

- Aisyah, M., Al Arif, M. N. R., Rahmawati, Y., & Ihsan, D. N. (2024). Dampak konsumsi kolaboratif terhadap kepuasan pelanggan dan kesejahteraan psikologis pengemudi layanan ride-hailing di Indonesia. *Asia Pacific Management Review*. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2024.09.003>
- Al Azis, M. R., & Irwansyah, I. (2021). Praktik keterbukaan diri dalam pemanfaatan media sosial: Kajian fenomenologis. *Jurnal Teknologi dan Sistem Informasi Bisnis*, 3(1), 120–130. <https://doi.org/10.47233/jteksis.v3i1.189>
- Alfazani, M. R., & Khoirunisa, A. D. (2021). Faktor pendukung pengembangan potensi diri: Tinjauan literatur tentang minat, lingkungan, dan keterbukaan diri. *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 2(2), 586–597. <https://doi.org/10.38035/jmpis.v2i2.487>
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond*. The Guilford Press.
- Bolinski, F., Etzelmüller, A., De Witte, N. A. J., van Beurden, C., Debar, G., Bonroy, B., Cuijpers, P., Riper, H., & Kleiboer, A. (2021). Perbandingan aktivasi emosi dan restrukturisasi kognitif dalam realitas virtual dan tatap muka: Studi eksperimental menggunakan pemantauan fisiologis dan laporan diri pada mahasiswa. *Behaviour Research and Therapy*, 142, 103877. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2021.103877>
- Buur, C., Mackrill, T., Hybholt, L., Nissen, E. R., & O'Connor, M. (2024). Persepsi individu lansia yang mengalami duka mendalam terhadap terapi kognitif perilaku: Pendekatan kelompok fokus multistage. *Cognitive and Behavioral Practice*. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2024.06.002>
- Capella, J., & Telzer, E. H. (2024). Integrasi antara perkembangan saraf dan jaringan sosial pada masa remaja: Sebuah kerangka teoretis. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 69, 101442. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2024.101442>
- Chandra, E. K., Wibowo, M. E., & Sunawan, S. (2019). Konseling kelompok berbasis kognitif perilaku dengan teknik self-instruction dan restrukturisasi kognitif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 2(1), 11–17. <https://doi.org/10.25217/igcj.v2i1.305>
- Cheng, S., Li, X., & Liu, J. (2024). Hubungan antara kesadaran diri, aktivitas insula, dan keterbukaan diri: Temuan dari data rs-fMRI. *Acta Psychologica*, 243, 104133. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104133>
- Ciharova, M., Furukawa, T. A., Efthimiou, O., Karyotaki, E., Miguel, C., Noma, H., Cipriani, A., Riper, H., & Cuijpers, P. (2021). Efektivitas restrukturisasi kognitif, aktivasi perilaku, dan terapi kognitif perilaku dalam menangani depresi dewasa: Meta-analisis jejaring. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 89(6), 563–574. <https://doi.org/10.1037/ccp0000654>
- Clarissa, J., & Tamburian, H. H. D. (2020). Keterbukaan diri di Instagram dalam interaksi antarpribadi pada siswa SMA Santo Kristoforus II: Tinjauan komunikasi interpersonal. *Koneksi*, 3(2), 328. <https://doi.org/10.24912/kn.v3i2.6366>
- Cormier, W. H., & Cormier, L. S. (1991). *Strategi wawancara bagi pendamping: Keterampilan dasar dan intervensi perilaku kognitif*. Brooks/Cole Publishing

Company.

- Crowe, A., Koch, M. K., Bluck, S., Amin, T., Thomas, L., Fitchett, G., Wilkie, D. J., & Bylund, C. L. (2024). Tema dan faktor yang berkaitan dengan ekspresi empatik dalam dignity therapy bagi pasien kanker. *PEC Innovation*, 4(November), 100289. <https://doi.org/10.1016/j.pecinn.2024.100289>
- Cully, J. A., & Teten, A. L. (2008). *Panduan terapis untuk terapi perilaku kognitif singkat (CBT brief)*. South Central MIRECC, Department of Veterans Affairs.
- Dantes, N. (2023). *Metodologi penelitian: Landasan teoritis dan aplikatif*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Dantes, N. (2023). *Evaluasi dan asesmen dalam pembelajaran*. Singaraja: Undiksha Press.
