

DAFTAR PUSTAKA

- Ahdiat, A. (2024). *Media sosial favorit gen z dan milenial Indonesia*. Diakses pada Desember 9, 2025, dari <https://databoks.katadata.co.id/infografik/2024/09/24/media-sosial-favorit-gen-z-dan-milenial-indonesia>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (n.d.). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40–47.
- Anliana, Panguhutan Sitorus, H., & Silitonga, M. (2025). The role of cortisol in the stress response. *International Journal of Ecophysiology*, 7(1), 48–58. <https://doi.org/10.32734/ijoe.v7i1.19118>
- Aryani, A. R. (2025). *Ekspektasi orangtua dan tuntutan akademik, mental mahasiswa yang jadi taruhan*. Diakses pada Oktober 8, 2025, dari <https://www.liputan6.com/health/read/6155974/ekspektasi-orangtua-dan-tuntutan-akademik-mental-mahasiswa-yang-jadi-taruhan>
- APJII. (2025). *Survei penetrasi internet dan perilaku penggunaan internet 2025*.
- Berita FIKES UIN Syarif Hidayatullah. (2023). *Tingkat stres di kalangan mahasiswa meningkat, perlunya program penanggulangan stress pada mahasiswa FIKES*. Diakses pada September 5, 2025, dari <https://fikes.uinjkt.ac.id/id/tingkat-stres-di-kalangan-mahasiswa-meningkat-perlunya-program-penanggulangan-stress-pada-mahasiswa-fikes>
- Bishop, R., Boo, S., Cruz, M. R., & Gadea, L. (2020). *Fundamentals of character design: How to create engaging characters for illustration, animation & visual development*. Worcester: 3dtotalPublishing.
- Bryson, M. (2024). *Principles of typography in UI*. Diakses pada Oktober 8, 2025, dari <https://uxplanet.org/principles-of-typography-in-ui-design-bc28f1f9666d>
- Čepukaitytė, G., Thom, J. L., Kallmayer, M., Nobre, A. C., & Zokaei, N. (2023). The relationship between short- and long-term memory is preserved across the age range. *Brain Sciences*, 13(1), 106. <https://doi.org/10.3390/BRAINSCI13010106/S1>
- CNN Indonesia. (2022). *Riset ungkap Jakarta masuk kota dengan tingkat stres tinggi di dunia*. Diakses pada September 5, 2025, dari <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20220305164235-269-767186/riset-ungkap-jakarta-masuk-kota-dengan-tingkat-stres-tinggi-di-dunia>

- Costa, K. I. R. C. (2020). *Pengembangan dan pembuatan website: Sebuah tinjauan literatur*. Diakses pada September 9, 2025, dari https://www.researchgate.net/publication/359815377_Pengembangan_dan_Pembuatan_Website_Sebuah_Tinjauan_Literatur
- Damayanti, E., Jamilah, Suban, A., Fitriana, & Alamsyah, N. (2020). Peranan senam otak dalam mengoptimalkan fungsi memori jangka pendek pada anak. *Al asma*, 2(2), 247-254.
- Darmawan, M. A., Fadhilah, N. N., & Insani, K. (2024). Perancangan user interface aplikasi dengan metode wireframe prototyping. *Jurnal Siliwangi Seri Sains Dan Teknologi*, 10(1). <https://doi.org/10.1001>
- DetikJabar. (2022). *Mahasiswa rentan alami stres dan depresi, ini penyebabnya*. Diakses pada September 5, 2025, dari <https://www.detik.com/jabar/berita/d-6277414/mahasiswa-rentan-alami-stres-dan-depresi-ini-penyebabnya>
- Denno, P., Zhao, S., Husain, M., & Hampshire, A. (2025). Defining brain fog across medical conditions. *Trends in Neuroscience*, 48(5), 330-348. <https://doi.org/10.1016/j.tins.2025.01.003>
- DePorter, B., Hernacki, M. (2013). *Quantum learning: Membiasakan belajar nyaman dan menyenangkan*. Bandung: Kaifa. (Original work published 1992)
- Dihni, V. A. (2022). *41% warga ses A memiliki literasi digital rendah*. Diakses pada September 2, 2025, dari <https://databoks.katadata.co.id/teknologi-telekomunikasi/statistik/1f5a59ee9868804/41-warga-ses-a-memiliki-literasi-digital-rendah>
- Drouche, H. (2024). *The appeal of cartoons fot adults: Psychological, cultural, and social perspectives* (Disertasi). Diakses dari <https://www.scribd.com/document/796060769/Dissertation-The-Appeal-of-Cartoons-for-Adults-Psychological-Cultural-and-Social-Perspectives>
- Esseku, J. F. (2023). Utilizing white space for impactful design. *International Journal of Novel Research and Development*, 8(8), 265–275. www.ijnrd.org
- Fakhri, N., Agussalim, A. A., Buchori, S., Syaifullah, F. A., Ridduan, N. B., & Rahmah, S. (2024). Pengaruh persepsi warna terhadap memori jangka pendek. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5374–5382.
- Ginting, D., Woods, R. M., Barella, Y., Limanta, L. S., Madkur, A., & How, H. E. (2024). The effects of digital storytelling on the retention and transferability

