

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Survey design: Cross sectional dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer*, 3(1), 31–39. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- Adil, A. (2025). Dampak partisipasi olahraga kampus terhadap kesejahteraan mental dan stres akademik mahasiswa. *Global Journal Sports*, 3(November), 539–550. <https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjs/article/view/4818>
- Afifah, D. (2025). Aktivitas olahraga sebagai upaya menjaga kesehatan mental pada mahasiswa. *Jurnal Pembelajaran, Kurikulum Dan Teknologi Pendidikan*, 1(2), 78–88. <http://artmediapub.id/index.php/JPKTP/article/download/78-88/67>
- Ahadiyanto, N. (2020). Hubungan dimensi kepribadian the Big Five Personality dengan tingkat kesejahteraan psikologis narapidana (di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Malang). *Jurnal Al-Hikmah*, 18(1), 105–116. <https://doi.org/10.35719/alhikmah.v18i1.26>
- Akbar, L. A. M., Hidayat, M. Q., & Hadi, H. S. (2024). Kesejahteraan psikologis (well-being) sebagai determinan prestasi akademik dalam pendidikan tinggi. *ARMADA: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 3(8). <https://doi.org/10.55681/armada.v3i8.1686>
- Alamsyah, N. F., & Hita, I. P. A. D. (2025). Frekuensi dan durasi berolahraga. *Sains Olahraga: Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 9(1), 63–74. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/so>
- Alda, R. S. (2022). *Hubungan antara locus of control internal dengan kesejahteraan psikologi pada remaja* [Thesis, Uin Raden Intan Lampung]. <https://repository.radenintan.ac.id/19101/>
- Andini, J. P., & Aviani, Y. I. (2025). Hubungan self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Padang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 5(2), 65–78. <https://doi.org/doi.org/10.55606/jikki.v5i2.6042>
- Anggraini, U. Y., & Rahardjo, W. (2023). Psychological well-being mahasiswa rantau: Peran resilience dan optimisme. *Psycho Idea*, 21(2), 166-176. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v21i2.17901>
- Apriansyah, M. A., Nabilah, K., Kalihza, I. A., Najwan, M., Fawwazatha, N., Alfarano, M. R., & Agung, R. (2024). Kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir ditinjau dari perbedaan gender. *Journal of Psychology and Social Sciences*, 2(3), 119–127. <https://doi.org/10.61994/jpss.v2i3.725>

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., WHO WMH-ICS Collaborators. (2018). WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 127(7), 623–638. <https://doi.org/10.1037/abn0000362>
- Aulia, M. F., Wahyu, A. M., Anugrah, P. G., Chusniyah, T., & Hakim, G. R. U. (2021). Tujuan hidup sebagai prediktor kesejahteraan psikologi pada Generasi Z. In *Buku Abstrak Seminar Nasional “Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental dalam Penyelesaian Pandemi Covid 19: Tinjauan Multidisipliner”* (Number April, pp. 413–423). <https://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1164>
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal keperawatan jiwa*, 7(2), 127. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/4980>
- Avraam, E., & Anagnostou, G. (2022). A literature review on gender stereotypes in physical education. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 8(6), 26–37. <https://doi.org/10.46827/ejpe.v8i6.4404>
- Azwar, S. (2012). Metode penelitian. Yogyakarta
- Azzahra, V. A., Lestari, D. A., Ananda Aulia, S., Aldora F., & Hambali, B. (2024). Jenis-jenis aktivitas dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 24(2), 56–65. <https://doi.org/10.36728/jis.v24i2.3581>
- Bachtiar, N., Hasan, M. I., & Andodo, C. (2023). Stres akademik mahasiswa kesehatan terhadap perubahan psikologis, fisiologis, perubahan motivasi dan kualitas belajar mahasiswa. *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 14(2). <https://doi.org/10.36308/jik.v14i2.539>
- Berliana, B., Hamzah, A., & Simbolon, M. (2021). Gender Issue in Masculine Sports in Indonesia: A Case Study. *Annals of Applied Sport Science*, 9(1), 1–9. <https://doi.org/10.29252/aassjournal.941>
- Cao, L., Ao, X., Zheng, Z., Ran, Z., & Lang, J. (2024). Exploring the impact of physical exercise on mental health among female college students: the chain mediating role of coping styles and psychological resilience. *Frontiers in Psychology*, 15(November). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1466327>
- Chaudhry S, Tandon A, Shinde S, Bhattacharya A (2024) Student psychological well-being in higher education: The role of internal team environment, institutional, friends and family support and academic engagement. *PLOS ONE* 19(1): e0297508. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297508>

