

DAFTAR PUSTAKA

- Achmadin, Anggit Jiwandani. "Strategi coping stres pada mahasiswa baru fakultas psikologi universitas muhammadiyah malang," 2016.
- Atceh, Aboebakar. *Pengantar Ilmu Tarekat (Uraian Tentang Mistik)*. Solo: Ramadhani, 1993 Cet ke- IX. hal.287
- Ahmad Warson Munawir dan Al-Munawir. *Kamus Arab-Indonesia*. Surabaya: Pustaka Progresif, cet. 25, 2002. hal. 402
- Aji, Achmad Guntur Hermawan Suryo. "Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang," 2020.
- Amalia, Vicky Rizki, dan Fuad Nashori. "Hubungan antara Religiusitas dan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Mahasiswa Farmasi." *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity* 3, no. 1 (2021): 36–55.
- Arifin, Zainal. *Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011. h. 29
- Ash Shiddieqy, M. Hasbi. *Pedoman Dzikir dan Do'a*. Jakarta: Bulan Bintang, 1964.
- Bunyamin, Andi. "Mengelola Stres dengan Pendekatan Islami dan Psikologis." *Idaarah: Jurnal Manajemen Pendidikan* 5, no. 1 (2021): 145–59.
- Dwicahtyaningtyas, Ratna. "Gambaran Strategi Koping Stres pada Mahasiswa di Universitas Airlangga Surabaya," 2020.
- Elyas, Papa Luis Maluf. *Munjid fil Lughoh Wa a'ala*. Libanon: El Mucheg, Beirut: 1998. hal.591
- Fadila, Erida. "Hubungan Tingkat Stres Terhadap Hasil Belajar pada Siswa Sekolah Menengah atas Muhammadiyah Cirebon." *JAMC idea's* 5, no. 2 (2018).
- Faisal, Sanapiah. *Format-format Penelitian Sosial*. Jakarta: Rajawali Pres, 1995. h.20
- FM (narasumber). Wawancara, di depan kamar santri PP. HM Putra Al-Mahrusiyah, 18 April 2023
- Fuadah, Ainani Zakiatul. "Peran Istighasah dalam Mengurangi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional Di UPTD SMAN I Mojo Kediri: Kajian Fenomenologis Psikosufistik Pendidikan Islam," *Didaktika Religia* 2, no. 2 (2014).
- Fuadah. "Peran Istighasah dalam Mengurangi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional Di UPTD SMAN I Mojo Kediri."

- Lakadimu, Riyadh Hadinah Ahtar, Imamul Arifin, dan Muhammad Fathurrahman. "Metode Terapi Murrotal Al-Quran Dalam Penanganan Stres Studi Kasus Pada Mahasiswa PENS Teknologi Rekayasa Internet 2021." *Al Yasini: Jurnal Keislaman, Sosial, hukum dan Pendidikan* 6, no. 2 (2021): 301–301.
- Maharani, Aswina. "Hubungan antara Efikasi Diri Dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau," 2022.
- MB (narasumber). Wawancara, di maqbaroh musala PP. HM Putra Al-Mahrusiyah 10 April 2023
- MH (narasumber). Wawancara, di musala PP. HM Putra Al-Mahrusiyah 15 April 2023
- Moleong, Lexy J., *Metodologi kualitatif*, h.4
- Moelong, Lexi J., *Metodologi Kualitatif*, h.157
- Mubarok, Umi Wakhidatul. Pengaruh Keaktifan Dalam Mengikuti Pengajian Istighosah Malam Senin Terhadap Implementasi Sikap Sabar, (Salatiga: Skripsi tidak diterbitkan, 2011) hal. 17-18.
- Mufid, Ahmad Syafii. *Dzikir Sebagai Pembinaan Kesejahteraan Jiwa*. Surabaya: Bina Ilmu, 1985. hal. 25
- Najāī, Muḥammad ‘Uthmān. *Jiwa dalam Pandangan Para Filosof Muslim* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002)
- Nurcholis. *50 amaliyah an-nahdliyah*, hal.33
- Observasi. Wawancara, Pondok Pesantren HM Al-Mahrusiyah Kediri, 10 Oktober 2022
- Observasi. Wawancara, Kantor Pondok Pesantren HM Al-Mahrusiyah Kediri, 15 Oktober 2022.
- Omar, Nur Adilah Adilah, dan Wan Nasyrudin Wan Abdullah. "Pengurusan Stres Melalui Pendekatan Istighathah." *Al-Banjari: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Keislaman* 17, no. 2 (2018): 279–96.
- Safaria, T., & Saputra, N. E. 2012. *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. 2012. *Health psychology: Biopsychosocial interaction 8th edition*. Asia: John Wiley & Sons.
- Shaharom, Mohamed Hatta. *Etika Perubatan Islam dan Isu-isu Psikiatri*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 2008.

Susatyo Yuwono, “Mengelola Stres dalam Perspektif Islam dan Psikologi,” *Psycho Idea* 8, no. 2.

Suyadi. *Quantum Dzikir*. Yogyakarta: DIVA Press, 2008. hal. 91-99.

Umari, Barmawie. *Sistematika Tasawwuf*. Solo: Romadloni, 1993. hal.174.

Widi, Restu Kartiko. *Asas Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010. h.91.

Yazid bin abdul Qadir jawas. *Doa dan Wirid mengobati guna-guna dan sihir menurut Al-qur'an dan As-sunnah*, (Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2005), hal 61-87