of student knowledge. *SAGE Open*, 14(3).
<https://doi.org/10.1177/21582440241271267>

Gocen Kabaran, G., & Duman, B. (2021). The effect of digital storytelling method on learning and study strategies. *International Journal of Technology in Education (IJTE)*, 4(4), 681-694. <https://doi.org/10.46328/ijte.83>

Hadi, M. J., & Junaidi, M. (2020). Prinsip dan langkah-langkah penerapan focus group discussion untuk meningkatkan keterampilan berbicara dan berpikir kritis mahasiswa. *Jurnalistrendi: Jurnal Linguistik, Sastra, dan Pendidikan*, 5(2), 126-134.

Hamidli, N. (2023). *Introduction to UI/UX design: Key concepts and principles*. Diakses pada September 18, 2025, dari https://www.academia.edu/98036432/Introduction_to_UI_UX_Design_Key_Concepts_and_Principles

Hasibuan, I. I. S. (2023). *Pengaruh kurang tidur terhadap short term memory pada mahasiswa kedokteran Universitas Malikussaleh* (Skripsi). Universitas Malikussaleh, Aceh, Indonesia.

Hertzum, M. (2020). Usability testing: A practitioner's guide to evaluating the user experience. *Synthesis Lectures on Human-Centered Informatics*, 1(1). <https://doi.org/10.2200/s00987ed1v01y202001hci045>

Ho, K., Luong, Y., Sherwood, C., & Clark, D. B. (2024). Widening university participation in learning using students' contextualised storytelling in general chemistry. *Chemistry Education Research and Practice*, 25(3), 908–919. <https://doi.org/10.1039/D4RP00084F>

Hopkins, J. (2016). The concept of affordances in digital media. *Handbuch Soziale Praktiken Und Digitale Alltagswelten*, 47–54. https://doi.org/10.1007/978-3-658-08357-1_67

Horsley, K. (2020). *Unlimited memory* (T. Kustiantie, Trans.). Jakarta: Elex Media Komputindo. (Karya asli diterbitkan 2013, 2014, 2016).

Huda, B., Paryono, T., & Fauzi, A. (2023). *UI/UX design: Bagi para perancang dan pengembang produk atau layanan digital*. Kalimantan Tengah: Asadel Liamsindo Teknologi.

Huizen, J. (2021). *Short-term memory loss: Definition, loss, psychology, and more*. Diakses pada Oktober 8, 2025, dari <https://www.medicalnewstoday.com/articles/short-term-memory>

