja akademik dengan stres mahasiswa profesi ners: Studi literatur. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 2(2), 78–91. <https://doi.org/10.20473/pnj.v1i1.22269>
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1231–1244.

- Erindana, F. U. N., Nashori, H. F., & Tasauhi, M. N. F. (2021). Penyesuaian diri dan stres akademik mahasiswa tahun pertama (Self Adjustment and Academic Stress in First-Year University Student). *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(1), 11–18
- Fatmana, A. C., & Ansyah, E. H. (2024). The Relationship Between Self-Efficacy and Academic Stress in Psychology Study Program Students at Muhammadiyah University of Sidoarjo. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 11(1). <https://doi.org/10.21070/psikologia.v11i1.1812>
- Febrianto, R. (2025). Stres akademik pada mahasiswa tahun pertama: Bagaimana peran efikasi diri? *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(6.D), 612–619. <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/12643>
- Fiqih, A., & Ratnawati, V. (2024). Mengurai stres akademik mahasiswa tingkat akhir: Faktor pemicu, dampak, dan strategi pengelolaan di Universitas Nusantara PGRI Kediri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 12(3), 755–765
- Gadzella, B. M. (1991). Student-life stress inventory. Commerce.
- Gatari, A. (2020). Hubungan stres akademik dengan flow akademik pada mahasiswa. *Cognicia: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang*, 8(1), 79–89. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia>
- Gisela, E. S., Kinkie, E. A., Sabbilla, A., & Subroto, U. (2025). Pengaruh Stres Akademik terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir yang Terlambat Lulus. *Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 331–341
- Ilhamsyah, F., Margareta, I., Pratiwi, S. L. A., & Alrefi. (2023). Gambaran Umum Stres Akademik Mahasiswa Keguruan di Palembang. *KOPENDIK: Jurnal Ilmiah KOPENDIK (Konseling Pendidikan)*, 2(2), 71–78
- Izdihar, N. F., Hakim, G., Abdusallam, A. Y., Romadhoni, M. A., & Rosyani, P. (2026). Analisis tingkat stres akademik mahasiswa program studi Teknik Informatika dan Sistem Informasi. *JRIIN: Jurnal Riset Informatika dan Inovasi*, 3(9), 2463–2469. <https://jurnalmahasiswa.com/index.php/jriin>
- Jensen, K. J., Mirabelli, J. F., Kunze, A. J., Romancheck, T. E., & Cross, K. J. (2023). Undergraduate student perceptions of stress and mental health in engineering

- culture. International Journal of STEM
<https://doi.org/10.1186/s40594-023-00419-6>
- Khoirunnas, M., & Raudatussalamah. (2025). The relationship between self-efficacy and academic resilience in first-year students UIN Suska Riau. *Persepsi: Jurnal Psikologi*, 4(1), 54–61
- Lubis, H., Oktafia, M., & Putri, A. P. (2022). Academic stress reviewed from self-adjustment, learning saturation, and grit. *Indonesian Journal of Educational Research and Review*, 5(3), 491–501. <https://doi.org/10.23887/ijerr.v5i3.50793>
- Lutfi, A. D. M., & Setyawati, S. P. (2023). Peran self efikasi akademik dan keterikatan akademik dalam mencapai prestasi akademik. *Jurnal CP Wikan*, 11, 1163–1173
- Maharanissa, M. A. (2022). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Biologi UIN Raden Intan Lampung Ditinjau Dari Konsep Diri Dalam Menyelesaikan Skripsi. In Doctoral dissertation. UIN Raden Intan Lampung.
- Marcus, D. A., Sagita, S., & Artawan, I. M. (2021). Hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok pada mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, 21(1), 128–133.
- Mayalianti, R. A., Fatimahtuzzahro, L., & Maryana. (2021). Self-efficacy akademik pada mahasiswa. *Zona Psikologi: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Universitas Batam.
- Milasari, E., & Listyaningrum. (2023). Strategi pengelolaan stres mahasiswa dalam peranannya sebagai mahasiswa baru tahun angkatan 2023. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(2), 344–349. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i02.2875>
- Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16(1), 41–51.
- Ningsih, W. F., & Hayati, I. R. (2020). Dampak Efikasi Diri Terhadap Proses dan Hasil Belajar Matematika (The Impact Of Self-Efficacy On Mathematics Learning Processes and Outcomes. *Journal on Teacher Education*, 1(2).
- Pacher, C., Woschank, M., Zunk, B. M., & Gruber, E. (2024). Engineering education 5.0: A systematic literature review on competence-based education in the industrial

