

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, D. K. (2019). Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja di Panti Asuhan. In *Jurnal Ilmu Dakwah* (Vol. 39, Issue 1).
- Anabella, A. I. (2022). Kebersyukuran dan Kebahagiaan Mahasiswa Psikologi Muslim Pasca Pandemi. *Journal of Psychology Students*, 1(1), 25–30. <https://doi.org/10.15575/jops.v1i1.17475>
- Ananda, A. T. (2025). *Healing Journey: Menemukan Kedamaian Diri*. PT Penerbit Qriset Indonesia. Diakses di https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=1aRQEQAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Kedekatan+dengan+alam+telah+terbukti+secara+ilmiah+dapat+meningkatkan+suasana+hati,+menurunkan+stres,+memperbaiki+konsentrasi,+dan+memberikan+rasa+damai+yang+mendalam.+&ots=7me1SUG3o8&sig=pDvW8pCnf93Woga3VNhkEIHCu4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Angela, M., Felicia, & Cipta, F. (2021). Hubungan antara forgiveness dan psychological well-being pada korban kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 2(1), 61–67. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i1.93>
- Arini, D. P., Khofifah, N., & Nurlaili. (2023). Agama menjamin kebahagiaan. *SICEDU: Science and Education Journal*, 2(2), 333–339.
- Atikasari, F. (2021). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Dimediasi Oleh Kebahagiaan Siswa. *Jurnal Ilmiah Psikomuda Connectedness*, 1(1), 15–27.
- Carr, A. (2011). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. London : Routledge. Diakses dari [Positive Psychology - Google Books](#)
- Demir, S., & Ercan, F. (2022). *The effectiveness of Cognitive Behavioral therapy-based group counseling on depressive symptomatology, anxiety levels,*

automatic thoughts, and coping ways Turkish nursing students: A randomized controlled trial. Perspectives in Psychiatric Care, 58(4), 2394–2406.
<https://doi.org/10.1111/ppc.13073>

Diachkova, O., Yeremenko, L., Donets, I., Klymenko, I., & Kononenko, A. (2024). *The role of positive thinking in overcoming stress a cognitive-behavioural approach. Edelweiss Applied Science and Technology, 8(6), 152–162.*
<https://doi.org/10.55214/25768484.v8i6.2031>

Diette, T. M., Goldsmith, A. H., Hamilton, D., & Darity, W. (2018). *Adult happiness and prior traumatic victimization in and out of the household. Review of Economics of the Household, 16(2), 275–295.* <https://doi.org/10.1007/s11150-016-9334-0>

Dinanti, R., & Mangundjaya, W. L. (2023). Pengaruh rasa bersyukur terhadap kebahagiaan pada dewasa muda. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin, 1(8), 288–297.* <https://doi.org/10.5281/zenodo.8377133>

Diwyarthi. N.D.M. Santi. DKK., (2025). Pengantar Konseling Kesehatan Mental. Batam: Yayasan Cendikia Mulia Mandiri. Diakses dari https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=oZRYEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=COGNITIVE+BEHAVIORAL+:+fokus+utama+cognitive+behavior+adalah+pada+perubahan+cara+berpikir,+merasakan,+dan+bertindak,+dengan+menyoroti+fungsi+otak+dalam+mengolah+informasi,+membuat+pilihan,+mencari+tahu,+bertindak,+serta+meskor+kembali&ots=Z3GLuHEKDZ&sig=6C7wy4wZoGH1zc4svLLx28tMjNI&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

Dwitanto, M. F., & Laili, I. (2022). Pandangan Hedonisme dan Eudaimonisme dalam Mencapai Kebahagiaan. *In Jurnal Filsafat, Sains, Teknologi, dan Sosial Budaya (Vol. 28, Issue 2).*

Elfida, D., Lestari, Y. I., Diamera, A., Angraeni, R., & Islami, S. (2014). Hubungan Baik Dengan Orang yang Signifikan dan Kontribusinya Terhadap Kebahagiaan Remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi, 10(2), 65–74.* Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