- Iba, Z., & Wardhana, A. (2023). *Metode penelitian*. Jawa Tengah: Eureka Media Aksara.
- Karimuddin, A., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, Masita, Ardiawan, K. N., & Sari, M. E. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Kemri, T. W., Hasibuan, L. R., & Siregar, S. U. (2024). The effect of classroom management using the visual auditory kinesthetic learning model on mathematics learning outcomes on the material of a system of linear equations of two variables. *Desimal: Jurnal Matematika*, 7(2), 251–264. <https://doi.org/10.24042/djm>
- Knight, K. (2020). *Everyday memory: Easily remember names, facts, dates, lectures, directions, instructions, events, experiences, and much more*. MindLily.com.
- Krug, S. (2006). *Don't make me think! A common sense approach to web usability* (2nd ed.). California: New Riders Publishing.
- Levinson, D., & Schlatter, T. (2013). *Visual usability*. Waltham: Elsevier.
- Lujie, D., Lin, C., Liao, Q., & Qiu, S. (2024). The effects of icon design features on user perception and preference: A case study of icons for Covid-19. *PLOS One*, 19(9). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0305290>
- Luthfi, L., & Sukoco, I. (2019). Design thinking David Kelley & Tim Brown: Otak dibalik penciptaan aplikasi Gojek. *Organum: Jurnal Saintifik Manajemen Dan Akuntansi*, 2(1), 1–11. <https://doi.org/10.35138/ORGANUM.V2I1.51>
- Malau, E. E., Satianingsih, N. M., & Rudhito, M. A. (2024). Hubungan short term memory dari sudut pandang neurosains di sekolah menengah atas dengan hasil belajar matematika. *Jurnal Karya Pendidikan Matematika*, 11(2), 13–22. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JPMat/index>
- Mayasari, R., & Heryana, N. (2023). *Konsep dan teori desain user experience perangkat lunak*. Karawang: PT Neo Santara Indonesia.
- Meliksetyan, G. (2025). The psychological meaning of color in design: a semantic review. *Main Issues Of Pedagogy And Psychology*, 12(1), 6–28. <https://doi.org/10.24234/MIOPAP.V12I1.64>
- Miller, B. D. (2022). *Principles of web design*. New York: Allworth Press.
- Miller, C. D. (2020). *Digital storytelling: A creator's guide to interactive entertainment* (4th ed.) Boca Raton: Taylor & Francis Group.

- Muli, M. S. (2021). *Perancangan desain layout wireframing website kasakata di PT. Inovasi Tanpa Batas Surabaya* (Laporan kerja praktik). Universitas Dinamika, Surabaya, Indonesia.
- Nevid, J. S. (2021). *Memori manusia: Konsepsi dan aplikasi psikologi* (M. Chozim, Trans.). Nusamedia. (Karya asli diterbitkan 2009).
- NeuroLaunch. (2024). *Stress and memory: Scientific insights explained*. Diakses pada September 29, 2025, dari <https://neurolaunch.com/what-do-studies-show-about-the-relationship-between-stress-and-memory/>
- Pattiwal, S. (2024). *The rules of UX design* (1st ed.).
- Prahasasgita, M. S., & Lestari, M. D. (2023). Stimulasi fungsi kognitif pada lanjut usia di Indonesia: Tinjauan literatur. *Buletin Psikologi*, 31(2), 247-264.
- Rahman, N. P., Akbar, R. F., Ranabila, Z. A., Qonita, M., & Sudrajat, N. S. (2024). Pengaruh latihan mnemonik terhadap peningkatan daya ingat pada mahasiswa di fakultas psikologi universitas x di Bandung. *INABA Journal of Psychology*, 2(2), 57–67.
- Rapri, H. P., Rokhmawati, R. I., & Hanggara, B. T. (2022). Perancangan dan pengembangan user experience sistem penilaian karyawan 360 derajat PT. Kaltim Daya Mandiri. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, 6(4), 1921–1930. <http://j-ptiik.ub.ac.id>
- Ratnaningtyas, E. M., Ramli, Syafruddin, Saputra, E., Suliwati, D., Nugroho, B. T. A., ... Jahja, A. S. (2023). *Metodologi penelitian kualitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Roth, R. E. (2017). User interface and user experience (UI/UX) design. *The Geographic Information Science & Technology Body of Knowledge* (2nd Quarter 2017 Edition), John P. Wilson (ed.). <https://doi.org/10.22224/GISTBOK/2017.2.5>
- Rumogorga, S. O. (2025). *Penerapan teknik relaksasi napas dalam (deep breathing relaxation) sebagai upaya holistik dalam mengurangi stres akademik pada mahasiswa menjelang ujian*. Diakses dari https://www.researchgate.net/publication/393549601_PENERAPAN_TEKNIK_RELAKSASI_NAPAS_DALAM_DEEP_BREATING_RELAXATION_SEBAGAI_UPAYA_HOLISTIK_DALAM_MENGURANGI_STRES_AKADEMIK_PADA_MAHASISWA_MENJELANG_UJIAN