- engineering and management discipline. *Production & Manufacturing Research*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/21693277.2024.2337224>
- Pitoy, F. S., & Lidiawati, K. R. (2023). *Kondisi Mahasiswa Tahun Pertama: Perlukah Self-Efficacy dalam Menghadapi Stres Akademik di Masa Pandemi?* *Jurnal Psikologi Udayana*, 10(1).
- Prihastyanti, I., & Sawitri, D. R. (2018). Dukungan guru dan efikasi diri akademik pada siswa SMA Semester Semarang. *Jurnal Empati*, 7(3), 33–46
- Purwanti, S., & Anni, C. T. (2022). Hubungan antara efikasi diri akademik dan stres akademik pada mahasiswa. *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 62–70. <https://doi.org/10.26877/empati.v9i2.2144>
- Putra, A. H. & Ahmad, R. (2020). Improving Academic Self efficacy in Reducing First Year Student Academic Stress. *Jurnal Neo Konseling*, 2, (2), 1-9. doi: 10.24036/00268kons2020
- Putro, A. W., & Simanjuntak, E. (2022). *Stres akademik dan dukungan teman pada mahasiswa tahun pertama selama pembelajaran daring*. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(1), 81–94.
- Rahmawati, D., Fahrudin, A., & Abdillah, R. (2021). Hubungan kontrol diri dengan stres akademik akibat pembelajaran hybrid dalam masa pandemi COVID-19 di SMK X Kota Bekasi. *Khidmat Sosial: Journal of Social Work and Social Services*, 2(2), 135–153
- Rohmah, N. R., & Mahrus, M. (2024). Mengidentifikasi Faktor-faktor Penyebab Stres Akademik pada Mahasiswa dan Strategi Pengelolaannya. *Journal of Islamic Education and Management (JIEM)*, 5(1), 36–43
- Rusdi, R. (2015). Hubungan Antara Efikasi Diri dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Mahasiswa Farmasi Semester IV Universitas Mulawarman. *eJournal Psikologi*, 4 (1), 53-64. Diunduh dari: ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id
- Sagone, E., & De Caroli, M. E. (2014). Locus of control and academic self-efficacy in university students: The effects of Self-concepts. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114, 222-228. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.689>.

- Saputri, M., & Saraswati, K. D. H. (2026). Gambaran stres akademik pada mahasiswa teknik. *Provita Jurnal Psikologi Pendidikan*, 19(1), 43–57.
- Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2020). Penyesuaian diri mahasiswa baru terhadap kehidupan perkuliahan. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 15–23.
- Sari, D. P., Dewi, L. B. N., & Larasati, C. L. (2025). Peran efikasi diri akademis dan kepuasan hidup terhadap kecenderungan stres pada mahasiswa. **Suksma: Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma*, 6*(2), 180–195. <https://doi.org/10.24071/suksma.v6i2.13317>
- Sawal, A., Pardiman, P., & Nurhidayah, N. (2024). Sosialisasi pendidikan tinggi dalam peningkatan pembangunan sumber daya manusia berkualitas. *Jurnal SOLMA*, 13(1), 503–512. <https://doi.org/10.22236/solma.v13i1.14444>
- Shafa, H. R. & Brebahana, A. (2024). Hubungan academic self-efficacy dan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama di masa transisi pandemi. *Jurnal Psikogenesis*, 12(1), 58–65
- Siregar, I. K., & Putri, S. R. (2019). Hubungan self-efficacy dan stres akademik mahasiswa. *Consilium: Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan*, 6(2), 91–95.
- Song, X., & Hu, Q. (2024). The relationship between freshman students' mental health and academic achievement: Chain mediating effect of learning adaptation and academic self-efficacy. *BMC Public Health*, 24, 3207. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20738-9>
- Sopiyanti, F. (2011). Pengaruh self efficacy terhadap penyesuaian akademik mahasiswa. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 289–304.
- Syalviana, E. (2021). Efikasi diri akademik dalam menghadapi tuntutan perkuliahan pada mahasiswa. *JIVA: Journal of Behavior and Mental Health*, 2(2), 211–218.
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R & D. Bandung: Alfabeta, CV.
- Tyagi, V., Arora, N., Saran, B., & Debapriya. (2025). Academic stress and its clinical implications among college students. *International Journal of Research in*

- Medical Sciences*, 13(10), 4206–4211. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20253166>
- Vidianingrum, P. R., Putri, D. C., Aulia Putri, N. D., Shankara, B. O., Zerlinda, E. D., & Satria, M. H. (2024). Analisis Pemahaman Kesantunan Berbahasa Indonesia Pada Mahasiswa Teknik Industri UPN “Veteran” Jawa Timur. *Jurnal Pendidikan West Science*, 2(03), 170–176.
- Wahyukencana, D. A., & Utami, N. I. (2024). Growth mindset dan efikasi diri akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Edukatif*, 10(1), 18–28. <https://doi.org/10.37567/jie.v10i1.2759>
- Wistarini, N. N. I. P. & Marheni, A. (2019). Peran Dukungan Sosial Keluarga dan Efikasi Diri terhadap Stres Akademik Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Angkatan 2018. *Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Pendidikan*, 164-173. Diunduh dari: <https://ojs.unud.ac.id/index.ph>
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. *Psyche 165 Journal*, 13(2), 235–239.