

DAFTAR PUSTAKA

- Abouzian, A., Smith, J., & Taylor, R. (2022). Pengaruh terapi kognitif terhadap tingkat kecemasan pada remaja. *Journal of Anxiety Therapy*, 15(3), 210-225.
- Agustin, M. (2018). Hubungan Antara Tingkat Dismenore Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswi Akper As-Syafi'iyah Jakarta. *Afiat*, 4(02), 603–612. <https://doi.org/10.34005/afiat.v4i02.710>
- Agustinus, I'tishom, R., & Pramesti, M. D. (2018). *Biologi Reproduksi Pria* (Pertama, Issue 112). Airlangga University Press.
- Al, M. N. et. (2022). Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan. *Thesis*.
- Allan, S., Russell, K., & Rasmussen, S. (2015). Sleep problems, suicide, and self-harm in university students: A systematic review. *Sleep Medicine Reviews*, 44, 58–69. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2018.12.008>
- Alicia, P., Lucas-molina, B., & Fonseca-pedrero, E. (2024). *Screening for anxiety in adolescents: Validation of the Generalized Anxiety Disorder Assessment-7 in a representative sample of adolescents*. 354(November 2023), 331–338. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.03.047>
- Amidos, J., Sari, U., & Indonesia, M. (2020). *Teori Dan Model Adaptasi Sister Calista Roy: Pendekatan Keperawatan*. December.
- American Psychological Association. (2023). *Understanding adolescent anxiety and mental health*. APA Publishing.
- Andini, P., & Kurniasari, D. (2021). Efektivitas terapi musik dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 9(1), 45-52.
- Andini, L. S., & Kurniasari, K. (2021). Bullying berhubungan dengan kejadian gangguan cemas pada pelajar SMA. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 4(3), 99–105. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2021.v4.99-105>
- Ariantini, N. S., Solehah, E. L., Dwi, I. K., & Saputra, A. (2024). Penyuluhan Kesehatan Mental Di Kalangan Remaja Di SMP Negeri 1 Banjar Buleleng. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 22–28.
- Ashran, K., Latipun, & Amalia, S. (2020). Perbedaan Kematangan Emosi Ditinjau Dari Keutuhan Keluarga Pada Remaja (Differences In Emotional Maturity Viewed From Family Wholeness In Adolescents). *Psycho Holistic*, 2(1), 118–128. <http://journal.umbjm.ac.id/index.php/psychoholistic>
- Aulia, A. W. Z., & , Estin Yuliasuti, S. (2019). Pengaruh Terapi Butterfly Hug terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja. *ASJN(Aisyiyah Surakarta Journal Of Nursing)*, 3(4), 1–8. <https://doi.org/10.30787/asjn.v5i1.1514>
- Aulia, F., & Aulia, F. (2024). Hubungan Antara Keterlibatan Ayah Dengan kesejahteraan Psikologis Remaja Perempuan. *CAUSALITA : Journal of Psychology*, 2(1), 76–84. <https://doi.org/10.62260/causalita.v2i1.189>
- Azizah, N. (2023). *Buku Ajar Psikologi Pendidikan Profesi Bidan* (M. T. Multazam & Mahardika (eds.); Pertama, Issue 112). UMSIDA Press.
- Bacow, T., Pincus, D. B., Ehrenreich, J. T., & Brody, L. R. (2010). The feasibility of a cognitive-behavioral intervention for separation-anxious adolescents. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(3), 331-339. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.01.009>