- Sampson, A. C. (2025). *How does academic stress affect students*. Diakses dari <https://evolucioncounseling.com/how-does-academic-stress-affect-students/>
- Sari, N. R. N., Nursalim, M., & Rahmasari, D. (2023). Kajian neuropsikology: Strategi mnemonic untuk meningkatkan kinerja memori dalam pembelajaran di sekolah dasar. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(2), 2805–2818. <https://doi.org/10.62775/EDUKASIA.V4I2.675>
- Setyawan, M. (2023). *Potensi memori otak: Cara meningkatkan daya ingat*. Yogyakarta: Cahaya Harapan.
- Shunmugam, P., & Vengadasalam, V. (2024). Doomscrolling and the student brain: a comprehensive review of psychological, academic, and neurological impacts. *HUMANIS*, 5(1), 514–522.
- Soegaard, M. (2025). *Everything you need to know about triadic colors*. IxDF - Interaction Design Foundation. Diakses pada Desember 7, 2025, dari <https://www.interaction-design.org/literature/article/triadic-color-scheme>
- Soegaard, M. (2024). *What is a Sitemap in UX Design*. IxDF – Interaction Design Foundation. Diakses pada Oktober 8, 2025, dari <https://www.interaction-design.org/literature/article/ux-sitemap>
- Sree Nidhi, S. K., & Helena, T. C. (2017). Styles of learning based on the research of Fernald, Keller, Orton, Gillingham, Stillman, Montessori and Neil D Fleming. *International Journal for Innovative Research in Multidisciplinary Field*, 3(4), 17–25.
- Sulistiani, I. (2018). *Desain web*. Palopo: Lembaga Penerbit Kampus IAIN Palopo. Diakses dari <https://repository.iainpalopo.ac.id/id/eprint/3/2/610e7cbfcf6fb8feca3a70d02ca18f1a.pdf>
- Sutanto, R. P. (2022). Analisis user flow pada website pendidikan: Studi kasus website DKV UK Petra. *Nirmana*, 22(1), 41–51. <https://doi.org/10.9744/NIRMANA.22.1.41-51>
- Tasalim, R., Cahyani, A. R. (2021). *Stres Akademik dan Penanganannya*. Guepedia.
- Thana-Udom, K., Siddarth, P., Miller, K.J., Dunkin, J. J., Small, G. W., & Ercoli, L. M. (2021) The effect of memory training on memory control beliefs in older adults with subjective memory complaints. *Experimental Aging Research*, 47(2), 131-144. <https://doi.org/10.1080/0361073X.2020.1861841>

- Utami, A. H. (2021). Media baru dan anak muda: Perubahan bentuk media dalam interaksi keluarga. *Jurnal Perpustakaan Universitas Airlangga*, 11(1), 8-18.
- Wathan, A., Schroger, S. (2018). *Refactoring UI*.
- Wiwesa, N. R. (2021). User interface dan user experience untuk mengelola kepuasan pelanggan. *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 3(2), 17–31.
- Xu, S., Jin, X., Zhang, W., Qu, H., & Yan, Y. (2025). Branch explorer: Leveraging branching narratives to support inter-active 360° video viewing for blind and low vision users. *The 38th Annual ACM Symposium on User Interface Software and Technology*. <https://doi.org/10.1145/3746059.3747791>
- Yildiz, M. (2023). *Exceptional effects of baroque music on the brain and cognitive function*. Diakses pada Oktober 3, 2025, dari <https://medium.com/sensible-biohacking-transhumanism/exceptional-effects-of-baroque-music-on-cognitive-system-b8bbd881a49a>
- Yusa, I. M. M., Anggara, I. G. A. S., Muhdaliha, B., Putra, I. G. N. A., Y, Prasetyo, D., Ramadhani, N., ... Sallu, S. (2024). *Ilustrasi digital: Teori dan penerapan*. Jambi: PT Sonpedia Publishing Indonesia.
- Zalukhu, A., Purba, S., & Darma, D. (2023). Perangkat lunak aplikasi pembelajaran flowchart. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Industri*, 4(1).

