

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, Sudirman. *The Power of Tahajud*. Jakarta: Qultum Media, 2007.
- Abdillah, Pius. dan Danu Prasetya. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Arloka, 2009.
- Aditama, Damar. “Hubungan Antara Spiritualitas dan Stres Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi”, *Jurnal Pendidikan Agama Islam El-Tarbawi*, 10, no 2, (2017) DOI: <https://doi.org/10.20885/tarbawi.vol10.iss2.art4>
- Amaliyah, Shafiatul. Pengurus (Ubudiyah) Pondok Pesantren Raudlatul Qur’an Tlanakan Pamekasan, *wawancara langsung*, (23 Februari 2024).
- American Psychological Association. *Stress*, 2022.
<https://www.apa.org/topics/stress>
- Anjani, Hilma. *Shalat Tahajud Sebagai Metode Kesehatan Mental Santri Di Pondok Pesantren Ath – Thohiriyah Purwokerto*. “Skripsi.” UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Asiyah, Siti Nur. *Psikologi Kesehatan*. Surabaya: UINSA Press, 2014.
- Azam, MS. dan Z Abidin. *Efektivitas Sholat Tahajud Dalam Mengurangi Tingkat Stres Santri Pondok Islam Nurul Amal Bekasi Jawa Barat*. 4, Bekasi: *Jurnal Empati and undefined*, 2015.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/13133>
- Aziz, Moh Ali. *60 Menit Terapi Shalat Bahagia*. Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2013.

B, Aliah. dan Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*. Jakarta: Rajawali Pers, 2008.

Bulughul Marom, Hadits no. 1560.
https://www.carihadis.com/Bulughul_Maram/1560

Departemen Agama Republik Indonesia. *Alquran dan Terjemahnya*. Bandung: Syamil Cipta Media, 2004.

Hakim, Lukman. *Keajaiban Shalat Menurut Ilmu Kesehatan Cina*. Bandung: Mizania, 2007.

Hamzah, Amir. Lidia Susanti, *Metode Penelitian Kuantitatif Kajian Teoritik dan Praktik*, Batu: Literasi Nusantara, 2020.

Khuly (al), Hilmy. *Mukjizat Kesembuhan dalam Gerakan Shalat*. Yogyakarta: Hikam Pustaka, 2008.

Mahara, Gania Sulistia. *Pengaruh Sholat Tahajud Terhadap Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin)*. "Skripsi." UIN Antasari Banjarmasin, 2019.

Manitu, Indrawan. dan Noldin Sirumpa. *Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Stikes Husada Mandiri Poso*. vol. 11, Poso: Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2022.
DOI: [10.35816/jiskh.v11i1.681](https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.681)

Margono, S. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta, PT Rineka Cipta, 1997.

Muallifah. *Keajaiban Shalat Tahajjud*. Jogjakarta: Starbooks, 2017.

- Muallifah. Mahasiswa semester akhir sekaligus santri Pondok Pesantren Raudlatul Qur'an Tlanakan Pamekasan, *wawancara langsung*, (26 Februari 2024).
- Pondok Pesantren Raudlatul Qur'an Asem Manis 1 Larangan Tokol Pamekasan, *observasi langsung*, (20-28 Februari 2024)
- Potter, A dan Perry, A. G. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik*, 2. Jakarta: EGC, 2010.
- Rosiek, Anna. dkk, *Stres Kronis dan Pikiran Bunuh Diri di Kalangan Mahasiswa Kedokteran*, Polandia: International Journal of Environmental Research and Public Health, 13, 2016. DOI: [10.3390/ijerph13020212](https://doi.org/10.3390/ijerph13020212)
- L. Sabrianti. *Efektivitas Terapi Menulis Ekspresif Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi*. Makassar: Pustaka UNM, 2018. <http://pustaka.unm.ac.id/opac/detail-opac?id=45840>
- Sangkan, Abu. *Berguru Kepada Allah*. Jakarta: Yayasan Shalat Khusus, 2007.
- Sanjaya, Wina. *Penelitian Pendidikan Jenis, Metode, dan Prosedur*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2023.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah Vol. 7*, Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Sholeh, Moh. *Terapi Sholat Tahajud*. Jakarta: PT. Mizan Publika, 2006.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta, 2015.
- Sukadiyanto, *Stress Dan Cara Mengurangnya*. vol. 29, Yogyakarta: Jurnal Cakrawala Pendidikan, 2010. DOI: <https://doi.org/10.21831/cp.v1i1.218>

- Suyono, dkk. *Keefektifan Teknik Relaksasi untuk Menurunkan Stress Akademik Siswa SMA*. vol. 4, Gresik: Jurnal Pendidikan Humaniora, 2016.
<http://journal.um.ac.id/index.php/jph>
- Syafi'i, Syaikh Jalal Muhammad. *Terjem. Al-I'jaz Al-Haraki fi Al- Shalah, The Power of Shalat*. Bandung: MQ Publishing, 2006.
- Tim Penyusun Pedoman Penulisan Karya Ilmiah. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Edisi Revisi*. Pamekasan: IAIN Madura, 2020.
- Widigda dan Setyaningrum. *Kecemasan Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Riau Kepulauan Dalam Menghadapi Skripsi*. vol. 6, Yogyakarta: Jurnal Matematika dan Sains, 2018. DOI: <https://doi.org/10.21831/jpms.v6i2.23963>
- Yolanda, Elvira. *Pengaruh Hardiness Dan Dukungan Sosial Terhadap Stress Pedagang Pasar Tradisional Di Pasar Tradisional Duduk Sampeyan*, "Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan", vol. 1, 2023. DOI: <https://doi.org/10.54443/sikontan.v1i3.509>
- Yusuf, Muri. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: PT Fajar Interpratama Mandiri, 2017.
- Zahid, Moh. Pengasuh Pondok Pesantren Raudlatul Qur'an Tlanakan Pamekasan, *wawancara langsung*, (21 Februari 2024).