

DAFTAR PUSTAKA

- Adler, R., Rodman, G., & Pre, A. (2017). *Understanding Human Communication (Thirteenth Edition)*. United States of America: Oxford University Press.
- Agustin, A., & Kusnadi, S. K. (2019). Pendekatan Mindfulness untuk Meningkatkan Kontrol Diri Anak Berhadapan Hukum (ABH). *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 17(2), 40-47.
- Alwi, I. (2015). Kriteria Empirik Dalam Menentukan Ukuran Sampel Pada Pengujian Hipotesis Statistika Dan Analisis Butir. *Jurnal Formatif*, 2(2), 140-148.
- Amaliyah, K., & Palila, S. (2015). Efektivitas Rational Emotive Behavioral Training terhadap Penurunan Kecemasan Menyusun Skripsi Mahasiswa. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 7(2), 143-157.
- American Psychiatric Association. (2021). *Anxiety Disorders*. Retrieved December 20, 2021, from psychiatry.org: <https://www.psychiatry.org/patients-families/anxiety-disorders/what-are-anxiety-disorders>
- Anangkota, M. (2018). *Jangan Takut Menulis Skripsi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Davis, D., & Hayes, J. (2012). What Are The Benefits Of Mindfulness. *CE Corner*, 43(7), pp. 64-70. Retrieved December 26, 2021, from <https://www.apa.org/monitor/2012/07-08/ce-corner>
- Deasyanti, & Nuruzdah, M. (2017). Orientasi Tujuan Menyusun Skripsi dan Kecemasan dalam Menulis Skripsi. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 6(2), 101-105.
- Dhamayanti, T. P., & Yudiarso, A. (2020). The Effectiveness of Mindfulness Therapy for Anxiety: A Review of Meta Analysis. *Journal PSIKODIMENSLA*, 19(2), 174-183.
- Durand, V., Barlow, D., & Hofmann, S. (2017). *Essentials of Abnormal Psychology Eighth Edition*. United States of America: Cengage Learning.
- Feist, J., Feist, G., & Roberts, T.-A. (2017). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fourianalistyawati, E., & Listiyandini, R. A. (2021). Pengembangan Keterampilan Mindfulness pada Remaja Melalui Pelatihan di Sekolah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 694-698.

- Ghahari, S., Khademolreza, N., Poya, F. S., Ghasemnejad, S., Gheitarani, B., & Pirmoradi, M. R. (2017). Effectiveness Of Mindfulness Techniques In Decreasing Anxiety And Depression In Women Victims Of Spouse Abuse. *Asian Journal Of Pharmaceutical Research And Health Care*, 9(1), 28-33.
- Herdiani, W. S. (2012). Pengaruh Expressive Writing pada Kecemasan Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1).
- Indira. (2016). Stress Questionnaire: Stress Investigation From Dermatologist Perspective. *Psychoneuroimmunology in Dermatology*, 135-152.
- Latipah, E. (2014). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Listanto, V., & Demak, I. K. (2015). Kecemasan pada Mahasiswa Angkatan 2010 yang Mengerjakan Tugas Akhir Program Studi Pendidikan Dokter Fkik Untad Tahun 2010. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 2(1), 40-49.
- Livana, Susanti, Y., & Arisanti, D. (2018). Tingkat Ansietas Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 6(2), 113-118.
- Lyzwinski, L. N., Edirippulige, S., Caffery, L., & Bambling, M. (2019). Mindful Eating Mobile Health Apps: Review and Appraisal. *JMIR Ment Health*, 6(8). Retrieved from <https://mental.jmir.org/2019/8/e12820>
- Maharani, E. (2016). Pengaruh Pelatihan Berbasis Mindfulness Terhadap Tingkat Stres Pada Guru Paud. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 9(2), 100-110.
- Mukhtazar. (2012). *Teknik Penyusunan Skripsi*. Yogyakarta: Absolute Media.
- Prasetyo, A. R., Kaloeti, D. V., Rahmandani, A., Salma, & Ariati, J. (2020). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Eksperimen*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Putri, D. K., & Savira, S. I. (2013). Pengalaman Menyelesaikan Skripsi Studi Fenomenologis pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character*, 2(2), 1-14.
- Ramdan, I. M. (2018). Reliability and Validity Test of the Indonesian Version of the Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) to Measure Work-related Stress in Nursing. *Jurnal Ners*, 14(1), 33-40.
- Rinera, I., & Retnowati, S. (2020). Pengaruh Pelatihan MBSR terhadap Kecemasan pada Mahasiswa Baru. *Gadjah Mada Journal Of Professional Psychology*, 6(2), 205-216.

- Sahdra, B., Ciarrochi, J., & Parker, P. (2016). Nonattachment and Mindfulness: Related but Distinct Constructs. *Psychological Assessment*, 28(7), 819-829.
- Sari, J. K. (2018). *Pelatihan Mindfulness untuk Menurunkan Kecemasan terhadap Ujian pada Siswa Sekolah Dasar* (Skripsi ed.). Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.
- Stuart, G. W. (2013). *Principles And Practice Of Psychiatric Nursing 10th Edition*. Elsevier.
- Sue, D., Sue, D., Sue, D., & Sue, S. (2015). *Essentials of Understanding Abnormal Behavior 3rd Edition*. Canada: Cengage Learning.
- Thompson, E. (2015). Hamilton Rating Scale for Anxiety (HAM-A). *Occupational Medicine*, 65(7), 601.
- Vinny, P. (2014). *Modul Pelatihan Mindfulness*. Yogyakarta: Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Widigda, I. R., & Setyaningrum, W. (2018). Kecemasan Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Riau Kepulauan Dalam Menghadapi Skripsi. *Jurnal Pendidikan Matematika dan Sains*, 6(2), 190-199.

