

DAFTAR PUSTAKA

1. Literatur

- Akbar, A. (2018). *Digital Ekosistem*. Jakarta: Republika Penerbit
- Ambarwati, P., Panilih, S., & Astuti, R. (2017). *Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa*. *Jurnal Keperawatan*. 5(1): 40-47.
- Anggito, A. & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak.
- Anggraini, L., & Nathalia, K. (2016). *Desain Komunikasi Visual: Dasar-Dasar Panduan Untuk Pemula*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Arini, A. D. (2015). *Perancangan Multimedia Interaktif Aplikasi Android "Moody Meidy" Sebagai Pengenalan Manajemen Stress untuk Remaja Putri*. Skripsi. Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
- Banindro, B. S. (2018). *Kapita Selekta: Pengkajian Seni Rupa, Desain, Media, dan Budaya*. Yogyakarta: Dwi-Quantum.
- Benedicka, O. (2019). *Perancangan Desain Media Interaktif Untuk Membantu Mengatasi Stress Pemicu Kanker Payudara Pada Perempuan*. Skripsi. Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Bingku, T. A., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2014). *Perbedaan Tingkat Stress Mahasiswa Reguler dengan Mahasiswa Ekstensi dalam Proses Belajar di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran UNSRAT Manado*. *E-Jurnal Keperawatan*. 2(2): 1-7.
- Budiawan, H. (2019). *Desain Media interaktif*. Jakarta: PT Gramedia.
- Crichton, S., & Kopp, G. (2006). *Multimedia Technologies, Multiple Intelligences, and Teacher Professional Development in an International Education Project*. *Innovate: Journal of Online Education*. 2(3): 1-6.
- Dewisagita, et al. (2020). *Pengembangan Media Video Berbasis Dance and Movement Therapy untuk Mengatasi Stress Skripsi Mahasiswa Tingkat Akhir*. Universitas Katolik Atma Jaya Jakarta.
- Fatimah, F. N. (2016). *Teknik Analisis SWOT*. Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia.
- Hardani, et al. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
- Hasanah, U., et al. (2020). *Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi COVID-19*. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 8(3): 299-306.

- Jogaratman, G., & Buchanan, P. (2004). *Balancing the Demands of School and Work: Stress and Employed Hospitality Students*. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*. 16(4): 237-245.
- Lestari, N. (2020). *Media Pembelajaran Berbasis Multimedia Interaktif*. Klaten: Lakeisha.
- Livana PH., Mubin, M., & Basthomi, Y. (2020). "Tugas Pembelajaran" Penyebab Stress Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. 3(2): 203-208.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). *Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi COVID-19*. *PSIKOSTUDIA: Jurnal Psikologi*. 10(1): 31-39.
- Mardawani. (2020). *Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar dan Analisis Data dalam Perspektif Kualitatif*. Yogyakarta: Deepublish.
- Maryanto, R. (2014). *Pengantar Open Source dan Aplikasi*. Depok: Rusmanto Self-Publishing.
- Musabiq, A. Sugiarti, & Karimah, I. (2018). *Gambaran Stress dan Dampaknya pada Mahasiswa*. *InSight*. 20(2): 74-80.
- Nababan, R. S. (2020). *Peran Komunikasi Visual di Tengah Pandemic COVID-19*. Dalam Hartono, H. (Eds.), "di Rumah Unika": *Diskusi Rutin Bersama Hadapi Covid-19 oleh Unika* (139-154). Semarang: SCU Knowledge Media.
- National Safety Council. (1994). *Manajemen Stress*. (Palupi Widyastuti & Devi Yulianti, Trans.). Jakarta: EGC.
- Oman, D., et al. (2008). *Meditation Lowers Stress and Supports Forgiveness Among College Students: A Randomized Controlled Trial*. *Journal of American College Health*. 56(5): 569-578.
- Pakpahan, A., et al. (2020). *Pengembangan Media Pembelajaran*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Putra, R. W. (2020). *Pengantar Desain Komunikasi Visual Dalam Penerapan*. Yogyakarta: ANDI.
- Rustan, S. (2009). *Layout, Dasar & Penerapannya*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. Dalam Hartono, H. (Eds.), "di Rumah Unika": *Diskusi Rutin Bersama Hadapi Covid-19 oleh Unika* (139-154). Semarang: SCU Knowledge Media.
- Sarafino, E. P. & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). USA: John Wiley & Sons, Inc.

