

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, A., & Jusuf, M. (2021). *Terapi Perilaku Kognitif: Pendekatan dan Aplikasi*. RajaGrafindo Persada, Jakarta.
- Al-Isyraq. (2025). "Cognitive Behavior Therapy dalam Konteks Perkembangan Remaja." *Jurnal Psikologi Pendidikan*, Vol. 12, No. 1, hlm. 45–58.
- Andalasari, N., Keliat, B. A., & Putri, Y. S. E. (2024). The Effect of Adolescent Therapeutic Group Therapy and Cognitive Behavioral Therapy in the Occurrence of Depression. *Jurnal Kesehatan*, 15(2).
- Ardiansyah, R., Lestari, D., & Putra, A. (2023). "Gangguan Emosi dan Perilaku pada Remaja." *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol. 11, No. 2, hlm. 134–142.
- Beck, A. T. (2021). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond. Edisi ke-2*. Guilford Press, New York.
- Brandht. (2021). "Konsep Self-Love dan Penerimaan Diri." *Dalam Darina. Psikologi Positif Remaja*. Salemba Humanika, Jakarta.
- Covey, S. R. (2024). *The 7 Habits of Highly Effective People. Free Press, New York*.
- Dahlan, M. S. (2022). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan. Epidemiologi Indonesia*, Jakarta.
- Dela Cruz, J. P., & Mendoza, R. T. (2023). "Self-Love Intervention and Adolescent Resilience." *Journal of Adolescent Mental Health*, Vol. 8, No. 2, hlm. 112–121.
- Deloitte. (2022). *Global Mental Health Survey Report. Deloitte Insights*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, Semarang.
- Fakhriyani, D. V. (2019). *Kesehatan Mental. Pustaka Pelajar*, Yogyakarta.
- Fakhriyani, D. V. (2020). "Karakteristik Individu dengan Kesehatan Mental Positif." *Jurnal Psikologi*, Vol. 15, No. 1, hlm. 23–31.
- Hamidah, & Rosidah. (2021). "Kesehatan Mental Remaja dan Tantangannya." *Jurnal Psikologi Klinis*, Vol. 9, No. 2, hlm. 88–97.

- Hapsari, A., Wulandari, R., & Prasetyo, B. (2025). "Self-Love Berbasis CBT pada Remaja." *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol. 13, No. 1, hlm. 55–64.
- Hasan, A., & Nurdibyanandaru, D. (2020). "Efektivitas CBT pada Remaja dengan Gangguan Kecemasan." *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, Vol. 7, No. 1, hlm. 1–10.
- Idat. 2022. *Cognitive Behavior Therapy Handbook*. NACBT Indonesia, Jakarta.
- Ismatuddiyanah, I., Meganingrum, R. J. A. A., Putri, F. A., & Mahardika, I. K. (2023). *Ciri dan tugas perkembangan pada masa remaja awal dan menengah serta pengaruhnya terhadap pendidikan*. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27233–27242. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.11035>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93.
- Khumairoh, N., Sari, M., & Lestari, Y. (2024). "Self-Love dan Kesehatan Mental Remaja." *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 10, No. 1, hlm. 66–75.
- Kusumawardani, A. (2021). "Self-Love dan Kesejahteraan Psikologis Remaja." *Jurnal Psikologi*, Vol. 18, No. 2, hlm. 145–154.
- Larbona, Y., & Herdi. (2023). *Literatur review: Pengembangan program bimbingan dan konseling komprehensif berbasis tugas-tugas perkembangan remaja*. *JlIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(12), 10647–10652. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i12.3295>
- Lestari, R. M. P., & Djuwita, E. (2023). Penerapan intervensi cognitive behavioral therapy daring pada remaja yang mengalami *major depressive disorder*. *Jurnal Psikologi Udayana*, 10(1), 296–306.
- Liu, X., Zhang, Y., & Chen, L. (2023). "School-Based CBT Programs for Adolescents." *Journal of Mental Health*, Vol. 32, No. 4, hlm. 510–519.
- Lorentzen, V., Fagermo, K., Handegård, B. H., Skre, I., & Neumer, S. P. (2020). A randomized controlled trial of a six-session cognitive behavioral treatment of emotional disorders in adolescents 14–17

years old in child and adolescent mental health services (CAMHS). *BMC Psychology*, 8(25).

Maiseptian, A., Suryani, E., & Putra, R. (2024). "Integrasi CBT dalam Layanan BK Sekolah." *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, Vol. 6, No. 2, hlm. 101–110.

Mohammadi, M. R., Zarafshan, H., & Khaleghi, A. (2021). "CBT for Adolescent Mental Health." *Iranian Journal of Psychiatry*, Vol. 16, No. 3, hlm. 234–241.

Mutiwaseka, A. (2022). "Aspek-Aspek Self-Love pada Remaja." *Jurnal Psikologi Remaja*, Vol. 5, No. 1, hlm. 14–23.

Nabila. (2020). "Klasifikasi dan Perkembangan Remaja." *Jurnal Pendidikan*, Vol. 11, No. 2, hlm. 98–105.