- Fatimah, M., & Nuqul, F. L. (2018). Kebahagiaan ditinjau dari status pernikahan dan kebermaknaan hidup. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 145–153.
- Fitri, M., & Ardi, Z. (2024). *Research Article to Reduce Obsessive Compulsive Disorder (OCD) Behavior. Counseling And Education*, 2(3), 225–235. <https://doi.org/10.58355/psy.v2i3.40>
- Fitriani, A. R., Thalib, S. B., & Latif, S. (2023). Penerapan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *PINISI Journal of Education*, 3(3), 115-129.
- Fitriyaty, S. A. (2023). “Assemblr Edu” Terhadap Kepuasan Pengguna Menggunakan *End User Computing Satisfaction (Eucs)*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Geschwind, N., Arntz, A., Bannink, F., & Peeters, F. (2019). *Positive cognitive behavior therapy in the treatment of depression: A randomized order within-subject comparison with traditional cognitive behavior therapy. Behaviour Research and Therapy*, 116, 119–130. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.03.005>
- Habigzang, L. F., Schneider, J. A., Frizzo, R. P., & de Freitas, C. P. P. (2018). *Evaluation of the impact of a cognitive- behavioral intervention for women in domestic violence situations in Brazil. Universitas Psychologica*, 17(3), 1–11. <https://doi.org/10.11144/JAVERIANA.UPSY17-3.EICB>
- Hapsari, I. G., & Sholichah, I. F. (2022). Pengaruh Kualitas Persahabatan Dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan Pada Mahasiswa.
- Heryana, A. (2020). Hipotesis Penelitian. *Bahan Ajar Mata Kuliah: Metodologi Penelitian Kuantitatif*, 1–16. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.11440.17927>
- Huang, K.-J. (2024). *Valuing Happiness And Wellbeing 1 Does Valuing Happiness Lead to Well-Being?* <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/09567976241263784>
- Ibáñez-Rueda, N., Guillén-Royo, M., & Guardiola, J. (2020). *Pro-environmental behavior, connectedness to nature, and wellbeing dimensions among granada*

- students. *Sustainability* (Switzerland), 12(21), 1–16.
<https://doi.org/10.3390/su12219171>
- Ibda, F. (2023). Dukungan Sosial: Sebagai Bantuan Menghadapi Stres dalam Kalangan Remaja Yatim di Panti Asuhan Fatimah Ibda (Vol. 12, Issue 02).
- Ilmi, N., Suriah, Nasir, S., Thaha, R. M., Thamrin, Y., & Ansariadi. (2023). *Mental health and coping strategies in women experiencing domestic violence in Indonesia*. *Gaceta Medica de Caracas*, 131(1), 92–99.
<https://doi.org/10.47307/GMC.2023.131.1.12>
- Jiang, Y., Lu, C., Chen, J., Miao, Y., Li, Y., & Deng, Q. (2022). *Happiness in University Students: Personal, Familial, and Social Factors: A Cross-Sectional Questionnaire Survey*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph19084713>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2025). *Ringkasan data kekerasan terhadap perempuan dan anak*. SIMFONI PPA. Diakses pada 15 April 2025, dari <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2025). Dataset kekerasan terhadap perempuan dan anak. Sistem Informasi Gender dan Anak (SIGA). Diakses pada 15 April 2025, dari <https://siga.kemenpppa.go.id/dataset?ids=MTE5NQ==&entity=cHJvdmluY2U=>
- Kendhawati, L., & Purba, F. D. (2019). Hubungan Kualitas Pernikahan dengan Kebahagiaan dan Kepuasan Hidup Pribadi: Studi pada Individu dengan Usia Pernikahan di Bawah Lima Tahun di Bandung. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 106–115.
- Gading, I. K., Sathya Gita Rismawan, K., & Putu Astiti Pratiwi, N. (2024). Pelatihan Dan Pendampingan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Klasikal Berpendekatan Rational Emotive Behavioral Berbasis Tri Hita Karana Untuk Meningkatkan Well-Being Bagi Guru-Guru Bk Di Kota Singaraja. *Senadimas : Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*. 9/1. 2252-2262.

- KOLBAŞI, N., SÖYLER, H., & GÖK, D. (2023). *Impact of Violence Exposure on Resilience, Emotional Regulation, and Life Satisfaction in Women. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 15(Supplement 1), 236–251. <https://doi.org/10.18863/pgy.1260948>
- M KIS, Husein, S. M., & Masril. (2024). Terapi *Cognitif Behaviour Therapy* Bagi Individu Yang Mengalami Stress. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 10, 174–189.
- Maiza Dianti, T., & Karneli, Y. (2024). Analisis Teknik-Teknik *Cognitive behavior Therapy* Dalam Konseling *Analysis Of Cognitive behavior Therapy Techniques In Counseling. KOPENDIK : Jurnal Ilmiah KOPENDIK (Konseling Pendidikan)*, 3(1), 29–39.
- Mariyatul Qibthiyyah, & Laksmiwati, H. (2023). Kebermaknaan hidup mantan korban KDRT (studi kasus di Bungah, Gresik). *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 293–311.
- Mashuri, Ali. (2023). Buku Ajar Statistika Parametrik Dasar (Uji Hubungan, Uji Perbedaan, dan Aplikasinya Menggunakan JASP). *PT Cita Intrans Selaras (Citila Grup) : Malang*.
- Molinero, S., Giménez-Fernández, T., López, F. J., Carretié, L., & Luque, D. (2021). *Stimulus–response learning and expected reward value enhance stimulus cognitive processing: An ERP study. Psychophysiology*, 58(5). <https://doi.org/10.1111/psyp.13795>
- Mulyani, S. R. (2021). Metodologi Penelitian. *Penerbit Widina Bhakti Persada Bandung : Jawa Barat*.
- Nuraeni, Gading, I. K., Suarni, N. K., & Suranata, K. (2024a). *The Effectiveness of Cognitive behavior Group Counseling Restructuring Technique to Reduce the Social Anxiety of Cyber-Bullying Victim. KnE Social Sciences*. <https://doi.org/10.18502/kss.v9i2.14850>
- Nuraeni, Gading, I. K., Suarni, N. K., & Suranata, K. (2024b). *The Effectiveness of Cognitive behavior Group Counseling Restructuring Technique to Reduce the*