- Cobo-Rendon, R., Lopez-Angulo, Y., Saez-Delgado, F., & Mella-Norambuena, J. (2024). Exploring student well-being: The impact of perceived autonomy on Psychology students. *Revista de Ciencias Sociales*, 30(3), 569–582. <https://doi.org/10.31876/rsc.v30i3.42696>
- Denovan, A., & Macaskill, A. (2017). Stress and subjective well-being among first year UK undergraduate students. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 505–525. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9736-y>
- Diniyah, N. M., Nasichah, N., & Wulandari, P. S. (2024). Stres akademik dan kemandirian belajar terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa prodi bimbingan penyuluhan Islam di masa pandemi Covid-19. *PANDALUNGAN: Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling Dan Multikultural*, 2(1), 98–103. <https://doi.org/10.31537/pandalungan.v2i1.1630>
- Dos Santos, M. L., Silva, R. A., Pereira, J. S., & Lima, T. R. (2020). Stress in academic and athletic performance in collegiate athletes. *Frontiers in Psychology*, 11, 1234–1245. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00042>
- Duana, M., Nasution, A. S., Idarul Hafni, Safrida, S., & Muliane, M. (2025). Hubungan pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, dan penerimaan diri dengan stres mahasiswa penyusun tugas akhir Universitas Teuku Umar 2024. *NASUWAKES: Jurnal Kesehatan Ilmiah*, 18(2), 145–155. <https://doi.org/10.30867/nasuwakes.v18i2.1076>
- Eva, N., Hidayah, N., & Shanti, P. (2020). Model kesejahteraan psikologis mahasiswa Indonesia dan Malaysia. *Universitas Negeri Malang, Malang*. https://www.researchgate.net/profile/Nur-Eva-2/publication/342096845_Model_Kesejahteran_Psikologis_Mahasiswa_Indonesia_Dan_Malaysia/links/5ee1f06aa6fdcc73be702a5a/Model-Kesejahteran-Psikologis-Mahasiswa-Indonesia-Dan-Malaysia.pdf
- Farhani, A. D., Wigati, D., Mufidah, W., & Nursanti, E. (2024). Self regulation dan psychological well-being dengan fear of missing out (FoMO) pada usia emerging adulthood. *IDEA: Jurnal Psikologi: Journal of Clinical, Industrial, Social and Educational Psychology*, 8(2), 134–145. <https://doi.org/10.32492/idea.v8i2.8207>
- Fatah, M. A., Hamidi, A., & Williyanto, S. (2025). Pengaruh kebiasaan olahraga terhadap tingkat stres akademik di kalangan mahasiswa. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(5), 2006–2015. <https://doi.org/10.55081/jurdip.v5i5.3889>
- Febriyanti, E., Saam, Z., & Wahyuni, S. (2024). Analisa pengaruh kepadatan, kesesakkan, dan sosial ekonomi terhadap kesejahteraan psikologis (psychological well-being) ibu rumah tangga. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(1), 1–7. <https://doi.org/doi.org/10.25311/keskom.Vol10.Iss1.1334>
- Hagerty, B. M. K., Lynch-Sauer, J., Patusky, K. L., Bouwsema, M., & Collier, P. (1992). Sense of belonging: A vital mental health concept. *Archives*

of Psychiatric Nursing, 6(3), 172–177. [https://doi.org/10.1016/0883-9417\(92\)90028-H](https://doi.org/10.1016/0883-9417(92)90028-H)

