

berupa penjelasan mengenai pentingnya menjaga kesehatan jiwa dan manajemen stres yang bisa diterapkan untuk mengurangi efek stres yang dirasakan.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian selanjutnya dengan pengembangan variabel penelitian serta penelitian mengenai faktor faktor penyebab stres yang dirasakan oleh remaja sehingga dapat membantu dalam penanganan stres akademik pada remaja selama pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

Aji, Rizqon H S. (2020). *Dampak Covid 19 pada Pendidikan di Indonesia Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran*. Jurnal Sosial dan Budaya Syar'i. 7(5). 395 – 402

- Andiarna, Fungsu. & Estri Kusumawati. (2020). *Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid – 19*. Jurnal Psikologi. 16 (2) . 139 – 141
- Atziza, Rossadea. (2015). *Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stres Dalam Pendidikan Kedokteran*. Jurnal Agromed Unila. 2(3).317-320
- Badan Pusat Statistik. (2019) . *Profil Statistik Kesehatan 2019*. Jakarta : Badan Pusat Statistik
- Barseli,M. Ifdil.& Riska Ahmad. (2018). *Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil Belajar*. Jurnal konseling dan Pendidikan. 4(1).40-47
- _____. (2017). *Konsep Stres Akademik Siswa*. Jurnal konseling dan pendidikan.5(3). 143-148
- Barseli,M. Ifdhil. & Fitria, Linda. (2020). *Stres Akademik Akibat Covid-19*. Jurnal Penelitian Guru Indonesia. 5(2). 95-99
- Damanik, Evelina Debora. (2006). *Pengujian Realibilitas, Validitas, Analisis Item, dan Pembuatan Norma Depression, Anxiety and Stres Scale (DASS)*.Tesis. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit. (2020). *Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa Dan Psikososial Pada Pandemi Covid – 19*. Jakarta : Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian
- Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Tanya Jawab Seputar Virus Corona (COVID-19)*. Jakarta : Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Kementerian Kesehatan RI.
- Farid, M.(2016). *Konsep Diri, Adversity, Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Jurnal Psikologi Indonesia. 5(2). 137-144
- Firman. & Sari Rahayu R. (2020). *Pembelajaran Online Di Tengah Pandemi Covid-19*. Jurnal Pendidikan Indonesia. 2(2). 81-86
- Gamayanti, Witrin. Mahardianisa. & Isop Syafei. (2018). *Self Disclosure Dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi*. Jurnal Ilmiah Psikologi. 5 (1). 115-121
- Gaol, Nasib Tua L. (2016). *Teori Stres : Stimulus, Respon, dan Transaksional*. Jurnal Ugm. 24 (1). 1-11
- Jamaludin. & Mulia sari D. (2016). *Pengaruh Kecerdasan Emosi Dan Coping Stres Terhadap Psychological Distres Pada Remaja*. 4 (1). 1-5

- Kemenkes RI. (2018). *Apakah Stres Itu ?*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stres/apakah-stres-itu>. Diakses pada 15 Maret 2021
- _____. (2018). *Apakah Efek Dari Stres Pada Remaja?*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/stres/page/15/apaka-efek-dari-stres-pada-remaja>. Diakses pada 15 Maret 2021
- Lubis, H.Ramadhani, Ayundha. & Rasyida, Miranti. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*. 10(1). 31- 39
- Masyah, B. (2020). Pandemi Covid 10 Terhadap Kesehatan Mental Dan Psikososial. *Mahakam Nursing Journal*. 2 (8) .353-362
- Maulana, Hutomo Atman. (2020). *Persepsi Mahasiswa Terhadap Pembeajaran Daring Pada Matakuliah Praktik Di Pendidikan Vokasi*. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*. 7(2).224-230
- Musabiq, Sugiarti.A. & Isqi Karimah. (2018). *Gambaran Stres Dan Dampaknya Pada Mahasiswa*. 20 (2). 75-79
- Notoatmodjo, S. (2012) . *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Nurmaliyah, Faridah. (2014). *Menurunkan Stres Akademik Siswa Dengan Menggunakan Teknik Self Instruction* . *Jurnal Pendidikan Humaniora*. 2(3). 273-282
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Kesehatan*. Jakarta : Salemba Madika
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia. (2020). *Masalah Psikologis Di Era Pandemi Covid-19* . <http://pdsjki.org/>. Diakses pada 10 Maret 2021
- Purba, Shafira A.(2020).*Tingkat Stres Siswa Yang Bersekolah dengan Media Daring di Madrasah Aliyah Negeri 2 Model Medan*. Skripsi. Universitas Sumatera Utara : Fakkultas Keperawatan
- Purwanto, Agus dkk. (2020). *Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online Di Sekolah Dasar*. (2). 1-9
- Purwati, S. (2012). *Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*. Skripsi. Universitas Indonesia : Fakultas Ilmu Keperawatan

- Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI. (2019). *Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia*. Jakarta : Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI
- Putro, Khamim Z. (2017). Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasi Jurnal aplikasi ilmu – ilmu agama*. 17(1) 25-32
- Satuan Tugas Penanganan Covid-19. (2020). *Pedoman Perubahan Perilaku Penanganan Covid-19* . Jakarta : Satuan Tugas Penanganan Covid-19
- Siahaan, M. (2020). *Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan*. *Jurnal Kajian Ilmiah*. (1). 1-3
- Syafari, Y & Maria, Montessori. (2021). *Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Motivasi Belajar Dan Prestasi Belajar Siswa Dimasa Pandemi Covid-19*. *Jurnal basicedu*. 5(3) 1294-1303
- Wardana, M.S. & Dinata, I.M. 2016. *Tingkat Stres Siswa Menjelang Ujian Akhir Semester Di SMAN 4 Denpasar*. *E-Jurnal Medika Udayana*.5(9).1-3
- WHO. (2020). *Adolescent Mental Health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>. Diakses pada 15 Maret 2021
- _____.(2020).Corona Virus Disease (COVID-19). <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>. Diakses pada 15 Maret 2021
- Widyono,Aan. (2020). *Efektifitas Perkuliahan Daring (Online) Pada Mahasiswa Pgsd Di Saat Pandemi Covid – 19*. *Jurnal Pendidikan*. 8(2).169-176
- Yosep, Iyus. & Sutini, Titin. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa (Dan Advance Mental Health Nursing)*. Cetakan Keempat. Bandung: Refika Aditama

LAMPIRAN

Lampiran 1

GAMBARAN STRES AKADEMIK PADA REMAJA SELAMA PANDEMI COVID – 19 di SMAN 4 TAMBUN SELATAN

KUESIONER