- Batiari, Y., Widyawati, W., & Ratnasari, N. (2022). Pengaruh kualitas tidur, pola asuh, dan disharmoni keluarga terhadap tingkat kecemasan remaja. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 10(1), 15–22. <https://e-journal.unair.ac.id/JPKM/article/view/29282>
- Boyacıoğlu, N. E., & Küçük, L. (2011). The effect of progressive relaxation exercises on anxiety and sleep quality in patients with burns: A randomized controlled trial. *Burns*, 37(5), 776-783. <https://doi.org/10.1016/j.burns.2010.12.010>
- Bullying, P., Dan, F., Kejadian, L., Siswa, P., Dasar, S., & Behavior, P. B. (2016). *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*. 135–143.
- Cao, H., & Gordon, S. (2023). Romantic relationships and mental health in adolescence: Protective or risky? *Journal of Youth Studies*, 26(4), 512–530. <https://doi.org/10.1080/13676261.2023.1204675>
- Cagaoan et al. “Effectiveness of the Butterfly Hug Method to the Level of Mental Health Status of Senior Citizens Living in a Selected Healthcare Facility: Basis for Adjunct Therapy“ (2023) doi:10.58545/jrcnp.v1i2.119
- Cahyono, R. (2023). Hubungan kekerasan emosional yang dilakukan orang tua dengan social anxiety pada remaja akhir. *Jurnal Syntax Fusion*, 3(07), 695-707. <https://doi.org/10.54543/fusion.v3i07.316>
- Copanitsanou, P., & Valkeapää, K. (2013). Effects of music therapy on physiological and psychological outcomes in patients undergoing cardiac surgery. *International Journal of Nursing Practice*, 20(3), 277-283. <https://doi.org/10.1111/ijn.1213>
- Davila, J., Stroud, C. B., & Starr, L. R. (2022). Romantic stress and adolescent anxiety: Examining relationship quality as a moderator. *Developmental Psychology*, 58(3), 420–435. <https://doi.org/10.1037/dev0001298>
- Daryanai, I., Hamilton, J., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2016). Single Mother Parenting and Adolescent Psychopathology. *Physiology & Behavior*, 176(1), 139–148. <https://doi.org/10.1007/s10802-016-0128-x>.Single
- Desi, D., Felita, A., & Kinasih, A. (2020). Gejala Depresi Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8(1), 30. <https://doi.org/10.33366/jc.v8i1.1144>
- Desnawaty Tinambun. (2021). *Persoalan Perkembangan dan Kesehatan Mental Anak Usia 6-12 Tahun pada Masa Pandemi COVID-19: Analisis Hasil-hasil Penelitian Lintas Budaya*. 01(01), 13–28.
- Denecke, K., Schmid, N., & Nüssli, S. (2022). Implementation of Cognitive Behavioral Therapy in e-Mental Health Apps: Literature Review. *Journal of Medical Internet Research*, 24(3), e27791. <https://doi.org/10.2196/27791>
- Dewi, M., Handoko, S., & Widiasavitri, P. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan dental pada anak usia 8-12 tahun di sekolah dasar negeri 3 peguyangan denpasar. *Bali Dental Journal*, 4(1), 13-20. <https://doi.org/10.51559/bdj.v4i1.247>
- Dhira, T. A., Rahman, M. A., Sarker, A. R., & Mehareen, J. (2021). Validity and reliability of the Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) among university students of Bangladesh. *PLoS ONE*, 16(12 December), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0261590>
- Effendi, Z., Purwanto, S., & Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, B. (2023). Seminar Nasional Keperawatan “Penatalaksanaan Kebutuhan Seksual pada Pasien Paliatif” Tahun 2023 PENGARUH KOMBINASI METODE BUTTERFLY HUG DAN TERAPI MUSIK TERHADAP PERUBAHAN TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA. *Seminar Nasional Keperawatan “Penatalaksanaan Kebutuhan Seksual Pada Pasien Paliatif” Tahun 2023*, 002, 190–202.

- El-Fikri, M., Rahman, A., & Sari, N. (2024). Terapi mindfulness untuk mengurangi kecemasan pada mahasiswa selama pandemi. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(2), 150-162.
- Farhan Syahendra, O. (2024). Tantangan dan Inovasi Pendidikan Islam di Era Digital: Membangun Generasi Berkarakter di Era Modern. *Jurnal Bintang Pendidikan DanBahasa*, 2(3), 74–89.
- Febriyanti, E., & Mellu, A. (2020). *TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA KEPERAWATAN DALAM MENGHADAPI PANDEMI COVID-19 DI KOTA KUPANG*. 1–6.
- Febriana, B., Wahyudi, F., & Susanto, W. (2022). Post-traumatic stress disorder in COVID-19 survivors who are self-quarantine in Indonesia. *International Journal of Health Sciences*, 6(April), 4422–4428. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6nS5.9575>
- Fikriyah, L., Nugroho, A., & Dewi, S. (2023). Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pada lansia. *Jurnal Keperawatan Geriatri*, 5(1), 25-33.
- Firdausi, S. (2023). *HUBUNGAN SELF-COMPASSION DENGAN LONELINESS PADA REMAJA YANG MEMILIKI ORANG TUA TUNGGAL*. 6.
- Fitriani, R., & Mesi Setiana, E. (2023). Pengembangan Program Edukasi Kebidanan Untuk Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal LENTERA*, 3(2), 18–30. <https://doi.org/10.57267/lentera.v3i2.281>
- Geurtzen, N., Scholte, R., Engels, R., Tak, Y., & Zundert, R. (2014). Association between mindful parenting and adolescents' internalizing problems: non-judgmental acceptance of parenting as core element. *Journal of Child and Family Studies*, 24(4), 1117-1128. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9920-9>
- Golberstein, E., Wen, H., & Miller, B. F. (2019). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) and mental health for children and adolescents. *JAMA Pediatrics*, 174(9), 819-820. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.1456>
- Ginsburg, G. S., Becker, K. D., & Kingery, J. N. (2023). Parenting styles and adolescent anxiety: A longitudinal study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 64(2), 211–228. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13642>
- Gómez, R., López, R., & Medina, P. (2023). Cyberbullying and its impact on adolescent mental health: A systematic review. *Computers in Human Behavior*, 137(1), 107610. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107610>
- Gómez, R., López, R., & Medina, P. (2023). The psychobiological consequences of physical bullying in adolescents: A systematic review. *Journal of Adolescent Health*, 72(4), 510–519. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.01.012>
- Han, J., Wang, Z., & Liu, H. (2013). Acupuncture for the treatment of generalized anxiety disorder: A systematic review. *Journal of Psychiatric Research*, 47(9), 1173-1179. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2013.05.011>
- Harisa et al. "Edukasi Terapi Butterfly Hug untuk Menurunkan Masalah Psikososial: Ansietas pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Kota Makassar" *Jurnal abdimas kesehatan (jak)* (2023) doi:10.36565/jak.v5i3.603
- Hendriani, W., Prasetyo, B., & Lestari, S. (2019). Efektivitas terapi kognitif perilaku dalam mengurangi kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 7(2), 120-130.
- Hidayah et al. "Efektivitas Positive Self-Talk Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan, Stress, Dan Depresi Remaja Perempuan Desa Jipurapah" *Jurnal keperawatan muhammadiyah* (2022) doi:10.30651/jkm.v7i4.15464
- Hakim, A. S., Mulyana, A., & Amalia, M. (2024). Peran Pemerintah Terhadap Kesehatan

