

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an dan Terjemahannya. Jakarta: Departemen Agama Republik Indonesia.
- Acevedo EO, Ekkekakis Panteleimon (ed.). (2006). *Psychobiology of Physical Activity*. Champaign, Il.: Human Kinetics.
- Amin MS, dkk. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah.
- Auerbach SM & Gramling SE. (1998). *Stress Management Psychological Foundations*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Bernstein DA, Borkovec TD, & Hazlett-Stevens H. (2000). *New Directions in Progressive Relaxation Training: A Guide Book for Helping Professionals*. Westport: Praeger Publisher.
- Bhat RM, Sameer MK, & Ganarja B. (2011). *Eustress in Education: Analysis of the Perceived Stress Score (PSS) and Blood Pressure (BP) during Examinations in Medical Student*. J Clinical and Diagnostic Research, 5(7):pp.331 – 1335.
- Boenisch E, Haney CM. (2004). *The Stress Owner's Manual*. Jakarta: Gramedia.
- Bucker C. 1991. *Abnormal Psychology*. Boston: McGraw-Hill.
- Cohen S, & Williamson G. (1988). *Perceived Stress in a Probability Sample of the United States*. The Social Psychology of Health. Newbury Park, CA: Sage.
- Cohen S, Kamarck T, & Mermelstein R. (1983). *A Global Measure of Perceived Stress*. Journal of Health and Social Behavior, 24, 386 – 396.
- Dahlan W. (2010). *Model Proses Stres dengan Tiga Strategi Coping*. Jakarta: Medida Rahmah Press.
- Davis M, Eshelman ER, & McKay M. (2008). *The Relaxation and Stress Reduction Workbook, 6th ed*. California: New Harbinger Publication.

- Fakultas Kedokteran Universitas YARSI. (2018). *Pendidikan Kedokteran: Kurikulum*. Dilihat 16 Februari 2018. <<http://fk.yarsi.ac.id/kurikulum/>>
- Faperta UNPAD. (2014). *Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)*. Dilihat 18 Februari 2018. <<http://www.faperta.unpad.ac.id/akademik/pbm-dan-tata-tertib/evaluasi-hasil-belajar/15-indeks-prestasi-kumulatif-ipk.html>>
- Greenberg JS. (2009). *Comprehensive Stress Management, 7th ed.* New York: Mc. Graw Hill.
- Hartono D. (2016). *Psikologi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ismail SM. 2008. *Strategi Agama Islam Berbasis PAIKEM*. Semarang: Rasail Media Group.
- Izan A. 2012. *Tafsir Pendidikan Studi Ayat-Ayat Berdimensi Pendidikan*. Tangerang: Shuhuf Media Insani.
- Jacobson E. (1938). *Progressive Relaxation*. Chicago: Chicago Press.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) versi online. (2017). *Stres*. Dilihat 16 Februari 2018. <<https://kbbi.web.id/stres>>
- Lee PT. (2010). *Hubungan Kebiasaan Berolahraga dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Tahun Masuk 2008*. Skripsi. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Lumonga N. (2009). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Munib A. 2004. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Semarang: UPK MKK Unnes.
- Saefulloh A. 2008. *Peran Agama Sebagai Sarana Mengatasi Frustrasi dan Depresi: Sebuah Telaah Psikologis*. Purwokerto: KOMUNIKA (Jurnal Dakwah dan Komunikasi).

- Saefulloh A. 2017. *Metode Pendidikan Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)*. Purwokerto: KOMUNIKA (Jurnal Dakwah dan Komunikasi).
- Santrock JW. (2002). *Life - Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Smet. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Soewondo S. (2012). *Stress, Manajemen Stres, dan Relaksasi Progresif*. Depok: LPSP3 UI.
- Sudjana N. 1995. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Sunaryo. (2002). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Surya M. (2004). *Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran*. Bandung: Pustaka Bani Quraisyi.
- Suryabrata S. (1998). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Tsigos C, Kyrou I, Kassi E, & Chrousos GP. (2016). *Stress, Endocrine Physiology and Pathophysiology*. Dilihat 18 Februari 2018. <<http://www.endotext.org/chapter/stress-endocrine-physiology-and-pathophysiology/>>
- Wallace EV. 2007. *Managing Stress: What Consumers want to Know from Health Educators*. American Journal of Health Studies: Academic Research Library.
- Zuhroni. 2013. *Dasar dan Sumber Syariat Islam Edisi Revisi*. Jakarta: Bagian Agama Islam UPT MKU dan Bahasa Universitas YARSI.