Social Anxiety of Cyber-Bullying Victim. KnE Social Sciences.
<https://doi.org/10.18502/kss.v9i2.14850>

Oktaviana, W., & Aprilliana, A. (2024). Pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy (Cognitive Behavioral)* Pada Remaja Yang Mengalami Harga Diri Rendah: *A Systematic Review. In Jkj: Persatuan Perawat Nasional Indonesia* (Vol. 12, Issue 1).

Pawłowska-Muc, A., Pilewska-Kozak, A., Stadnicka, G., Kęsik, J., & Dobrowolska, B. (2023). *Satisfaction with the life of Polish women experiencing domestic violence. Frontiers in Public Health, 11.*

<https://www.niebieskalinia.pl/aktualnosci/archiwum/kwestionariusz-dla->

Pemerintah Kabupaten Buleleng. (2025). Data kekerasan terhadap perempuan dan anak per kecamatan di Kabupaten Buleleng tahun 2024. Satu Data Buleleng. Diakses pada 15 April 2025, dari <https://satudata.bulelengkab.go.id/data/detail?data=data-kekerasan-terhadap-perempuan-dan-anak-per-kecamatan-di-kabupaten-buleleng&tahun=2024>

Pemerintah Provinsi Bali. (2025). Jumlah kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) di Provinsi Bali tahun 2023. Satu Data Provinsi Bali. Diakses pada 15 April 2025, dari https://balisatudata.baliprov.go.id/laporan/jumlah-kdrt-kekerasan-dalam-rumah-tangga?district_id=&sub_district_id=&year=2023&month=&date=

Prabowo, R. B., & Laksmiwati, H. (2020). Hubungan Antara Rasa Syukur dengan Kebahagiaan Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Chracter: Jurnal Penelitian Psikologi, 7*(1), 1-10.

Prafitralia, A. (2023). Analisis faktor kebahagiaan pada mahasiswa generasi Z. *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research, 2*(1), 1–14. <https://doi.org/10.35719/psychospiritual.v2i1.xxxx>

Pratiwi, Y. S. (2022). Terapi Pemaafan Untuk Meningkatkan *Subjective Well-Being* Pada Istri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo, 4*(2), 71–83.
<http://ojs.borneo.ac.id/ojs/index.php/JBKB>

- Putri, N., & Aviani, Y. I. (2019). Gambaran Istri Korban Kdrt Yang Mempertahankan Pernikahan. *Jurnal Riset Psikologi*, 1-12. <https://doi.org/https://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/6877>
- Ramadhani, N., & Chusairi, A. (2022). Hubungan *Self-Compassion* Dengan *Psychological Well-Being* Pada Wanita Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Pembelajaran Dan Pengembangan Diri*, 2, 491–502. <https://doi.org/10.47353/bj.v2i3.125>
- Rizky, M., & Karneli, Y. (2022). Efektifitas Pendekatan *Cognitive Behavioral therapy (COGNITIVE BEHAVIORAL)* untuk Mengatasi Depresi. *Jurnal Literasi Pendidikan*, 1(2). <https://doi.org/10.56480/eductum.v1i2.748>
- Ropesta, D., Dharmayanti, P. A., & Gading, I. K. (2023). Pengembangan buku panduan konseling kelompok *Cognitive Behavioral* untuk meningkatkan *self management* dalam belajar siswa di sekolah menengah kejuruan. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 639. <https://doi.org/10.29210/1202322872>
- Sahputra, D., Fawri, A., Rapono, M., Asyfa, A., & Putra, A. M. (2025). Konseling Kesehatan Mental bagi Mahasiswa di Perguruan Tinggi. Prokreatif Media. Diakses di https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=3kdcEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Pikiran+positif+merupakan+pola+pikir+yang+mencerminkan+sikap+optimis,+keyakinan+terhadap+hal-hal+baik+di+masa+depan,+serta+kemampuan+untuk+memandang+situasi+dengan+cara+yang+konstruktif.+&ots=eXj7saeFIV&sig=X7P-ukh1QHaoZFek13nwVjsrqoo&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Sathya, K., Rismawan, G., Ketut Gading, I., Chyntia, N. N., & Putri, A. (2023). Layanan Bimbingan Restrukturisasi Kognitif Berbasis Tri Hita Karana Untuk Menumbuhkan Karakter Kejujuran Akademik Siswa Bagi Guru Kelas Sekolah Lab Undiksha Singaraja (Vol. 8).