- Sari, M. K. (2015). *Peranan Pemilihan Strategi dan Stilistika dalam Iklan di Televisi*. Jurnal Rekam. 11(1): 19-30.
- Selye, H. (1976). *Stress in Health and Disease*. USA: Butterworth Inc.
- Simbolon, I. (2015). *Gejala Stres Akademis Mahasiswa Keperawatan Akibat Sistem Belajar Blok Di Fakultas Ilmu Keperawatan X Bandung*. Jurnal Skolastik Keperawatan. 1(1): 29-37.
- Sugiyama, K., & Andree, T. (2011). *The Dentsu Way: Secrets of Cross Switch Marketing from the World's Most Innovative Advertising Agency*. New York: McGraw Hill Professional.
- Suryatna, A. (2019). *Perancangan Buku Ilustrasi : Tips untuk Menhadapi dan Mengatasi Stres Kuliah*. Skripsi. Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Tasnim, et al. (2021). *Komunikasi Pemasaran*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Tolle, H. et al. (2017). *Pengembangan Aplikasi Perangkat Bergerak (Konsep & Implementasi)*. Malang: UB Press.
- Y, Eva. (2020). *Suatu Pengantar: Metode dan Riset Desain Komunikasi Visual DKV*. Yogyakarta: Deepublish.
- Yusuf, A. M. (2014). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.
- Zed, M. (2004). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.

2. Internet

- Ahyar, Ahmad. (2020). *Angka Pengguna Internet Naik 73,7 Persen di Masa Pandemi COVID-19*. <https://arahkata.pikiran-rakyat.com/teknologi/pr-128945757/angka-pengguna-internet-naik-73-7-persen-di-masa-pandemi-covid-19> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 2.15 WIB).
- Angraini, Ariska Puspita. (2018). *Bermain "Game" Mampu Hilangkan Stres. Benarkah?* <https://lifestyle.kompas.com/read/2018/02/11/141109320/bermain-game-mampu-hilangkan-stres-benarkah?> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 1.56 WIB).
- Decker, Kris. (2017). *The fundamentals of Understanding Color Theory*. <https://99designs.com/blog/tips/the-7-step-guide-to-understanding-color-theory/> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 0.46 WIB).

- Dewi, Bestari Kumala. (2019). *Main Game di Ponsel Terbukti Efektif Meredakan Stres*. <https://lifestyle.kompas.com/read/2019/08/11/141500720/main-game-di-ponsel-terbukti-efektif-meredakan-stres-> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 1.59 WIB).
- Ibnu, Yusril. (2020). *Prinsip Dalam Desain Layout yang Harus Diperhatikan*. <https://www.portaldekave.com/artikel/prinsip-dalam-desain-layout-yang-harus-diperhatikan> (Diakses pada Jumat, 23 April 2021 pukul 0:52 WIB).
- Oktoji, Tazacka Putri. (2020). *Menghilangkan Stres COVID-19 dengan Game: Ternyata Bisa Lho!* <https://riliv.co/rilivstory/menghilangkan-stress/> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 2.01 WIB).
- Parent.binus.ac.id. (2017). *Manajemen Stress Pada Mahasiswa*. <https://parent.binus.ac.id/2017/12/manajemen-stres-pada-mahasiswa/> (Diakses 22 Februari 2021 pukul 21.46 WIB).
- Prihastomo, Wahyu (2019). *Main Game di Hape Terbukti Hilangkan Stress, Begini Penjelasan*. <https://nextren.grid.id/read/011815583/main-game-di-hape-terbukti-hilangkan-stress-begini-penjelasan> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 1.53 WIB).
- Sawa, Bartholo Bush. (2014). *Teori Tipografi Jenis Huruf Part 1*. <https://www.dumetschool.com/blog/Teori-Tipografi-Jenis-Huruf-Part-1> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 1.06 WIB).
- Sebayang, Rehia. (2020). *Di Tengah Pandemi, Penggunaan Teknologi Meningkat Pesat*. <https://www.cnbcindonesia.com/tech/20200723190647-37-175009/di-tengah-pandemi-penggunaan-teknologi-meningkat-pesat> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 2.16 WIB).
- Tribunnews.com. (2020). *4 Manfaat Bermain Game Online, Nggak Cuma Menghilangkan Stress, Banyak Kompetisi Menggiurkan juga!* <https://www.tribunnews.com/sport/2020/05/19/4-manfaat-main-game-online-nggak-cuma-menghilangkan-stress-banyak-kompetisi-menggiurkan-juga> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 1.40 WIB).
- Zakaria. (2019). *Pengertian Gambar Ilustrasi Beserta Fungsi, Tujuan, dan Jenis-Jenisnya*. <https://www.nesabamedia.com/pengertian-gambar-ilustrasi/> (Diakses pada hari Jumat, 23 April 2021 pukul 1.12 WIB).

3. Narasumber

Christine Wibowo, S.Psi., M.Psi. Dosen Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
Semarang, Jawa Tengah

Liem, Ricky Darmawan. 21 tahun. Mahasiswa. Semarang, Jawa Tengah.

Victoria Amanda T. 21 tahun. Mahasiswa. Semarang, Jawa Tengah.

Eveline Leonita K. 21 tahun. Mahasiswa. Solo, Jawa Tengah.

