

## DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. A. (2012). Pengaruh pelatihan mindfulness terhadap peningkatan kontrol diri siswa SMA. *Jurnal Pamator: Jurnal Ilmiah Universitas Trunojoyo*, 5(1), 19–27.
- Aiken, L. R. (1985). Three coefficients for analyzing the reliability and validity of ratings. *Educational and psychological measurement*, 45(1), 131–142.
- Allen, N., & Knight, W. E. (2005). Mindfulness, compassion for self, and compassion for others. *Compassion. London and New York: Routledge*.
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Anisah, L. (2015). Model layanan informasi karir dengan teknik field trip untuk meningkatkan perencanaan karir siswa SMK di kabupaten Demak. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 1(1).
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological bulletin*, 80(4), 286.
- Azra, F. N. (2017). Forgiveness dan subjective well-being dewasa awal atas perceraian orang tua pada masa remaja. *Psikoborneo*, 5(3), 529–540.
- Azwar, M., & Amaliah, R. (2017). Pemanfaatan jurnal elektronik sebagai sumber referensi dalam penulisan skripsi di Institut Pertanian Bogor. *Libraria*, 5(1), 1–24.
- Azwar, S. (2007). *Sikap manusia: Teori dan pengukurannya*.
- Badriyah, L. (2012). *Pengaruh penggunaan modul pembelajara berbasis learning cycle 5-E untuk materi sistem koloid terhadap hasil belajar sisw kelas XI semester 2 SMK Negeri 2 Batu Program Keahlian Agribisnis Hasil Pertanian*.
- Baer, R. A., & Krietemeyer, J. (2006). Overview of mindfulness-and acceptance-based treatment approaches. *Mindfulness-based treatment approaches: Clinician's guide to evidence base and applications*, 3–27.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27–45.

- Beddoe, A. E., & Murphy, S. O. (2004). Does mindfulness decrease stress and foster empathy among nursing students? *Journal of Nursing Education*, 43(7), 305–312.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 84(4), 822.
- Corey, G. (2005). *Theory of counseling and psychotherapy*. CA: Cengage.
- Davidson, R. J., & Kabat-Zinn, J. (2004). Alterations in brain and immune function produced by mindfulness meditation: Three caveats: Response. *Psychosomatic Medicine*, 66(1), 149–152.
- Dewi, R., Emidar, E., & Rasyid, Y. (2018). Pengaruh Discovery Learning Model Berbantuan Media Objek Langsung Terhadap Keterampilan Menulis Teks Laporan Observasi. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 7(1), 169–174.
- Djaali, P. M. (2000). Ramly. *Pengukuran Dalam Bidang Pendidikan*. Jakarta: PPs UNJ.
- Dyah Dw, R. (2009). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (Smp)*.
- Ekawati, Y. N., Saputra, N. E., & Periantalo, J. (2018). Konstruksi Alat Ukur Karakter Religius Siswa Sekolah Dasar. *Psycho Idea*, 16(2), 131–139.
- Fadh Dhiya, U. H. (2022). *PENGELOLAAN EMOSI KLIEN DENGAN SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) MENURUT AHMAD FAIZ ZAINUDDIN*.
- Fielding, L. (2009). *A clinicians' guide to integrating mindfulness into evidence-based practice: A common elements approach*. Pepperdine University.
- Fourianalistyawati, E., & Listiyandini, R. A. (2017). Hubungan antara mindfulness dengan depresi pada remaja. *Jurnal Psikogenesis*, 5(2), 115–122.
- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2007). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: McGrwaw-Hill Companies. Inc.
- Friese, M., Ostafin, B., & Loschelder, D. D. (2017). Mindfulness as an intervention to improve self-control. Dalam *Routledge international handbook of self-control in health and well-being* (hlm. 431–445). Routledge.
- Germer, C. (2004). What is mindfulness. *Insight journal*, 22(3), 24–29.

- Ghufron, M. (t.t.). Nurdan Rini Risnawati. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-. Ruzz Media.
- Ghufron, M. N. (2003). *Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap Penerapan disiplin orangtua dengan Prokrastinasi akademik*.
- Hidayat, A. T., & Agustina, T. (2020). Pengaruh Pelatihan, Kompetensi, Kompensasi, dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Polisi Lalu Lintas Polresta Banjarmasin. *Business Innovation and Entrepreneurship Journal*, 2(1), 48–53.
- Husna, U. Y., & Ichsan, B. (2023). Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Apoteker terhadap Pharmaceutical Care. *PHARMACY: Jurnal Farmasi Indonesia (Pharmaceutical Journal of Indonesia)*.
- Indraprasti, D., & Rachmawati, M. A. (2008). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Minum-Minuman Keras Pada Remaja Laki-Laki. *Naskah Publikasi. Tidak Diterbitkan. Yogyakarta*.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based stress reduction (MBSR). *Constructivism in the Human Sciences*, 8(2), 73.
- Karlina, L. (2020). Fenomena terjadinya kenakalan remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 147–158.
- Latipah, N. (2014). *Metode penelitian psikologi*.
- Mahāthera, V. N. (2013). The Power of Mindfulness. Dalam *Pathways of Buddhist Thought* (hlm. 101–148). Routledge.
- Mariska, I. C. (2018). Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Kontrol Diri Pada Mahasiswa Di Universitas Gunadarma. *Jurnal Psikologi*, 10(2).
- Miftakhuddin, M. (2021). *Pendekatan penelitian pendidikan: Tinjauan dari perspektif filsafat ilmu*.
- Mufidah, L. (2008). *Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku seks pra nikah pada siswa SMKN 2 di Kota Malang*.
- Nikmatur, R. (2017). Proses Penelitian. *Masalah, Variabel dan Paradigma Penelitian*.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on psychological science*, 3(5), 400–424.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan game online pada remaja: Dampak dan pencegahannya. *Buletin psikologi*, 27(2), 148–158.