- Mental Masyarakat Di Era Modern. *JURNAL HUKUM KESEHATAN INDONESIA*, 04(01), 48–54.
- Hamdani, A. M., Yubiliana, G., Abdurrochman, A., & Saptarini, R. (2020). Efektifitas Pelatihan Penatalaksanaan Kecemasan Pada Siswa Kelas 9 Smp Salman Al-Farisi Bandung the Training Effectiveness of Anxiety Management in 9Th Grade. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Hasanuddin (JPMH)*, 1(2), 38–44.
- Harini, R., & . J. (2023). A Systematic Review: Knowledge of Reproductive Health in Adolescents. *KnE Medicine*, 2023(1), 553–564. <https://doi.org/10.18502/kme.v3i2.13091>
- Harisa, A., Muhinra, S. A., Fitri, A. Z., Hidayah, M., Ramadhani NB, R. A., Hikmah D, N., Rosyidi, B., & Yodang, Y. (2023). Edukasi Terapi Butterfly Hug untuk Menurunkan Masalah Psikososial: Ansietas pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Kota Makassar. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(3), 604. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i3.603>
- Hostinar, C. E., Johnson, A. E., & Gunnar, M. R. (2021). Parenting and the development of the stress response system in children. *Current Opinion in Psychology*, 41, 7–13. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.01.006>
- Ibrahim, R. S., Muzakkir, Yusnaeni, Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, S., Perintis Kemerdekaan VIII, J., & Makassar, K. (2023). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi S1 Keperawatan Angkatan 2019 Di Stkes Nani Hasanuddin Makassar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3, 90–96.
- Ilham, M. A., Islamy, N., Hamidi, S., & Sari, R. D. P. (2022). Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 185–192.
- Indriyani Adisty, N., Hutomo, M., & Mira Indramaya, D. (2015). Kadar Kortisol Saliva Menggambarkan Kadar Kortisol Serum Pasien Dermatitis Atopik (Salivary Cortisol Levels Representing Serum Cortisol Levels in Atopic Dermatitis Patients). *Periodical of Dermatology and Venereology*, 27(3), 170–175.
- Iskamto, D. (2023). Organizational Culture and Its Impact on Employee Performance. *International Journal of Management and Digital Business*, 2(1), 47–55. <https://doi.org/10.54099/ijmdb.v2i1.584>
- James, K. A., Stomin, J. I., Steenkamp, N., & Combrinck, M. I. (2023). *Understanding the relationships between physiological and psychosocial stress , cortisol and cognition. March*, 1–20. <https://doi.org/10.3389/fendo.2023.1085950>
- Kartika, I. and Trihandayani, D. (2024). The relationship between helicopter parenting and anxiety in adolescents.. <https://doi.org/10.4108/eai.18-7-2023.2343389>
- Khoirunnisa, M., Maula, L., & Arwen, D. (2018). Hubungan tindakan bullying dengan tingkat kecemasan pada pelajar sekolah menengah kejuruan (smk) PGRI 1 tangerang. *Jurnal JKFT*, 3(2), 59. <https://doi.org/10.31000/jkft.v3i2.1286>
- Kandeger, A., Guler, H. A., Egilmez, U., & Guler, O. (2018). Major depressive disorder comorbid severe hydrocephalus caused by Arnold – Chiari malformation Does exposure to a seclusion and restraint event during clerkship influence medical student ' s attitudes toward psychiatry ? *Indian Journal of Psychiatry*, 59(4), 2017–2018. <https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry>
- Koss, K. J., & Gunnar, M. R. (2023). Biological correlates of adolescent anxiety: The role of cortisol and HPA axis dysregulation. *Development and Psychopathology*, 35(2),