- Dantes, N., & Suranata, K. (2024). *Statistika deskriptif dan bivariat: Konsep dasar dan aplikasi*. Yogyakarta: Bintang Semesta Media.
- Dharsana, I. K., & Umam, M. S. (2023). Pendekatan konseling Gestalt dengan teknik modeling melalui kegiatan pramuka untuk meningkatkan prestasi dan daya tahan diri siswa berprofil Pancasila. *Bisma: The Journal of Counseling*, 7(3), 415–422. <https://doi.org/10.23887/bisma.v7i3.73057>
- Donaldson, S. I., & Villalobos, J. (2024). Peran pola pikir positif (psycap) dalam kerangka PERMA+4 dan pengembangan psikologi organisasi positif 2.0. *Organizational Dynamics*, August, 101084. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2024.101084>
- Donaldson, S., Van Zyl, L., & Donaldson, S. (2022). PERMA+4 sebagai model kesejahteraan kerja, kinerja, dan psikologi organisasi positif versi terbaru. *Frontiers in Psychology*, 12, Artikel 817244. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.817244>
- Echeverría, G., Samith, B., von Schultendorff, A., Pinto, V., Martínez, X., Sara, D., Calzada, M., Pacheco, J., Plaza, G., Scott, F., Romero, J., Mateo, C., Julio, M. V., Utreras-Mendoza, Y., Binder, M. V., Gutiérrez, F., Riquelme, M. E., Cuevas, M., Willatt, R., ... Rigotti, A. (2023). Intervensi berbasis diet Mediterania dan kesejahteraan psikologis untuk menangani sindrom metabolik di Chile: Studi CHILEMED. *Contemporary Clinical Trials Communications*, 35(Juni), 101167. <https://doi.org/10.1016/j.conctc.2023.101167>
- Erfanifar, E., Behroozi, N., Latifi, S. M., & Abbaspoor, Z. (2022). Efektivitas konsultasi perilaku kognitif terhadap fungsi seksual dan efikasi diri seksual perempuan pasca persalinan. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*: X, 15(Juli), 100157. <https://doi.org/10.1016/j.eurox.2022.100157>
- Fadhli, T., & Situmorang, D. (2021). Penerapan terapi perilaku kognitif menggunakan teknik restrukturisasi kognitif dalam menurunkan kecemasan psikososial selama pandemi COVID-19. *Addictive Disorders & Their Treatment*, 20, 268–277. <https://doi.org/10.1097/ADT.0000000000000246>
- Fahrurrazi, F., & Munandar, H. (2023). Penerapan teknik konseling menghentikan pikiran (thought stopping) dan restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis korban kekerasan dalam hubungan. *Suluh: Jurnal*

- Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 110–113.
<https://doi.org/10.33084/suluh.v8i2.4897>
- Fang, M., Hu, W., & Xie, Z. (2024). Hubungan antara keterbukaan diri, dukungan sosial, dan tekanan psikologis pada pengasuh pasien kanker paru stadium lanjut: Pendekatan mediasi. *European Journal of Oncology Nursing*, 72(Maret), 102677. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2024.102677>
- Farooq, B., Allen, K., Russell, A. E., Howe, L. D., & Mars, B. (2024). Hubungan antara kemiskinan dan pola longitudinal pengalaman buruk masa kanak-kanak di Inggris: Studi kohort populasi prospektif. *Child Abuse and Neglect*, 156(April), 107014. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2024.107014>
- Garrosa-Hernández, E., Carmona-Cobo, I., Ladstätter, F., Blanco, L. M., & Cooper-Thomas, H. D. (2013). Interaksi keluarga-pekerjaan, kelelahan kerja, pelepasan emosi, dan makna hidup: Studi kesejahteraan emosional harian. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 29(3), 169–177. <https://doi.org/10.5093/tr2013a23>
- Goldfried, M. R., Burckell, L. A., & Eubanks-Carter, C. (2003). Peran keterbukaan diri terapis dalam praktik terapi perilaku kognitif. *Journal of Clinical Psychology*, 59(5), 555–568. <https://doi.org/10.1002/jclp.10159>
- Haikal, M. (2022). Pendekatan terapi perilaku kognitif dalam mengurangi gejala kecemasan: Studi kasus intervensi psikologi. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 10(2), 47–52. <https://doi.org/10.22219/procedia.v10i2.19215>
