

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A. A., & Somantri, A. Y. (2024). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Stres Belajar Menghadapi Ujian Akhir Semester pada Siswa SMPN 1 Tanjungkerta. *JIKSA - Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 6(2), 68–71. Retrieved from <https://ejournal.lppmunsap.org/index.php/jiksa/article/view/1649>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47Jurnal Unimed+4>
- Afifah, N. S. (2024) Teknik Relaksasi untuk Kecemasan dan Stres pada Remaja: Kajian Sistemik. DOI : [10.47134/pjp.v1i4.2581](https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2581)
- Anggarani, W. A., & La Kahija, Y. F. (2017). Makna Menjadi Penari Jawa: Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis. *Jurnal Empati*, 5(2), 402-407. DOI: <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15238>
- Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2003). The Depression Anxiety Stres Scales (DASS): Normative data and latent structure in large non clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology* (2003),42, 111-131. DOI: <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15238>
- Dewi, N. S. (2024). Gambaran Tingkat Stres Anak SMP Dalam Menghadapi Ujian Di SMPN 1 Kebonarum, Universitas Muhammadiyah Klaten).
- Dani, R. A., Utami, M. S. S., & Sumijati, S. (2017). Efek penerapan terapi gerakan tari dalam menurunkan hiperaktivitas pada anak ADHD. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*,1. https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/view/2198/0?utm_source
- Ermis S. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit UNDIP.
- Iryanti, V. (2000). Tari Bali: Sebuah Telaah Historis (Bali Dance: A Historical Research) dalam Harmonia : Jurnal Pengetahuan dan Pemikiran Seni Vol. 1 No.2/September-Desember 2000. Diakses pada 21 Mei 2025. <http://www.neliti.com/>.
- Kasih, Z. S., Khusumadewi, A., Purwoko, B., & Winingsih, E. (2024). Dance Movement Therapy dengan Media Tari untuk Menurunkan Stres pada Remaja. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 7(2), 220, 238. DOI: <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v7i2.1888>.

- Kemenkes BKKP (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/SKI%202023%20DALAM%20ANGKA_BKKP_KEMENKES_OK.pdf. Diakses pada hari rabu tanggal 30 April 2025 pukul 23.05.
- Lais, D. (2012). Efektivitas Dance/Movement Therapy Terhadap Penurunan tingkat Stres Mahasiswa Martikulasi Penerimaan Mahasiswa Baru Fakultas Ilmu Kedokteran Universitas Sumatra Utara 2012. Berdasarkan Hassles Assesment Scale for Student in College. Usu https://ejournal.unuja.ac.id/index.php/jkp/article/view/4220?utm_source
- Masruroh, F., & Nugroho, R. W. (2021). Pengaruh terapi tari terhadap penurunan tingkat stress pada anak. *AL IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1). DOI: <https://ejournal.iaibrahimy.ac.id/index.php/alihsan/article/view/635>.
- Megarina, Y. (2021). PEMANFAATAN DANCE THERAPY DALAM KONSELING.
- Muhammad, T.W 6 Cara Mengatasi Stres Akademik Menurut Para Ahli https://kumparan.com/muhammad-ridwan-tri-wibowo/20qTmUKJUff?utm_source. Diakses pada tanggal 27 juni 2025 pukul 18.59.
- Nubakti, K. D. A. A. (2025). Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa Melalui Peran Pendidikan Seni dalam Pengembangan Emosional dan Psikologis. *Widya Sundaram: Jurnal Pendidikan Seni Dan Budaya*, 3(1), 13-24.
- Priyanto,. (2014). Konsep Manajemen Stres. Nuha Medika.
- Putri E, U.I Harwin (2024). Hubungan Antara Pengetahuan Remaja Putri (Pubertas) Dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Siswa Kelas VII (A-F) DI SMP Negeri 1 Sungai Raya Tahun 2024.
- Pangestu, Y. P. D. A. (2021). Konseling Kekinian dengan Melibatkan Dance and Movement Therapy.
- Rahmawati, R. D., Lestari, D. R., & Rahmayanti, D. (2025). Gambaran Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Sarjana Keperawatan Dan Kedokteran: Overview of Academic Stress Levels in Undergraduate Nursing and Medical Students. *Journal of Intan Nursing*, 4 (1), 1-6.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Umam. (2025). Seni Tari: Pengertian, Unsur-Unsur, Fungsi, dan Jenis. https://www.gramedia.com/literasi/seni-tari/?srsltid=AfmBOoq4-bsVVoscuVD5yNiWuArE_5ey4-FikSvIhcvUyq_05nj2KIql. Diakses pada

tanggal 26 Mei 2025. Pukul 16.44.

Setya Zelma Kasih (2024). Dance Movement Therapy dengan Media Tari untuk Menurunkan Stres pada Remaja.
<https://doi.org/10.38073/almusyrif.v7i2.1888>

Nugroho W. R (2023). THE EFFECT OF DANCE THERAPY ON ACADEMIC STRESS
<https://doi.org/10.5555/ijosmas.v4i5.367>