Nabila. (2022). "Perkembangan Identitas Remaja." *Jurnal Psikologi Sosial*, Vol. 14, No. 1, hlm. 77–85.

National Center for Biotechnology Information. (2025). CBT-Based Self-Love Intervention. National Center for Biotechnology Information.

Ng, M. Y., DiVasto, K. A., Gonzalez, N. A. R., Cootner, S., Lipsey, M. W., & Weisz, J. R. (2024). How do cognitive behavioral therapy and interpersonal psychotherapy improve youth depression? Applying meta-analytic structural equation modeling to three decades of randomized trials. *Psychological Bulletin*, 150(5).

Ningrum, D., & Amma, F. (2020). "Psychological Distress dan Well-Being." *Jurnal Psikologi Klinis*, Vol. 8, No. 2, hlm. 90–99.

Noya, M., Putri, A., & Lestari, S. 2024. "Konsep Adolescence dalam Psikologi." *Jurnal Ilmu Psikologi*, Vol. 12, No. 1, hlm. 1–9.

Nurhasanah, N., & Ningsih, A. D. (2023). *Perkembangan remaja berdasarkan gender*. Coughton: Journal of Counseling and Education, 4(2). <https://doi.org/10.47453/coughton.v4i2.1272>

Nursalam. (2024). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Salemba Medika, Jakarta.

Panggabean, R., & Bertha, S. (2024). "Psikologi Remaja dan Transisi Perkembangan." *Jurnal Keperawatan*, Vol. 15, No. 1, hlm. 33–41.

- Paputungan, F. (2023). *Implikasi tugas-tugas perkembangan remaja dalam penyelenggaraan pendidikan di SMK*. Jurnal Ilmu Pendidikan dan Budaya, 3(1), 108–124. <https://doi.org/10.47918/jeac.v3i1.1240>
- Prahitna, R. I., & Atrup. (2024). "Penerapan CBT di SMP." Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 9, No. 2, hlm. 120–132.
- Pratiwi, R. (2022). "Tugas Perkembangan Remaja." Jurnal Psikologi Pendidikan, Vol. 10, No. 3, hlm. 211–219.
- Putri, O. E. H. (2020). "Dampak Gangguan Kesehatan Mental." Jurnal Kesehatan Jiwa, Vol. 6, No. 1, hlm. 45–53.
- Putri, O. E. H., Firmansyah, A. R., Muharram, M. S., Belqhiska, A. B., & Radianto, D. O. (2024). "Psikoterapi Kognitif Perilaku pada Remaja." Jurnal Psikologi Klinis, Vol. 12, No. 2, hlm. 89–101.
- Rahayu, S., & Purwanto, E. (2023). "Intervensi Psikologis Berbasis Sekolah." Jurnal Pendidikan Kesehatan, Vol. 5, No. 1, hlm. 22–30.
- Rohmaani, K. A., & Kemala, C. N. (2021). Application of Internet-based Cognitive Behavior Therapy Approaches for Female Adolescent with Major Depressive Disorder. *Psychological Research and Intervention*.
- Rosmalinda, & Tia. (2021). "Faktor Internal dan Eksternal Kesehatan Mental." Jurnal Psikologi, Vol. 13, No. 2, hlm. 140–149.
- Saputra, A., Wibowo, R., & Lestari, D. (2020). "Konsep Diri dan Perkembangan Psikososial Remaja." Jurnal Psikologi Remaja, Vol. 4, No. 1, hlm. 55–63.
- Schuller. (2021). "Self-Love dan Aktualisasi Diri." Dalam Darina. Self-Love dan Psikologi Positif. Salemba Humanika, Jakarta.
- Suryani, R., Hidayat, A., & Putra, D. (2020). "Tugas Perkembangan Remaja." Jurnal Keperawatan, Vol. 12, No. 3, hlm. 199–207.
- Suryatmaja, A., & Wulandari, N. (2022). "Kecemasan pada Remaja." Jurnal Psikologi Klinis, Vol. 10, No. 1, hlm. 66–74.
- Syahrudin, A., Rahman, F., & Sari, M. (2023). "Tahapan Perkembangan Remaja." Jurnal Ilmu Pendidikan, Vol. 9, No. 2, hlm. 101–109.

Thamrin, A., & Suryaningrum, R. (2025). "Self-Love Berbasis CBT dan Kesehatan Mental." *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol. 14, No. 1, hlm. 1–12.

UNICEF. (2023). *The State of the World's Children: Mental Health*. UNICEF.

UNICEF. (2024). *Adolescent Mental Health in Indonesia*. UNICEF Indonesia.

Werner-Seidler, A., Spanos, S., Calear, A. L., Perry, Y., Torok, M., O'Dea, B., Christensen, H., & Newby, J. M. (2021). School-based depression and anxiety prevention programs: An updated systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 89, 102079.

World Health Organization. (2022). *Mental Health: Strengthening Our Response*. World Health Organization.

World Health Organization.(2023). *Adolescent Mental Health*. World Health Organization.

Xue, Y., Li, J., & Wang, Z. (2021). "Self-Love and Mental Health." *Frontiers in Psychology*, Vol. 12, hlm. 1–11.