- Handayani, F., & Fithroni, H. (2022). Hubungan tingkat aktivitas fisik terhadap tingkat stres mahasiswa akhir Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(3), 131–138. <https://doi.org/10.26740/jurnal-kesehatan-olahraga.v10i3.48290>
- Hidayat, V. (2018). Kebermaknaan hidup pada mahasiswa semester akhir. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 141–152. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1491>
- Hidayati, B. N. S. (2024). *Efektivitas pelatihan self-regulation dalam menurunkan academic burnout pada mahasiswa semester akhir* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <https://etheses.uin-malang.ac.id/73777/>
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik*, 2(1), 73–80. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Adaptasi psychological well-being short scale pada mahasiswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(1), 141–149. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i1.7990>
- Humaidah, A., Nihayah, Z., & Sumiati, N. T. (2024). Scoping review: Faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(5), 5931–5938. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i5.7479>
- Ilham, Z. (2021). Peranan psikologi olahraga terhadap atlet. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 1(2), 274–282.
- Imana, A., Dzaki, H., Putri, L. M., Terra, R., Nabilah, S. O., & Hidayati, I. (2024). Hubungan social anxiety terhadap tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa baru perantau di Universitas Negeri Padang. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(1), 248–256. <https://doi.org/10.61132/observasi.v3i1.952>
- Isikgoz, M. E., Sahbudak, M., Devenci, M. E., & Oztunc, M. (2025). Challenges and successes in promoting gender equality through physical education and sports: A systematic review. *BMC Public Health*, 25, 2117. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23373-0>
- Iskandar. (2025). Gambaran stres akademik pada mahasiswa pendidikan kepelatihan olahraga semester VI. *Journal of Mental Health Concerns*, 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.56922/mhc.v4i1.1006>
- Izzati, U. A., Budiani, M.S., Mulyana, O. P., & Puspitadewi, N. W. S. (2021). Gambaran kesejahteraan psikologis pada karyawan terdampak COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 11(3), 315–325. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p315-326>

- Jaha, A. J., Lumba, A. J. F., & Sinlaeloe, A. (2024). Pendampingan psikologi bagi atlet binaan Sentra PPLP Dispora NTT: Integrasi dukungan psikologis dalam pembinaan atlet muda. *Journal Abdimnas*, 6(4), 1099–1115. <https://doi.org/doi.org/10.36312/sasambo.v6i4.2296>
- Juriana, Sujiono, B., & Tahki, K. (2018). Pengembangan alat ukur psychological well-being untuk mahasiswa olahraga. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas IlmuKeolahragaan Universitas Negeri Jakarta*, 52–60.
- Khusna, H. I. M., Sumiyanto, F. R. A., Mujahid, A., Arianta, I., Irawan, N., & Imansyah, F. (2023). Upaya meningkatkan mental performa atlet karate: Akibat kecemasan kalah bertanding. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)*, 5(02), 26–33. <https://doi.org/10.35724/mjpes.v5i02.5173>
- Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 232/U/2000 tentang pedoman penyusunan kurikulum pendidikan tinggi dan penilaian hasil belajar mahasiswa. (2000).
- Krismona, E. B., Nurihsan, A. J., & Ilfiandra, I. (2022). Self-Actualization of Early Adulthood Individuals in Ngawi Regency. *Analitika*, 14(1), 59–65.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Kurniawan, S. R., & Eva, N. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper*, 152–162. <https://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/28>
- Laeli, Y. N., & Khodijah. (2025). Fatigue of caring: strategi remaja dalam menghadapi kelelahan emosional sebagai tempat curhat orang lain. *Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 11(02), 350–360. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v11i02.6115>
- Latiff, H. F. M. (2022). Masculinity in intersectionality: Oppression through obscurity in the Muslim and Malay community in Southeast Asia. *Epistemé: Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman*, 17(1), 71–96. <https://doi.org/10.21274/epis.2022.17.01.71-96>
- Lundvall, M., Palmér, L., Hörberg, U., Carlsson, G., & Lindberg, E. (2022). Finding an existential place to rest: enabling well-being in young adults. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 17(1). <https://doi.org/10.1080/17482631.2022.2109812>
- Musafiri, M. R. Al. (2021). Psychological well-being dan subjective well-being terhadap kejenuhan akademik siswa. *Jurnal Darussalam; Jurnal Pendidikan, Komunikasi Dan Pemikiran Hukum Islam*, XII(2), 157–176. <https://doi.org/doi.org/10.30739/darussalam.v12i2.2319>