- Hasdiana, Hadjaratie, L., Masaong, A. K., & Panai, A. H. (2023). Strategi pembelajaran berbasis kreativitas untuk menyongsong generasi emas Indonesia 2045 dalam menghadapi bonus demografi. *AKSARA: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 9(2), 949–958. <http://dx.doi.org/10.37905/aksara.9.2.949-958.2023>
- Hasna, A. F., & Hanami, Y. (2022). Hubungan antara stres dan keterbukaan diri pada mahasiswa melalui platform Twitter. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 203–218. <https://doi.org/10.35760/psi.2022.v15i2.5880>
- Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J. J., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2012). Tinjauan meta-analisis tentang efektivitas terapi perilaku kognitif. *Cognitive Therapy and Research*, 36(5), 427–440. <https://doi.org/10.1007/s10608-012-9476-1>
- Houben, M., Van den Noortgate, W., & Kuppens, P. (2015). Dinamika emosi jangka pendek dan kaitannya dengan kesejahteraan psikologis: Sebuah meta-analisis. *Psychological Bulletin*, 141(4), 901–930. <http://dx.doi.org/10.1037/a0038822>
- Humaidah, A., Nihayah, Z., & Sumiati, N. T. (2024). Tinjauan scoping tentang berbagai faktor yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(5), 5931–5938. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i5.7479>
- Jalali, A., Heydarpour, S., Tohidinejad, F., & Salari, N. (2020). Pengaruh konseling perilaku kognitif terhadap kesehatan mental ibu hamil. *Heliyon*, 6(2), e03463. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e03463>
- Johnco, C., Wuthrich, V. M., & Rapee, R. M. (2014). Peran fleksibilitas kognitif

- dalam hasil terapi dan penguasaan keterampilan restrukturisasi kognitif pada lansia dengan kecemasan dan depresi. *Behaviour Research and Therapy*, 57, 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2014.04.005>
- Karna, M. A., & Ediati, A. (2023). Faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja di media sosial: Sebuah kajian literatur sistematis. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan, dan Konseling*, 13(2), 383–395. <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v13i2.7620>
- Kariri, H. D. H., & Almubaddel, A. (2024). Dari teori ke praktik: Dampak terapi perilaku kognitif pada gangguan psikologis berdasarkan kajian bibliometrik dan survei. *Heliyon*, 10(18), e37763. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e37763>
- Kern, M. L., Adler, A., White, M. A., & Waters, L. (2014). Pendekatan multidimensi dalam mengukur kesejahteraan siswa: Penerapan kerangka kerja PERMA. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 262–271. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.936962>
- Ko, E., & Lee, Y. (2024). Efektivitas terapi perilaku kognitif pada perempuan penderita kanker ginekologis: Tinjauan sistematis dan meta-analisis uji acak terkontrol. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 11(9), 100562. <https://doi.org/10.1016/j.apjon.2024.100562>
- Kurniawati, H., Purwoko, B., & Muis, T. (2021). Pengaruh terapi perilaku kognitif (CBT) terhadap peningkatan kemampuan coping pelajar yang kecanduan narkoba. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 5(2), 58–63. <https://doi.org/10.30653/001.202152.159>
- Kusuma, K., Larsen, M., Quiroz, J. C., & Torok, M. (2024). Prediksi percobaan bunuh diri berdasarkan kelompok usia dengan pembelajaran mesin pada remaja menengah dan akhir. *Journal of Affective Disorders*, 365(Agustus), 126–133. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.08.043>
- Landry, E. (2019). Penguatan positif sebagai pendekatan untuk memodifikasi perilaku individu. *The FASEB Journal*, 33(1_supplement), 738.16. https://doi.org/10.1096/fasebj.2019.33.1_supplement.738.16
- Lestari, L. P. S. (2022). Pengembangan model konseling kognitif perilaku berbasis nilai Tat Twam Asi melalui strategi bibliokonseling untuk membentuk sikap *respectful mind* siswa SMP (Disertasi Doktor, Universitas Negeri Malang).
