

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., Sahidin, L., & Marhan, C. (2022). Self-compassion dan psychological well-being mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Sublimapsi*, 3 (1), 1-11
- Aryono, M. M., & Dani, R. A. (2019). Hubungan Psychological Well Being Dengan Loneliness Pada Lansia Yang Memilih Melajang. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 14(2), 162–171.
- Aisyah, A., & Chisol, R. (2018). Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Gratitude in Relation With Psychological Well Being Among Honorary. *Proyeksi*, 13(2), 109-112.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal keperawatan jiwa*, 7(2), 127.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian Psikologi* (II ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2019) *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta, pustaka pelajar.
- Binowo, G. K. (2023, 19 Desember). Belum Menikah di Usia 53 Tahun, Tika Panggabean: Bukan Takut, tapi Berhati-hati. *TEMPO*. <https://www.tempo.co/hiburan/belum-menikah-di-usia-53-tahun-tika-panggabean-bukan-takut-tapi-berhati-hati-106841>
- Christie, Y., Hartanti, H., & Nanik, N. (2013). Perbedaan kesejahteraan psikologis pada wanita lajang ditinjau dari tipe wanita lajang. *Calyptra*, 2(1), 1-16.
- Eliana, K. A., & Palupi L. S. (2024). Pengaruh Loneliness Terhadap Psychological Well-Being Pada Wanita Lajang Yang Bekerja Di Jakarta. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 6(2).
- Fauziah, L. H., & Rofiqoh, M. I. (2023). Can Self-Compassion Improve Adolescents Psychological Well-being?. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 14(2), 226-236.
- Ferdiansyah, M., & Masfufah, U. (2022). Perkembangan dewasa madya sebuah studi kasus. *Jurnal Flourishing*, 2(9), 598-604.
- Gilbert, P., McEwan, K., Matos, M., & Ravis, A. (2011). Fears of compassion: Development of three self-report measures. *Psychology and Psychotherapy: Theory, research and practice*, 84(3), 239-255.
- Harris, R. D. B. & J. M. (2016). *War by Other Means: Geoeconomics and statecraft*. The Belknap Press.
- Hidayati, F. (2018). Penguatan Karakter Kasih Sayang “Self Compassion” Melalui Pelatihan Psikodrama. *In Prosiding Seminar Nasional Psikologi Unissula*. 93-102.
- Hidayatullah, M. S., & Larasatty, R. M. (2017). Makna bahagia pada lajang dewasa madya. *Jurnal Ecopsy*, 4(2), 71–76
- Himawan, K. K., Underwood, M., Bambling, M., & Edirippulige, S. (2022). Being single when marriage is the norm: Internet use and the well-being of never-married adults in Indonesia. *Current Psychology*, 41(12), 8850-8861.
- Homan, K. J. (2016). Self-compassion and psychological well-being in older adults. *Journal of Adult Development*, 23, 111–119.