- Najmudin, M. F., Khotima, N. A., & Lubis, R. F. (2023). Peran orang tua terhadap psikologis anak rantau melalui komunikasi jarak jauh. *JKKP: Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*, 10(April), 88–99. <https://doi.org/doi.org/10.21009/JKKP.101.08>
- Nasih, M., & Rachman, A. (2024). Studi deskriptif kesejahteraan psikologismahasiswa angkatan 2022 Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas LambungMangkurat. *JPBK: Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 21–28.
- Nasihah, D., & Alfian, I. N. (2021). Hubungan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada penerima beasiswa Bidikmisi. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 85–858. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1>
- NASPE Standards (National Association for Sport and Physical Education). (n.d.). *National Association for Sport and Physical Education Physical Education Standards*. Retrieved from <https://physicaleducationinformation.weebly.com/naspe-standards.html>
- Nezlek, J. B., Cyprianska, M., & Gutral, J. (2025). Environmental mastery mediates relationships between mindsets and well-being. *PLOS ONE*, 20(7 July), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0326997>
- Ningrum, E. D. C., Istiqomah, I., & Linsiya, R. W. (2023). *Peran psychological well-being terhadap personal growth initiative pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi*. 1(1), 29–44. <https://psikologi.unair.ac.id/proceeding-series-of-psychology/index.php/psp/id/article/view/13>
- Nopialestari, R., Fitri, M., Hamidi, A., Pendidikan, U., Distress, P., & Derajat, T. (2023). Analisis level psychological distress terhadap mental toughness atlet putri tarung derajat. *Jurnal Kejaora : Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*, 8(2), 183–188. <https://doi.org/doi.org/10.36526/kejaora.v8i2.3096>
- Nurhayati, N. F., Abidin, Z., & Karim, C. H. Al. (2024). Hubungan Flow dengan Kesejahteraan Psikologis pada Atlet Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 9(1), 89–106. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v9i1.11916>
- Oktavia, G. N., Fitri, M., & Paramitha, S. T. (2023). Analisis tingkat well-being student-athlete remaja SMP Kota Bandung. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmanidan Olah Raga*, 8(2). <https://doi.org/10.36526/kejaora.v8i2.3092>
- Panggabean, D., Panglipur, R. J., Zeva, S. T. O., Tahulending, P. S., & Sudarja, K. (2023). Adaptasi ke perguruan tinggi mahasiswa keperawatan angkatan 2020. *JurnalKeperawatan Malang*, 8(1), 283–289. <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW>
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 10(1), 65–78. <https://doi.org/10.29210/162200>

