

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliyani, I., Dwidiyanti, M., & Sari, S. P. (2020, March). Pengaruh terapi mindfulness terhadap tingkat depresi pada remaja. In *Proceeding Widya Husada Nursing Conference* (Vol. 1, No. 1).
- Artati, K. B., & Wahyuni, E. (2023). Pendekatan mindfulness untuk meningkatkan psychological well-being pada siswa sekolah dasar: Sebuah systematic review. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 9(2), 342-355.
- Brown, K. W. & Ryan, R. M. (2003). The Benefits of Being Present Mindfulness and its Role in Psychological WellBeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (4)
- Bradley Erford.T, 40 Teknik yang harus di ketahui setiap konselor Edisi kedua, Terj. Helly Prajitno dan Sri Mulyanintini, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2015)
- Bradley T.Erford, 40 Tekhnik yang Harus Diketahui Setiap Konselor, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017).
- Beauchaine, TP., & Hinshaw, SP. (Eds.). 2017. Child and adolescent psychopathology. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Chaplin, J. P. (2002). Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Darmawan, A. M. P. (2025). EFEKTIVITAS MINDFULNESS TERHADAP STRESS AKADEMIK PADA MAHASISWA: LITERATURE REVIEW. *Jurnal Psikologi Dinamika*, 9(1).

- Dirgayunita, A. (2016). Depresi: Ciri, penyebab dan penanganannya. *Journal an-nafs: Kajian penelitian psikologi*.
- Ditjen GTIK. (2016a). Pedoman Bimbingan dan Konseling pada Dasar dan Pendidikan Menengah. Ditjen GTIK Kemendikbud RI.
- Dianovinina, K. (2018). Depresi pada remaja: gejala dan permasalahannya. *Jurnal Psikogenesis*, 6(1), 69-78.
- Eka, G., & Yudiarso, A. (2024). Evaluasi Efektivitas Mindfulness Therapy terhadap Smoking Cessation: Studi Meta-Analysis. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 7(2), 164-181.
- Fauzia, R., & Listiyandini, R. A. (2018). Peran Trait Mindfulness (Rasa Kesadaran) Terhadap Penerimaan Diri pada Remaja Dengan Orangtua Bercerai. Seminar Nasional Dan Temu Ilmiah Positive Psikologi.
- Fitri, A., Dwidiyanti, M., & Sawitri, D. R. (2023). Terapi Mindfulness untuk Meningkatkan Adaptasi Diri dan Mengurangi Gangguan Psikologis pada Keluarga dengan ODGJ. *Jurnal Keperawatan Silampari*
- FATONA, I. EFEKTIVITAS TEKNIK VISUAL IMAGERY UNTUK MENGURANGI KENAKALAN REMAJA DI LORONG PRAJURID NANGYU RT 03 KELURAHAN 3/4 ULU PALEMBANG.
- Gunarsa, S.D., dan Gunarsa, Y.S., Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga
- Hurlock, E.B., Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, (Jakarta:Erlangga, 1993)

Ika Mustika Dewi, Guided Imagery pada Anak Usia Remaja di Depok, Sleman,
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat : Kesehatan, Vol. 2 No.3 (2022)
September.

Kaplan dan Sadock. (2002). Sinopsis Psikiatri, Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri
Klinis, edisi ketujuh, jilid satu. Jakarta: Binarupa Aksara.

Kadek Suranata, I., Gading, K., & Permana, A. A. J. (2021). Self-help online
psychoeducation to overcome anxiety during covid-19
outbreak. *Education*, 6(1), 11-18.

Lumongga, D. N. (2016). *Depresi: tinjauan psikologis*. Kencana.

Lubis, (2009). *Depresi: Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.

Maneesang, W., Hengpraprom, S., & Kalayasiri, R. (2022). Effectiveness of
Mindfulness – Based Therapy and Counseling programs (MBTC) on
relapses to methamphetamine dependence at a substance dependency
treatment center. *Psychiatry Research*.

Ma'rifah, A. R., & Sundari, A. R. (2023). Mindfulness Sebagai Mediator Pengaruh
Religiusitas terhadap Kesejahteraan Subjektif Pensiunan. *Psikologi Kreatif
Inovatif*

Noviyana, D. A., Panduwinata, V., & Asbari, M. (2023). Berpikir Mindfulness:
Seni Mengelola Kesehatan Mental?. *Literaksi: Jurnal Manajemen
Pendidikan*.

Noviza, N., & Koentjoro, K. (2014). Efektivitas Psikoterapi Interpersonal untuk
Menurunkan Depresi pada Remaja Putri dengan Orangtua Bercerai. *JIP
(Jurnal Intervensi Psikologi)*, 6(1), 117-130.

- Prabayanti, I. D. A. A. A., Suranata, K., & Dharmayanti, P. A. (2023). Pengembangan panduan model konseling cognitive behavioral therapy teknik mindfulness berbasis website SI-konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 661-668.
- Potter & Perry. Fundamental Of Nursing edisi 7. (Jakarta : Salemba medika, 2010).
- Parkitny, L., & McAuley, J. (2010). The depression anxiety stress scale (DASS). *J Physiother*, 56(3), 204.
- Rismawan, K. S. G. 2017. Keefektifan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan efikasi diri pengambilan keputusan karier siswa SMA. Tesis: Universitas Negeri Malang
- Rodriguez-Ledo, C. (2018). Emotional Intelligence and Mindfulness: Relation and Enhancement in the Classroom with Adolescents. *Frontiers in Psychology*.
- Setyawan, D. (2014). Kementrian Kesehatan RI Politeknik Kesehatan Surakarta 2014. Kementerian Kesehatan RI, 1–13
- Senjaya, A. A., Hadi, V. I., Fajrin, H. R., Latifah, W. N., Kencana, C. P., Adiningtyas, A., ... & Fardana Nawangsari, N. A. (2023). PENINGKATAN KESADARAN TERHADAP DEPRESI PADA REMAJA DAN ANAK MELALUI KEGIATAN KAMPANYE DARING. *Jurnal Layanan Masyarakat*, 7(3).
- Sidik Jatmika, Genk Remaja, Anak Haram Sejarah ataukah Korban Globalisasi?, (Yogyakarta: Kanisius, 2010).
- S. Wirawan, Psikologi Remaja, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002).

- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D.
- Sutanto, S., & Immanuela, G. (2022). Mengenal mindfulness bagi siswa SMA. *Devotion: Jurnal Pengabdian Psikologi*, 1(01), 11-20.
- Waskito, P. (2019). Mindfulness dalam Layanan Bimbingan dan Konseling bagi Peserta Didik Remaja di Sekolah Menengah Pertama. *Konvensi Nasional Bimbingan dan Konseling XXI*.
- WHO (2012). Depression: A global public health concern. Diunduh 10 Februari 2016 dari http://www.who.int/mental_health/management/depression/who_paper_depression_wfmh_2012.pdf
- Yosep Iyus. (2007). Keperawatan Jiwa. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Yudrik Jahja, Psikologi Perkembangan
- Zamana, R. K., Nasirb, K., & Muhammad, M. (2022). Kawalan Kesejahteraan Psikologi Berasaskan Konsep Psikopsiritual Dalam Al-Quran: Suatu Analisis. *Journal of Islamic Social Sciences and Humanities*.
- Zanon, C., Brenner, R. E., Baptista, M. N., Vogel, D. L., Rubin, M., Al-Darmaki, F. R., ... & Zlati, A. (2021). Examining the dimensionality, reliability, and invariance of the Depression, Anxiety, and Stress Scale–21 (DASS-21) across eight countries. *Assessment*, 28(6), 1531-1544.