

DAFTAR PUSTAKA

Arif, Iman S. (2016). *Psikologi positif*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka.

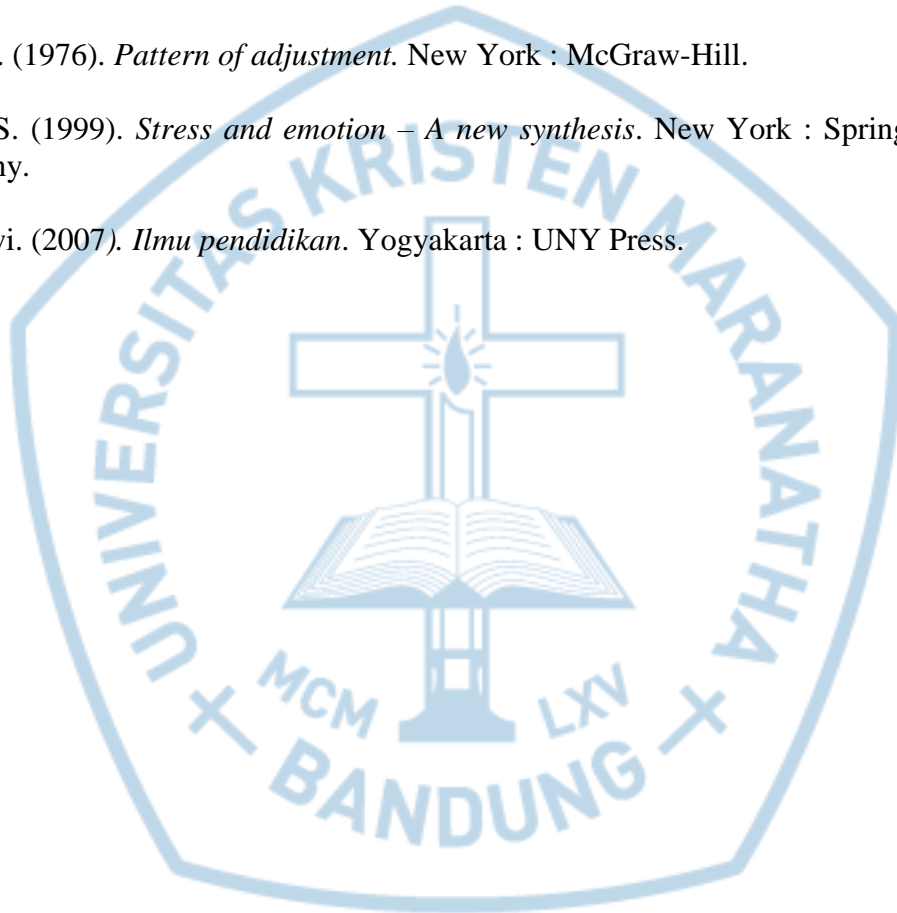
Langer, Ellen J. (2014). *Mindful learning*. Diunduh dari https://www.researchgate.net/publication/279596333_Mindful_Learning

Lazarus, L. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New york: Springer Publishing Company.

Lazarus, L.S. (1976). *Pattern of adjustment*. New York : McGraw-Hill.

Lazarus, L. S. (1999). *Stress and emotion – A new synthesis*. New York : Springer Publishing Company.

Siswoyo, Dwi. (2007). *Ilmu pendidikan*. Yogyakarta : UNY Press.



RUJUKAN

- Alo Dokter. (2017). *Kesehatan Mental*. (<https://www.alodokter.com/kesehatan-mental> diakses 14 Maret 2019).
- Arifin, Zaenal. (2017). *Kriteria instrument dalam suatu penelitian*. Diunduh dari <https://jurnal.unma.ac.id/index.php/th/article/view/571/537>.
- Brown, K.W., & Ryan R.M. (2003). *The benefits of being present : mindfulness and its role in psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- CNN. (2018). *Dampak Buruk Stres Terhadap Kesehatan*. (<https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20181030140707-255-342614/dampak-buruk-stres-pada-kesehatan> diakses 14 Maret 2019).
- Cohen, Sheldon. (1994). *Perceived Stress Scale*. Diunduh dari <http://www.mindgarden.com/documents/PerceivedStressScale.pdf>.
- Chaplin, J.P. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan oleh Kartini dan Kartono. Jakarta: Raja Grafindo Perkasa.
- Gadzella, B.M. (2005). *An analysis of the categories in the student-life stress inventory*. *American Journal of Psychological Research*.
- Guilford, J.P. (1955). *Psychometric Methods 2nd Edition*. New York : McGraw-Hill Book Company, Inc.
- Guilford, J.P. (1956). *Fundamental statistic in psychology and education 3rd Edition*. New York: McGraw-Hill Book Company, Inc.
- Hidayat, O., & Fourianalistyawati, E. (2016). *Peranan mindfulness terhadap stres akademis pada mahasiswa tahun pertama*. *Jurnal Psikogenesis*. Diunduh dari <https://doi.org/10.24854/jps.v5i1.494>.
- Kartasmita, S. (2009). *Hubungan kepribadian big five (neo-pi) dengan mindfulness pada mahasiswa*. *Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara*, 1–10.
- Kartasmita, S., & Nirmala, C. (2012). *Gambaran mindfulness pada remaja yang kecanduan bermain game online*.
- Kompas. (2018) *Secara Global, Tingkat Stres di Indonesia Disebut Paling Rendah*. (<https://lifestyle.kompas.com/read/2018/07/09/193000820/secara-global-tingkat-stres-orang-indonesia-disebut-paling-rendah> diakses 14 Maret 2019).
- Korelasi SPSS. (<https://samianstats.files.wordpress.com/2008/10/korelasional-spss1.pdf> diakses pada tanggal 20 Februari 2019).

- Kusumayanti, Yanafitria. (2014). *Studi deskriptif mengenai coping stress bintanga seskoad yang akan mengikuti seleksi secara tni angkatan darat.* (Undergraduate Thesis). Diunduh dari https://repository.maranatha.edu/14522/4/0730049_Chapter2.pdf.
- Priyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif.* Taman Siduarjo : Zifatama Publishing.
- Paper, C., Fourianalistyawati, E., Yarsi, U., Arruum, R., Universitas, L., Sahidah, T., ... Listiyandini, R. A. (2016). *Hubungan mindfulness dan kualitas hidup orang dewasa,* (August).
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk penelitian.* Bandung: Alfabeta Bandung.
- S1 Psikologi Maranatha. (<https://www.maranatha.edu/prodi/s-1-psikologi/> diakses 14 Agustus 2018)
- UUD 1945. (<http://jdih.pom.gp.id/uud1945.pdf> diakses 14 Maret 2019)
- UU No 12 Tahun 2012. (<http://sumberdaya.ristekdikti.go.id/wp-content/uploads/2016/02/uu-nomor-12-tahun-2012-ttg-pendidikan-tinggi.pdf> diakses 14 Maret 2019)
- Von Der Heyde, E. M. (2017). *The relationship between mindfulness and stress among college students.* Diunduh dari <https://search-proquest-com.pitt.idm.oclc.org/docview/1914904871?pq-origsite=summon>.
- Wong Jun Jie. *Mindfulness and stress.* Diunduh dari https://www.academia.edu/22206976/Mindfulness_and_Stress_-_Wong_Jun_Jie?auto=download.