- Ma, Y., Han, J., & Smith, S. (2024). Keterlibatan pedagogis dosen EMI di Tiongkok ditinjau dari sudut pandang psikologi positif yang berakar pada budaya: Studi intervensi. *System*, 125(Agustus), 103444. <https://doi.org/10.1016/j.system.2024.103444>
- Maulida, L. (2023). Efektivitas konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi perilaku bolos pada siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(7), 622–629. <https://doi.org/10.17977/um065v3i72023p622-629>
- McCurdy, L. Y., DeVito, E. E., Loya, J. M., Nich, C., Zhai, Z. W., Kiluk, B. D., & Potenza, M. N. (2024). Perubahan struktur otak terkait penggunaan kokain dan dampak terapi kognitif perilaku digital dalam pengobatan gangguan penggunaan kokain. *Drug and Alcohol Dependence Reports*, 11(Mei), 100246. <https://doi.org/10.1016/j.dadr.2024.100246>

- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Regulasi emosi: Teori dan aplikasi dalam psikologi. *Emotion*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Meliala, A. K., & Ahman, A. (2024). Tinjauan sistematis terhadap validitas konstruk pada skala kesejahteraan psikologis Ryff. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(2), 950–955. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v9i2.995>
- Negari, I. A. P. P., Umam, M. S., Suranata, K., & Dharmayanti, P. A. (2024). Pendekatan konseling behavioral dengan teknik manajemen diri untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa underachiever. *Bisma: The Journal of Counseling*, 8(2), 192–199. <https://doi.org/10.23887/bisma.v8i2.85008>
- Nurdin, F. N. A., Munjirin, A., Yustia, F. A., Kotimah, C., Iswinarti, I., & Karmiyati, D. (2023). Peran keterbukaan diri dalam perkembangan psikologis remaja: Kajian manfaat secara konseptual. *Afeksi: Jurnal Psikologi*, 2(2), 245–253. <https://doi.org/10.572349/afeksi.v2i2>
- O'Toole, M. S., & Michalak, J. (2024). Pengaruh postur tubuh dan gerakan terhadap perubahan sikap disfungsi dalam pendekatan restrukturisasi kognitif berbasis tubuh. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 84(November), 101955. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2024.101955>
- Pan, J. Y., Carlbring, P., & Lu, L. (2023). Protokol penelitian terapi perilaku kognitif berbasis internet dengan pendampingan terapis bagi mahasiswa universitas di Hong Kong yang mengalami tekanan psikologis: Studi eksperimental acak. *Internet Interventions*, 31(Juni), 100600. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2022.100600>
- Payadnya, I. P. A. A., & Jayantika, I. G. A. N. T. (2018). *Panduan penelitian eksperimen dan analisis statistik menggunakan SPSS*. Yogyakarta: Deepublish.
- Pedhu, Y. (2022). Dimensi kesejahteraan psikologis dalam kehidupan religius. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 65. <https://doi.org/10.29210/162200>
- Pérez-Rodríguez, P., Machimbarrena, J. M., Ortega-Barón, J., Díaz-López, A., Caba-Machado, V., & González-Cabrera, J. (2024). Perundungan siber antar teman dan agresi siber berdasarkan tahap perkembangan remaja: Studi awal. *Acta Psychologica*, 246(Januari), 104280. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104280>
- Prajoko, Y. W., Supit, T., & Azam, M. (2021). Persepsi pasien terhadap perubahan layanan onkologi rawat jalan selama masa pandemi COVID-19. *Unnes Journal of Public Health*, 10(2), 127–137. <https://doi.org/10.15294/ujph.v10i2.46755>
- Prihantoro, E., Damintana, K. P. I., & Ohorella, N. R. (2020). Ekspresi keterbukaan diri generasi milenial melalui akun kedua di Instagram. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 18(3), 312. <https://doi.org/10.31315/jik.v18i3.3919>