- Seligman. E.P Martin. (2005). *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung : PT Mizan. Diakses dari https://opaclib.inaba.ac.id/index.php?p=show_detail&id=3549&keywords=
- Seprianto, & Kardina, N. (2023). Pengembangan Keterampilan Sosial Dan Kerjasama Siswa Melalui Layanan Bimbingan Dan Konseling : Pendekatan *Cognitive-Behavioral Therapy* (Studi Kasus Di Smpit Annida). *Jurnal Tazkirah: Transformasi Ilmu-Ilmu Keislaman*, 8(2), 127–136.
- Setiyowati, H. D., Dantes, N., & Dwiawati, K. A. (2023). The Effectiveness of Group Counseling Cognitive Restructuring Techniques to Increase the Self-confidence of Students. *Bisma The Journal of Counseling*, 7(1), 25–33. <https://doi.org/10.23887/bisma.v7i1.58813>
- Sianipar T, F. Y. (2023). *Psychological Well-Being* Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Berpacaran. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Sosial Humaniora*, 2.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Penerbit Alfabeta : Bandung.
- Suranata. Kadek., Dharsana. I. Ketut. DKK., (2022). *Konseling untuk Membangun Ketahanan Psikologis dan Kebahagiaan*. Padang: PT Inovasi Pratama Internasional. Diakses dari https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=3eF9EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA44&dq=info:F5n1XebYDL8J:scholar.google.com/&ots=u-QD0d6jx1&sig=z2-CsgKE2qURONeSteRh_HLUKd4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Suryana, Irfan. (2017). *Smart = Happy? Mengungkap Tabir Kecerdasan dan Kebahagiaan*. Yogyakarta: Psikologi Corner
- Suryadi, & Adison, J. (2024). *Konseling Traumatik “Pendekatan Cognitif-Behavior Therapy”* (Vol. 3, Issue 1). <https://journal.haqipub.com/index.php/human/article/view/371/182>

- Uasni, Z. F. A. H. (2019). Posttraumatic growth pada korban kekerasan dalam rumah tangga. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 1–12.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i1.4700>
- Utama, A. S., & Ambarini, T. K. (2023). *Cognitive Behaviour Therapy* untuk Mengatasi Gejala *Post Traumatic Stress Disorder*. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 9(2), 245.
<https://doi.org/10.22146/gamajpp.76983>
- Virilia, S., Widhigdo, J. C., & Rahmawati, K. D. (2025). Buku Ajar Psikologi Positif. Penerbit Universitas Ciputra. diakses di
https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=7_1YEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR8&dq=Individu+yang+mampu+mengambil+pelajaran+dari+kegagalan+atau+penderitaan+masa+lalu,+serta+melihatnya+sebagai+proses+pembentukan+diri,+cenderung+memiliki+tingkat+kepuasan+yang+lebih+tinggi.+&ots=tg6Or4BOdf&sig=L_hb2Pkje1fAd7U3_R0S2FiW-X4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Wardana, Wisnu. (2013). *Tri Hita Karana : The Spirit Of Bali*. Jakarta : PT. Gramedia
- Yuhani'ah, R. (2022). Psikologi Agama Dalam Pembentukan Jiwa Agama Remaja. *Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 1(1), 12–42.
<https://doi.org/10.58561/jkpi.v1i1.513>
- Zahra, S., Khooban, K., Poursharifi, H., Kakavand, A. R., & Geyanbagheri, M. (2022a). *The effectiveness of the revised protocol of trauma-focused cognitive-behavioral therapy (TF-COGNITIVE BEHAVIORAL) on the quality of life and psychological distress in female victims of domestic violence*. In *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry* (Vol. 9, Issue 2).
<http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1335-en.pdf>
- Zahra, S., Khooban, K., Poursharifi, H., Kakavand, A. R., & Geyanbagheri, M. (2022b). *The effectiveness of the revised protocol of trauma-focused cognitive-behavioral therapy (TF-COGNITIVE BEHAVIORAL) on the quality of life and psychological distress in female victims of domestic violence*. In *Shenakht*

Journal of Psychology and Psychiatry (Vol. 9, Issue 2). <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1335-en.pdf>

Zuraidah. (2023). Peran teknik *COGNITIVE BEHAVIORAL* (*Cognitive behavior Therapy*) dalam mengelola Stres Remaja. *Journal Innovation in Education (INOVED)*, 1(3), 1–21. <https://doi.org/10.59841/inoved.v1i3.342>

