

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni A. (2023). *Upaya mahasiswa tingkat akhir dalam meminimalisir quarter life crisis di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Uin Raden Intan Lampung* (Skripsi, UIN Raden Intan Lampung)
- Afriyana, Siti Zulfa, et al. (2020) Hubungan asertivitas dan motivasi dengan keterampilan manajemen waktu dalam penyusunan skripsi mahasiswa. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 7(1),74–86, <https://doi.org/10.21009/jkkp.071.07>.
- Balaka, M. Y., & Abyan, F. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Bandung: Widina Bhakti Persada.
- Damayanti, F. E., Dayu, G. O., & Sholihin. (2023). Studi korelasi tingkat stres dengan optimisme mahasiswa keperawatan dalam menyelesaikan tugas akhir. *Jurnal Keperawatan Malang*, 8(2), 419–434. <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW>
- Delta, D., & Maryana, M. (2026). Hubungan faktor internal dan eksternal dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam menyusun skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional 2025. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 7(1), 4690–4702. <https://doi.org/10.31004/jkt.v7i1.54928>
- Diantri T. S. (2022) “*Hubungan antara self efficacy dengan quarter life crisis Pada mahasiswa psikologi Universitas Medan Area,*” (Skripsi). Univeritas Medan Area
- Dodikrisno E Manery, Taufik Zuneldi, Yushar A Embisa, Abdul M Ukratalo, & Nadira Pattimura. (2024). Gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan STIKES Pasapua Ambon Tahun 2024. *Jurna l Anestesi*, 2(3), 193–206. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i3.1228>
- Dwiputri, R., Idris, F. P., Gobel, F. A., Asrina, A., & Rahman, H. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Window of Public Health Journal*, 4(4), 567–577. <https://doi.org/10.33096/woph.v4i4.1115> (2023).
- Erlina, N. (2024). Strategi efektif mengatasi stres akademik melalui manajemen waktu untuk meningkatkan kesehatan mental mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 2(4), 142–148.
- Fahmi, A. Y., Soekardjo, S., & Hasanah, A. L. (2022). Tingkat spiritual berhubungan dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat IV SI keperawan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 127.

- Fajri, M. (2016). Manajemen waktu mahasiswa kurikulum berbasis kompetensi Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. *Idea Nursing Journal*, 7(3), 66–72.
- Fariza, Y. (2021). Gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi Covid-19 (Skripsi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Repositori Universitas Islam Sultan Agung Semarang. <https://repository.unissula.ac.id/26983/>
- Frederica S. I. Indy. (2023). *Gambaran tingkat stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa semester akhir di fakultas psikologi Universitas Medan Area.*(Skripsi). Universitas Medan Area.
- Gede A. J. N., Ni., R. V., & Pitriani, & Luh, P. W. F. (2024). Kurikulum berbasis outcome based education OBE dengan nilai-nilai karakter untuk meningkatkan kualitas mutu pendidikan perguruan tinggi. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 8(1), 41–48. <https://doi.org/10.23887/jppp.v8i1.68767>
- Hawari, D. (2016). *Manajemen stress, cemas, dan depresi* (Edisi ke-2). Jakarta: Badan Penerbit FKUI.
- Khairunnas, K., Maurissa, A., & Mayasari, P. (2025). Manajemen waktu dan *self efficacy* dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. *Banda Nursing Journal*, 2(1), 12–20. <http://journal.ac.id/bnj>
- Kurniati, S., Yulianto, B., & Wulandari, D. (2020). Pengukuran tingkat stres dengan *perceived stress scale-10*. *Jurnal ilmiah psikologi*, 8(1), 35–44.
- Masruroh, S., & Hilah, S. S. (2022). Implementasi pendidikan agama islam berbasis outcome based education (OBE) di perguruan tinggi umum. *Jurnal Dirosah Islamiyah*, 4, 374. <https://doi.org/10.17467/jdi.v4i3.1263>
- Meutia, R. Ginting, A., & Dewi, K. R. (2023). *Aktualisasi dan problematika dalam pembelajaran*. Akademika Pustaka.
- Mindyansyah, M. R. (2023). Hubungan manajemen waktu dengan stres akademik mahasiswa tingkat akhir di Universitas dr. Soebadi. *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, 53(1), 1–19. <http://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jsames.2011.03.003%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.gr.2017.08.001%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.precamres.2014.12>
- Nursalam. (2016). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan pendekatan praktis*. (Edisi ke-4). Jakarta : Salemba Medika.

- Padaunan, E., & Lamboan, D. A. (2025). Pencernaan pada mahasiswa keperawatan. *Nutrix Journal*, 9, 102–108.
- Paramartadewi, P., & Wardhani, P. (2023). Psychological distress scale among caregivers in delivering care of patients with post-stroke rehabilitation: validity and reliability testing study. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 20–29
- Pratiwi, T. A. L., Kurniawan, S. T., & Sulisetyawati, S. D. (2022). Hubungan tingkat stres dalam penyusunan tugas akhir dengan gagasan bunuh diri pada mahasiswa keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta. *Jurnal Universitas Kusuma Husada*, 000, 1–9.
- Rizki, A. M. (2018). *7 Jalan Mahasiswa. (Buku) Jawa Barat: CV. Jejak.*
- Saptadi, N. T. S., Alwi, M., Maulani, G., Novianti, W., Muhammadiyah, M., Agustina, Y., Susilawati, E., Sampe, F., Wardoyo, T. H., Riyadi, T., Hadikusumo, R. A., Nurlaly, L., Evenddy, S. S., Fitriyaningih, I., Ananingsih, V. K., & Holid, A. (2024). *Revolusi pendidikan: Merdeka belajar kampus merdeka (MBKM)*. Serang-Banten: Sada Kurnia Pustaka.
- Septiana, R. (2025). Hubungan kemampuan manajemen waktu dan stres akademik pada mahasiswa keperawatan (Tesis Sarjana, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia).
- Shahnaz, R., & Ratih, A. L. (2016). Peran optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29–37.
- Sigalingging, J. (2021). Pentingnya manajemen waktu bagi mahasiswa semester akhir. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Konseling*, 6(2), 178–190.
- Sofiarani, A. (2022). *Hubungan tingkat stres terhadap motivasi belajar mahasiswa keperawatan*. (Skripsi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang). Repositori Universitas Islam Sultan Agung. <https://repository.unissula.ac.id/29826/>
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Urrahma, N. S., Wahyuni, S., & Utomo, W. (2022). Hubungan tingkat spiritual dengan kejadian *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal kesehatan komunitas*, 8(3), 390–396. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol8.iss3.1289>
- Wahyudi, P. A. (2023). *Hubungan tingkat stres dan kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa semester akhir di Program Studi Sarjana Terapan*

Kebidanan dan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya (Tugas akhir, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya). <http://repo.polkesraya.ac.id/3149>

WHO. (2020). *Mental health: Strengthening our response*. Diakses dari <https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/mentalhealthstrengthening-our-response>

Wulandari, S. (2020). *Dampak pandemi Covid-19 terhadap psikologi perempuan hamil*. Jawa Barat: CV. Media Sains Indonesia

STIKES BETHESDA YAKKUM