- Peraturan Rektor Universitas Jenderal Soedirman Nomor 17 Tahun 2016 tentang standar pembelajaran program diploma, sarjana dan profesi Universitas Jenderal Soedirman. (2016).
- Pieniazek, M., Mańko, G., Sosulska, A., Jaszczur-Nowicki, JarosławLozinska, I., & Jarzabek, B. (2020). Assessing the level of well-being in individuals practicing sport. *Medical Rehabilitation / Rehabilitacja Medyczna (Med Rehabil)*, 24(2), 15–19. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0014.2672>
- Piñeiro-Cossio, J., Fernández-Martínez, A., Nuviala, A., & Pérez-Ordás, R. (2021). Psychological Wellbeing in Physical Education and School Sports: A Systematic Review. *International journal of environmental research and public health*, 18(3), 864. <https://doi.org/10.3390/ijerph18030864>
- Primanata, D., Wismanadi, H., Kumaat, N. A., & Turi, M. (2024). Cultural perceptions of gender equality in sports and its influence on female athlete participation. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15(4), 455–465. <https://doi.org/10.21009/gjik.154.02>
- Priyanto, A., Andini, R. M., & Faris Naufal, A. F. (2022). Kejadian cedera muskuloskeletal saat melakukan exercise selama masa pandemi covid-19. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 16(1), 73–81. <https://doi.org/10.36082/qjk.v16i1.439>
- Putri, D. N. S., Shakiera, L., Aziz, H. N., & Wardah, F. M. (2023). Psychological well-being: penerimaan diri dan penguasaan lingkungan, mengenali mindfulness dari sikap negatif ke surplus sikap positif hidup. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*, 3(2). <https://doi.org/10.18860/jips.v3i2.19427>
- Putri, D. R., & Ambarini, T. K. (2021). Citra tubuh dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 12(1), 1–10.
- Putri, P. K., Risnawati, E., & Avati, P. (2022). Stres akademik mahasiswa semester awal dan mahasiswa semester akhir: Studi komparatif dalam situasi pembelajaran daring. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 20(2), 8–13. <https://doi.org/doi.org/10.47007/jpsi.v20i2.232>
- Rahayu, R., Sansuwito, T. B., Wati, N. L., Hikmat, R., Riyanto, D. A., & Yosep, I. (2025). Kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan di Bandung–Indonesia. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA*, 8(2), 646–655. <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i2.1489>
- Rahmawati, B. D., & Listiyandini, R. A. (2019). Stres akademik dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 1–12.
- Rodriguez-Saez, J. L., Martín-Antón, L. J., Salgado-Ruiz, A., & Carbonero-Martín, M. Á. (2025). Emerging adulthood, socioemotional variables and mental health in Spanish university students. *BMC Psychology*, 13(531), 1–14. <https://doi.org/doi.org/10.1186/s40359-025-02804-y>

- Ross, H. O., Nugraha, E. P., & Akhnaf, A. F. (2023). Aktivitas fisik dan kesejahteraan psikologis pada populasi dewasa selama masa pandemi COVID-19: A systematic review. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 7(2), 507–522. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v7i2.13063.2023>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2018). Well-being with soul: Science in pursuit of human potential. *Perspectives on Psychological Science*, 13(2), 242–248. <https://doi.org/10.1177/1745691617699836>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sagala, D. R., Damanik, S., & Ritonga, D. A. (2023). Hubungan karakteristik budaya dengan motivasi atlet wushu sanda Sumatera Utara tahun 2021. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 22(1), 35–42. <https://doi.org/10.24114/jik.v22i1.45193>
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi penelitian*. KBM Indonesia.
- Saleh, M. (2019). Latihan dan aktivitas fisik untuk meningkatkan kesejahteraan psikologi. *JPOS (Journal Power Of Sports)*, 2(1), 12–23. <https://doi.org/doi.org/10.25273/JPOS.V2I1.4005>
- Salsabila, A., & Minarni, M. (2025). Deskriptif kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Karakter*, 5(1), 104–110. <https://doi.org/10.56326/jpk.v5i1.5835>
- Sambo, M., Angwarmase, M. J., Beda, N. S., & Reresi, L. (2022). Hubungan dukungan orang tua dengan tingkat stres anak di era new normal Covid-19. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale (JKFN)*, 5(2), 67–71. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v5i2.103>
- Sarang, S., Karnam, A., & Shitole, R. (2019). To investigate the relationship between psychological factors and stress in two different developmental stages in adults: A cross sectional study. *The Indian Journal of Occupational Therapy*, 51(1), 24–29. https://doi.org/10.4103/ijoth.ijoth_8_19
- Sato, S., Kinoshita, K., Kondo, M., Yabunaka, Y., Yamada, Y., & Tsuchiya, H. (2023). Student athlete well-being framework: an empirical examination of elite college student athletes. *Frontiers in Psychology*, 14(June). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1171309>
- Setiawan, M. A., Eriyanti, R. W., Huda, A. M., & Rofieq, A. (2024). Problematika tuntutan eksternal bagi kesejahteraan psikologis peserta didik: Literature review. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 10(1), 144. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v10i1.13719>