- Panek, E. T., Bayer, J. B., Dal Cin, S., & Campbell, S. W. (2015). Automaticity, mindfulness, and self-control as predictors of dangerous texting behavior. *Mobile Media & Communication*, 3(3), 383–400.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35–40.
- Raharjo, S. (2015). Uji paired sample t test dengan spss. *Online*). Tersedia: <http://www.konsistensi.com/2014/03/uji-paired-sample-t-test-dengan-spss.html>, diunduh, 15.
- Saleh, U. (2008). Pengaruh pelatihan mindfulness terhadap peningkatan empati perawat. *KESEPIAN PADA REMAJA DITINJAU DARI STATUS PERKAWINAN ORANGTUA (Studi pada Remaja dari Keluarga Bercerai)* 115-132, 147.
- Salmon, P., Sephton, S., Weissbecker, I., Hoover, K., Ulmer, C., & Studts, J. L. (2004). Mindfulness meditation in clinical practice. *Cognitive and behavioral practice*, 11(4), 434–446.
- Samuelson, M., Carmody, J., Kabat-Zinn, J., & Bratt, M. A. (2007). Mindfulness-based stress reduction in Massachusetts correctional facilities. *The Prison Journal*, 87(2), 254–268.
- Santoso, S. (2010). *Statistik multivariat*. Elex Media Komputindo.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja*.
- Santrock, J. W., & Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Pendidikan edisi kedua*.
- Sari, J. K. (2018). *PELATIHAN MINDFULNESS UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN TERHADAP UJIAN PADA SISWA SEKOLAH DASAR*.
- Segal, Z. V., Teasdale, J. D., & Williams, J. M. G. (2004). *Mindfulness-Based Cognitive Therapy: Theoretical Rationale and Empirical Status*.
- Septantiningtyas, N. (2018). Pengaruh pembelajaran jarak jauh dengan aplikasi google class terhadap hasil belajar mahasiswa. *Edureligia: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 131–135.
- Setyanto, A., Suharnomo, S., & Sugiono, S. (2013). *Analisis Pengaruh Kepuasan Kerja dan Iklim Organisasi Terhadap Keinginan Keluar (Intention to Quit) dengan Komitmen Organisasional sebagai Variabel Intervening (Pada Perusahaan Perkebunan Kelapa Sawit Teladan Prima Group)*.

- Shafira, A. R., & Ghozali, I. (2017). Pengaruh Risiko Audit, Ukuran Perusahaan, Dan Manajemen Laba Terhadap Audit Fee. *Diponegoro Journal of Accounting*, 6(3), 93–100.
- Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of clinical psychology*, 62(3), 373–386.
- Silitonga, B. A. T., Dahlan, S., & Utaminingsih, D. (t.t.). *Hubungan Konsep Diri dengan Rencana Pilihan Karier Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017 The Correlation Self Concept and Students Plan in Career Choice of the Second Grade Students in SMA Negeri 3 Bandar Lampung*.
- Sri Indarwati, E., & Fauziah, N. (2012). *Attachment dan penyesuaian diri dalam perkawinan*.
- Subana & Sudrajat, M. (2005). Dasar-Dasar Penelitian Ilmiah. *Bandung (ID), Pustaka Setia*.
- Suganda, G., & Sri Arfiah, S. (2019). *Implementasi Karakter Disiplin Dan Tanggung Jawab Dalam Rapat Rutin Organisasi Karang Taruna Desa Rejoso Kecamatan Jogonalan Kabupaten Klaten*.
- Sugiyono, A. (2001). *Metodologi Ekonomi Positivisme*.
- Suharsimi, A. (2009). Dasar-dasar evaluasi pendidikan. *Jakarta: Bumi Aksara*.
- Widhiarso, W. (2012). Evaluasi properti psikometris skala kepatutan sosial adaptasi dari Marlowe-Crowne Social Desirability Scale. *Jurnal Insan Media Psikologi*, 13(3).
- Young, K. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39, 241–246.
- Yulianti, E. (2015). Pengaruh pelatihan terhadap kinerja karyawan grand fatma hotel di tenggarong kutai kartanegara. *E-Jurnal Administrasi Bisnis*, 3(4), 900–910.