- Rico-Blázquez, M., García-Sanz, P., Martín-Martín, M., López-Rodríguez, J. A., Morey-Montalvo, M., Sanz-Cuesta, T., Rivera-Álvarez, A., Araujo-Calvo, M., Frías-Redondo, S., Escortell-Mayor, E., & Cura-González, I. del. (2021). Intervensi berbasis rumah dengan dukungan keperawatan dan restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kualitas hidup pengasuh keluarga: Sebuah uji coba terkontrol acak kluster pragmatis. *International Journal of Nursing*

- Studies*, 120, 103955. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2021.103955>
- Rodríguez-Priego, N., Porcu, L., Prados Peña, M. B., & Crespo Almendros, E. (2023). Perlindungan privasi dan kepedulian pelanggan: Peran mediasi kepercayaan dalam keterbukaan diri. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 72 (Februari), 103284. <https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2023.103284>
- Safithry, E. A. (2022). Efektivitas terapi perilaku kognitif dalam menurunkan kecemasan ujian siswa sekolah menengah. *Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 35–44. <https://doi.org/10.33084/suluh.v8i1.4094>
- Sauran, A. R., & Salewa, W. (2022). Terapi perilaku kognitif (CBT) dalam mengatasi gangguan kepribadian bipolar. *POIMEN: Jurnal Pastoral Konseling*, 3(1), 74–91. <https://doi.org/10.51667/pjpk.v3i1.941>
- Septiani, D., Azzahra, P. N., Wulandari, S. N., & Manuardi, A. R. (2019). Aspek keterbukaan diri dalam komunikasi antarpribadi: Perspektif kesetiaan, cinta, dan kasih sayang. *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 2(6), 265. <https://doi.org/10.22460/fokus.v2i6.4128>
- Serrat, M., Albajes, K., Navarrete, J., Almirall, M., Lluch Gribés, E., Neblett, R., Luciano, J. V., Moix, J., & Feliu-Soler, A. (2022). Evaluasi efektivitas dua pendekatan video terpadu untuk fibromyalgia: Manfaat tambahan dari restrukturisasi kognitif dan mindfulness dalam uji coba acak tiga kelompok. *Behaviour Research and Therapy*, 158(Juni), 104188. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2022.104188>
- Singal, K., Adamczyk, K., Hurt, L., Woolner, A., & Paranjothy, S. (2023). Kista pleksus koroid terisolasi dan dampaknya terhadap kesehatan serta perkembangan anak dan remaja: Telaah sistematis. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 290(Mei), 115–122. <https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2023.09.013>
- Sonuga-Barke, E. J. S., Stoilova, M., Kostyrka-Allchorne, K., Bourgaize, J., Murray, A., Tan, M. P. J., Hollis, C., Townsend, E., & Livingstone, S. (2024). Model perkembangan hubungan aktivitas digital dengan suasana hati depresif pada remaja: Integrasi risiko, reaktivitas, resiliensi, dan timbal balik. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 58, 101411. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2024.101411>
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., & Oishi, S. (2008). Makna hidup dan kesejahteraan: Aktivitas eudaimonik harian dan dampaknya terhadap kesehatan psikologis. *Journal of Research in Personality*, 42(1), 22–42. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.03.004>
- Sugiyono, S., Putri, M., & Wibowo, M. (2021). Efektivitas konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif dan manajemen diri dalam mengurangi penundaan akademik. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(1). <https://doi.org/10.15294/jubk.v9i1.45284>
- Sugiyono. (2023). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- Suhertina. (2014). *Pengantar dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Pekanbaru: Mutiara Pesisir Sumatra.