- Sijabat, S. P. K. (2024). Keterkaitan antara olahraga dan kesehatan mental keseimbangan yang penting. *Circle Archive*, 1(4). <https://circle-archive.com/index.php/carc/article/view/82>
- Sumargi, A. M., & Giovanni, J. (2021). Strength-Based Parenting dan Kesejahteraan Remaja. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 36(1), 90–107. <https://doi.org/10.24123/aipj.v36i1.2788>
- Tahki, K., Deasyanti, & Juriana. (2020). *A description of psychological well-being of physical educators' candidates*. 624–628. <https://doi.org/10.5220/0009799806240628>
- Taylor, C. E., Scott, E. J., & Owen, K. (2022). Physical activity, *burnout* and quality of life in medical students: A systematic review. *The Clinical Teacher*, 1–14. <https://doi.org/10.1111/tct.13525>
- Triwahyuni, A., & Prasetio, C. E. (2021). Gangguan psikologis dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 35–56. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art3>
- Triyono, W., Khasanah, N., & Safitri, M. (2023). Kelekatan terhadap Orang Tua dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantau Semester Pertama dari Luar Provinsi Banten. *Merpsy Journal*, 15(1), 55–65. <https://doi.org/10.22441/merpsy.v15i1.19873>
- Universitas Jenderal Soedirman. (2022). *Buku pedoman akademik Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan tahun akademik 2022/2023*.
- Valdesalici, A., Sella, E., Domenicucci, R., Ghisi, M., & Borella, E. (2026). Effects of non-functional overreaching and overtraining syndrome on psychological and cognitive functioning in elite athletes: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 84, 103079. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2026.103079>
- Warburton, H. K., McEwan, H. E., Slater, M. J., & Barker, J. B. (2024). A systematic review of Personal-Disclosure Mutual-Sharing (PDMS) interventions among sport groups. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1–31. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2024.2397769>
- Yang, D., Qiu, B., Jiang, J., Xia, Y., Li, L., Li, Y., Luo, L., Liu, X., & Meng, J. (2023). Development of inferiority-compensation scale among high school students. *BMC Medical Education*, 23(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03979-3>
- Yoda, I. K., Artanayasa, I. W., Wijaya, M. A., Hita, I. P. A. D., & Andika, I. P. H. W. (2025). Inclusive learning model with local wisdom for gender equality in physical education. *Cakrawala Pendidikan: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 44(3), 579–589. <https://doi.org/10.21831/cp.v44i3.81241>
- Yuliawan, E., Kartika, L., Sihombing, D. A., & Febrianto, R. D. (2025). Peran pendidikan jasmani dalam mendukung kesehatan mental peserta didik:

Tinjauan literatur. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 20(2), 89–98.

- Yuniarti, W., & Saputro, S. D. (2024). Peningkatan manajemen dalam menurunkan tingkat kecemasan dan stres mahasiswa keperawatan dalam menjalani skripsi. *JPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat Yudistira*, 2(2), 8–12. <https://doi.org/doi.org/10.34035/pm.v2i2.1563>
- Zai, J. (2025). Peran konseling pastoral dalam menangani mahasiswa yang mengalami *masculine gender role stress* di STT Ekumene Jakarta. *Jurnal Silih Asah*, 2(1), 14–37. <https://doi.org/10.54765/silihasah.v2i1.78>