- Indrasari, D., Sarjana, K., Arjudin, A., & Hapipi, H. (2022). Efektivitas Model Pembelajaran Problem Solving dengan Teori Bruner terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VII Materi Pecahan. *Griya Journal of Mathematics Education and Application*, 2(1), 141-151.
- Juwitaningrum, I., & Wyandini, D. Z. (2022). Gambaran kesejahteraan psikologis pada akademisi universitas: sebuah tinjauan dengan pendekatan salutogenesis perma. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 14(1), 14-28.
- Kumar, N. (2025, 8 Mei). Facebook Users Statistics (2025) – New Worldwide Data. Demandsage. <https://www.demandsage.com/facebook-statistics/>
- Linawati, R. A., & Desiningrum, D. R. (2018). Hubungan antara religiusitas dengan psychological well-being pada siswa smp Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati*, 6(3), 105-109.
- Meredith, L. D. (2011). Self compassion, self regulation, and health. *Self and identity*. Psychology Press.
- Mulyadi, D. L. D., Rohayati, N., & Maulidia, A. S. (2024). Kontribusi Self-Compassion Terhadap Psychological Well-Being Dewasa Awal yang Mengalami Quarter Life Crisis di Karawang. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 5(2), 454-462.
- Maryanto, G. R. H., Himawan, K. K., & Akhtar, H. (2024). Self-Compassion Increases Life Satisfaction in Singles Who Want to Get Married. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 39(1), e06-e06.
- Nanik, N., Suriyah, E. A., Natalya, L., & Chrisyanti, M. (2022). Efek mediasi ketakutan menjadi lajang dalam hubungan antara stereotip negatif dan kesejahteraan psikologi perempuan lajang. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 11(1), 1-19.
- Nasir, N., & Rusli, D. (2023). Pengaruh Self-Compassion terhadap Psychological Well-Being pada Tenaga Kesehatan di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 5(4), 198-210.
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. D. (2011). Selfhida-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and personality psychology compass*, 5(1), 1-12.
- Neff, K. D., & Costigan, A. P. (2014). Self-compassion, wellbeing, and happiness. *Psychologie in Österreich*, 2(3), 114-119.
- Nurhikmah, N., Taibe, P., & Zubair, A. G. H. (2022). Gambaran psychological well-being pada wanita dewasa madya lajang bersuku bugis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 95-106.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Developpent (Perkembangan Manusia) Edisi kesepuluh*. Jakarta: Salemba Humanika
- Pasaribu, R. P., Brahmana, K. M. B., Rosito, A. C., Gea, B. S., & Siringoringo, N. V. (2024). The Influence of Religiosity and Self-Compassion on the Psychological Well-Being of Unmarried Early Adult Men in The Batak Tribe. *Journal of Educational, Health & Community Psychology (JEHCP)*, 13(3).
- Prastya, D. A. P., Arifin, M., & ayu Trisnawati, K. (2020). Tingkat self compassion mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas

- Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi pada masa social distancing pandemi covid-19. *Sosioedukasi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 9(1), 90-103.
- Periantolo, J. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi: Asyik, Mudah & Bermanfaat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Primanita, N. M. D., & Lestari, M. D. (2018). Proses penyesuaian diri dan sosial pada perempuan usia dewasa madya yang hidup melajang. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 86-98.
- Primashandy, F. M., & Surjaningrum, E. R. (2021). Pengaruh self-compassion terhadap kesepian pada mahasiswa di kala pandemi COVID-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1237-1245.
- Renggani, A. F., & Widiastaviti, P. N. (2018). Peran self-compassion terhadap psychological well-being pengajar muda di indonesia mengajar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 418.
- Reynaldy B. (2024, 1 Juli). Rentang Umur Pengguna Facebook di Indonesia. GoodStats. <https://data.goodstats.id/statistic/rentang-umur-pengguna-facebook-di-indonesia-Fe9gc>
- Rizaty. (2022, 27 Desember). Makin Banyak Pemuda Indonesia yang Melajang pada 2022. Data Indonesia. <https://dataindonesia.id/varia/detail/makinbanyak-pemuda-indonesia-yangmelajang-pada-2022>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development. (Perkembangan Masa-Hidup) Edisi Ketigabelas Jilid II*. Jakarta: Erlangga.
- Shin, H., & Park, C. (2022). Social support and psychological well-being in younger and older adults: The mediating effects of basic psychological need satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 13, 1051968.
- Simanjanrang, S. A. (2021, 30 Juni). Belum Menikah di Usia 44 Tahun, Indra Herlambang Ucap Alasannya: Ga Mau Terulang Aja. *Tribun Medan*. <https://medan.tribunnews.com/2021/06/30/belum-menikah-di-usia-44-tahun-indra-herlambang-ucap-alasannya-ga-mau-terulang-aja>.
- Situmorang, A. (2007). Staying single in a married world: Never-married women in Yogyakarta and Medan. *Asian Population Studies*, 3(3), 287-304.
- Sugianto, D., Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). Reliabilitas dan validitas self-compassion scale versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 177-191.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Thurackal, J., Corveleyn, J., Dezutter, J. (2016). Personality and self-compassion: exploring their relationship in an indian context. *Journal Mental Health*, 11(2).
- Utoyo, D. R. S., & Kristinawati, W. (2024). Hubungan Self-Compassion Dan Psychological Well-Being Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Technology Facilitated Sexual-Violence. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(6), 3753-3768.
- Wardi, R. A., & Ningsih, Y. T. (2021). Kontribusi Self Compassion terhadap Pembentukan Psychological Well-Being (Kesejahteraan Psikologis): Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Riset Psikologi*, 2021(1)
- Yanto. (2016). *Statistika Inferensi Untuk Penelitian Dengan Minatab*. Yogyakarta: Andi Offset