- Suranata, K., Rangka, I. B., & Permana, A. A. J. (2020). Perbandingan efektivitas layanan konseling perilaku kognitif berbasis internet dan tatap muka terhadap resiliensi siswa. *Cogent Psychology*, 7(1), 1751022. <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1751022>
- Suryadi, H. (2018). Peningkatan profesionalisme guru bimbingan dan konseling dalam layanan klasikal melalui pendekatan lesson study berbasis sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 8(1). <https://doi.org/10.29080/JBKI.V8I1.52>
- Taniguchi, E. (2020). Dampak keterbukaan terhadap gangguan mental dan strategi keterbukaan terhadap kesejahteraan mahasiswa. *Journal of American College Health*, 70, 929–939. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1781868>
- Trudel-Fitzgerald, C., Millstein, R. A., Von Hippel, C., Howe, C. J., Tomasso, L. P., Wagner, G. R., & Vanderweele, T. J. (2019). Peran kesejahteraan psikologis dalam kebijakan kesehatan masyarakat: Tinjauan dimensi, intervensi, dan implikasi kebijakan. *BMC Public Health*, 19(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-8029-x>
- Umam, M. S. (2022). Penguatan karakter kewirausahaan siswa melalui kegiatan Entrepreneur Day. *EXERO: Journal of Research in Business and Economics*, 4(2), 173–188. <https://doi.org/10.24071/exero.v4i2.5031>
- Umam, M. S. (2023). Narasi kehidupan toleransi antarumat beragama di Desa Sikakap dalam konteks Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila. *Ikatan Keluarga Alumni Undiksha*, 21(2), 10. <https://doi.org/10.23887/ika.v22i1.74896>
- Umam, M. S. (2024). Strategi konseling behavioral dengan teknik reward and punishment untuk meningkatkan motivasi kerja. *Jurnal Ikatan Keluarga Alumni Undiksha*, 22(2), 77–83. <https://doi.org/10.23887/ika.v22i2.84969>
- Umam, M. S., Telaumbanua, N., & Siahaan, E. (2024). Potensi energi terbarukan dari air: Studi pembelajaran proyek berbasis profil pelajar Pancasila. *Jurnal Ikatan Keluarga Alumni Undiksha*, 22(1), 25–35. <https://doi.org/10.23887/ika.v22i1.74896>
- van Teffelen, M. W., Voncken, M. J., Peeters, F., Mollema, E. D., & Lobbestael, J. (2022). Pemanfaatan teknik imajinasi dalam restrukturisasi kognitif untuk mereduksi keyakinan bermuatan permusuhan: Sebuah deskripsi naratif. *Cognitive and Behavioral Practice*, 29(3), 625–634. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2020.12.010>
- Voncken, M. J., Janssen, I., Keijsers, G. P. J., & Dibbets, P. (2023). Apakah restrukturisasi kognitif sebaiknya dilakukan sebelum imagery rescripting? Studi eksperimental awal. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 78, 101800. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2022.101800>
- Weiss, L. A., Westerhof, G. J., & Bohlmeijer, E. T. (2016). Apakah intervensi psikologis mampu meningkatkan kesejahteraan? Meta-analisis uji coba terkontrol acak. *PLoS ONE*, 11(6), e0158092. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0158092>
- Wibowo, A. E., & Mulawarman. (2022). Korelasi antara rasa syukur dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa penerima beasiswa di Universitas

- Negeri Semarang. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(3), 1–12. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i3.57306>
- Wibowo, M., Chandra, E., & Sunawan, S. (2019). Konseling kelompok perilaku kognitif dengan teknik self-instruction dan restrukturisasi kognitif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 2(1), 11–17. <https://doi.org/10.25217/IGCJ.V2I1.305>
- Wibowo, Y. S., Setiawati, F. A., Qodriah, S. R., & Ayriza, Y. (2021). Pendidikan positif: Kajian kerangka kesejahteraan peserta didik di Indonesia. *Cakrawala Pendidikan*, 40(3), 762–771. <https://doi.org/10.21831/cp.v40i3.33530>
- Wu, J., Dou, J., Wang, D., Wang, L., Chen, F., Lu, G., Sun, L., & Liu, J. (2024). Pola pikir empati dan stres pada tenaga kesehatan: Peran mediasi keterbukaan diri dan dukungan sosial. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1399167. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1399167>
- Wu, L., Chen, X., Dong, T., Yan, W., Wang, L., & Li, W. (2024). Hubungan antara keterbukaan diri, dukungan sosial yang dirasakan, dan kekhawatiran reproduksi pada pasien kanker pria muda di Tiongkok: Analisis model mediasi. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 11(7), 100503. <https://doi.org/10.1016/j.apjon.2024.100503>
- Yao, Y., Wang, C.-J., Yin, S.-Y., Xu, G., Cheng, Y.-F., Huang, Q.-Q., & Jin, Y. (2024). Dampak intervensi psikologi positif berbasis model PERMA terhadap kondisi psikologis dan kualitas hidup pasien Parkinson. *Heliyon*, 10(20), e36902. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e36902>
- Yuliani, I. (2018). Konsep kesejahteraan psikologis dan implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 2(2), 51–56. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling