

DAFTAR PUSTAKA

- Ariasih, N. I. P., Studi, P., Konseling, B., Ilmu, J., Psikologi, P., Bimbingan, D. A. N., Pendidikan, F. I., & Ganesha, U. P. (2024). *KOGNITIF BEHAVIORAL TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK MENINGKATKAN*.
- Asmalinda, W., Sapada, E., & Naue, D. A. B. (2023). Peningkatan Motivasi Belajar Mahasiswa Menggunakan Metode Hypnomotivation. *ABDIKEMAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 15–22.
<https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v5i1.1594>
- Augustiya, T., Lestari, A., Budiman, H., Maharani, R., & Anggraini, M. (2020). The Bingah scale: A development of the happiness measurement scale in the Sundanese. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 3(1), 61–70.
<https://doi.org/10.15575/jpib.v3i1.6478>
- Banusu, Y. O., & Firmanto, A. D. (2020). Kebahagiaan Dalam Ruang Keseharian Manusia. *Forum*, 49(2), 51–61. <https://doi.org/10.35312/forum.v49i2.301>
- Cahyono, M. Y. M., Chrisantiana, T. G., & Theresia, E. (2021). Peran Student Well-Being dan School Climate terhadap Prestasi Akademik pada Siswa SMP Yayasan “X” Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 5(1), 1–16.
<https://doi.org/10.28932/humanitas.v5i1.3523>
- Eliyawati. (2024). Pengaruh Self Hypnosis Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan. *WOMB Midwifery Journal*, 3(1), 27–33. <https://doi.org/10.54832/wombmidj.v3i1.335>
- Eliyawati, E., Susanti, N. Y., & Hikmah, R. (2024). Penyuluhan dan Pelatihan Self Hypnosis pada Remaja Putri Untuk Mengurangi Kecemasan Psikologis Menuju Dewasa Awal. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 51–58. <https://doi.org/10.59395/altifani.v4i1.515>
- Ianah, A., Latifa, R., Kolopaking, R., & Suprayogi, M. N. (2021). Kesejahteraan Siswa: Faktor Pendukung dan Penghambatnya. *Business Economic, Communication, and Social Sciences (BECOSS) Journal*, 3(1), 43–49.
<https://doi.org/10.21512/becossjournal.v3i1.7028>
- Junita, M. (2021). Hubungan Religiusitas Dengan Student Well-Being Pada Siswa SMA Negeri 2 Ujung Batu. *Skripsi*, 1–81.
- Marizi, L., Emilia, O., Permatasari, A., Wahyuni, S., & Nurayuda, N. (2023). Effectiveness of self-hypnosis In Overcoming Sleep Disorders In Menopausal Women. *Journal of Maternal and Child Health Sciences (JMCHS)*, 3(1), 271–278.
<https://doi.org/10.36086/maternalandchild.v3i1.1701>
- Mayalika, Ernawati, & Mato, R. (2022). Pengaruh Self-Hypnosis Terhadap Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan Dalam Masa Pandemi Covid 19. *Jl. Perintis Kemerdekaan VIII*, 1, 870–875.
- Millah, A. S., Apriyani, Arobiah, D., Febriani, E. S., & Ramdhani, E. (2023). Analisis Data dalam Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Kreativitas*

Mahasiswa, 1(2), 140–153.

- Nuruddaroini, M. A. S., & Midi, H. S. (2021). Integrasi konsep kebahagiaan perspektif psychological well being dan sa'adah (Studi komparasi antara konsep Barat dan Islam). *Prosiding Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam Dan Sains, 3*, 83–87.
<http://sunankalijaga.org/prosiding/index.php/kiiis/article/view/712>
- Okpatrioka Okpatrioka. (2023). Research And Development (R&D) Penelitian Yang Inovatif Dalam Pendidikan. *Dharma Acariya Nusantara: Jurnal Pendidikan, Bahasa Dan Budaya, 1(1)*, 86–100.
<https://doi.org/10.47861/jdan.v1i1.154>
- Paramartha, W. E., Dharsana, I. K., & Suranata, K. (2023). Optimasi Peningkatan Self-Control melalui Teknik Self-Hypnosis. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 7(2)*, 231.
<https://doi.org/10.29240/jbk.v7i2.7795>
- Paramartha, W. E., Dharsana, I. K., Suranata, K., Made, N., & Padmi, D. (2023). *Teknik Hypnotherapy Dalam Konseling Psikoanalisis : Sebuah Pendekatan Efektif Untuk Meningkatkan Achievement Siswa. 6(1)*, 22–28.
- Rahman, A., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan dan Unsur-Unsur Pendidikan. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam, 2(1)*, 1–8.
- Rajagukguk, K. P., Lubis, R. R., Kirana, J., & Rahayu, N. S. (2021). Pelatihan Pengembangan Media Pembelajaran Model 4D Pada Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(1)*, 14–22.
<https://jurnal.stkipalmaksum.ac.id/index.php/jpkm/article/view/144>
- Rismawan, K. sathya G. (2017). *KEEFEKTIFAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIER SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS. UNIVERSITAS NEGERI MALANG.*
- Ruggeri K, Garcia-Garzon E, Maguire Á, Matz S, & Huppert F. (2020). Well-being is more than happiness and life satisfaction: A multidimensional analysis of 21 countries. *Health and Quality of Life Outcomes* [revista en Internet] 2020 [acceso 4 de julio de 2021]; 18(1): 1-16. *Health and Quality of Life Outcomes*, 1–16.
<https://hqlo.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s12955-020-01423-y.pdf>
- Sugara, G. S. (2023). *TERAPI SELF HYPNOSIS: Manual Perubahan Untuk Transformasi Diri.*
- Suranata, K., Ifdil, I., Gading, I. K., & Permana, A. A. J. (2021). Self-help online psychoeducation to overcome anxiety during covid-19 outbreak. *COUNSEDU: The International Journal of Counseling and Education, 6(1)*, 11–18.
<https://doi.org/10.23916/0020210634010>
- Ujud, S., Nur, T. D., Yusuf, Y., Saibi, N., & Ramli, M. R. (2023). Penerapan Model Pembelajaran Discovery Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar

Siswa Sma Negeri 10 Kota Ternate Kelas X Pada Materi Pencemaran Lingkungan. *Jurnal Bioedukasi*, 6(2), 337–347.
<https://doi.org/10.33387/bioedu.v6i2.7305>

Wahid, F. S., Setiyoko, D. T., Riono, S. B., & Saputra, A. A. (2020). Pengaruh Lingkungan Keluarga Dan Sekolah. *Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(8), 555–564.

Waruwu, M. (2024). Metode Penelitian dan Pengembangan (R&D): Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(2), 1220–1230. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i2.2141>

Yanuarizky, A. (2023). Self-Hypnosis sebagai Metode Trauma Healing. *Trends in Applied Sciences, Social Sciences, and Education* |, 1(1), 27–32.