489–502. <https://doi.org/10.1017/S0954579423000051>

- Krumm, I. R., Miles, M. C., Clay, A., Li, W. G. C., & Adamson, R. (2022). Making Effective Educational Videos for Clinical Teaching. *CHEST*, 161(3), 764–772. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2021.09.015>
- Kurniawan, A. (2021). Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Kadar Kortisol Saliva Dan. *Jurnal Syntax Transformation*, 2(2), 147–156.
- Liu, C. H., Zhang, E., Wong, G. T. F., Hyun, S., & Hahm, H. C. (2022). Factors associated with depression, anxiety, and PTSD symptomatology during the COVID-19 pandemic: Clinical implications for U.S. young adult mental health. *Psychiatry Research*, 290, 113172.
- Lonrae, C.-D. I. K. (2023). *DALAM MENGHADAPI SATU TAHUN PANDEMI TIMUR KABUPATEN BONE*. 3, 74–80.
- Lumbantoruan, J. I. (2024). *Krisis Kesehatan Mental Melanda Generasi Z , Apakah “Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR)” Masih Efektif dalam Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa Indonesia?* Detail Berita Portal Puskesmas Kota Tangerang. <https://puskesmas.tangerangkota.go.id/berita/artikel-kesehatan-krisis-kesehatan-mental-melanda-generasi-z-apakah-program-pelayanan-kesehatan-peduli-remaja-pkpr-masih-efektif-dalam-menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa-indonesia>
- Mahardika and Yulia “Efektifitas Metode Butterfly Hug untuk Mengurangi Trauma Kekerasan dalam Pacaran (Dating Violence) Studi untuk Mahasiswa Uhamka” *Jiip - jurnal ilmiah ilmu pendidikan* (2023) doi:10.54371/jiip.v6i11.2738
- Margiyati, M. and Cahyo, B. (2022). Penerapan terapi musik dalam menurunkan kecemasan remaja pada masa pandemi covid-19 di keluarga wilayah binaan puskesmas pegandan semarang. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 7(2), 43-50. <https://doi.org/10.55606/sisthana.v7i2.122>
- Marceau, K., Ruttle, P. L., & Shirtcliff, E. A. (2023). Developmental trajectories of cortisol in adolescents and their relation to anxiety. *Psychoneuroendocrinology*, 152, 106023. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2023.106023>
- Martínez-Monteagudo, M. C., García-Fernández, J. M., & Inglés, C. J. (2023). Bullying and anxiety in adolescents: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychology in the Schools*, 60(1), 45–61. <https://doi.org/10.1002/pits.22619>
- Maylan and Junalia “Hubungan Sedentary Behaviour dengan Kecemasan pada Anak Usia Sekolah di SDN 19 Pagi Kebayoran Lama Jakarta Selatan” (2023) doi:10.58730/jnhs.v2i2.76.
- Melnyk, B. M., Kelly, S. A., & Lusk, P. (2013). Outcomes and feasibility of a manualized cognitive-behavioral skills building intervention: Group COPE for depressed and anxious adolescents in school settings. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 27(1), 3-13. <https://doi.org/10.1111/jcap.12058>
- Marlynda maya triana, maria komaria, efri widianti. (2021). *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa. Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Yang Terlibat Bullying*, 4(November), 823–832.
- Meihati, M. (2024). *Aplikasi Konsep Model Teori Menurut Sister Calista Roy Pada Asuhan Keperawatan Diabetes Melitus Diruangan Rawat Inap Munawaroh Meihati Nursanti Irna jumlah kasus DM terbanyak naik 2 peringkat dari tahun 2013 (Perkeni , 2015). International*. 2(2).
- Memam, R. B., Aripa, L., & Kartini. (2021). The Implementation Of Health Services BPJS Kesehatan Registered In The Premium Assistance Program In Mamajang Health

- Mishra, S., & Jain, P. (2024). Manifestation of dreams in anxiety and depressive tendencies. *International Journal of Dream Research*, 17(1), 87–94. <https://doi.org/10.11588/ijodr.2024.1.102481>
- Mkhize, M., Westhuizen, C. Van Der, & Sorsdahl, K. (2024). Prevalence and factors associated with depression and anxiety among young school-going adolescents in the Western Cape Province of South Africa. *Comprehensive Psychiatry*, 131(October 2023), 152469. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2024.152469>
- Muslimahayati, M., & Rahmy, H. A. (2021). Depresi dan Kecemasan Remaja Ditinjau dari Perspektif Kesehatan dan Islam. *DEMOS: Journal of Demography, Ethnography and Social Transformation*, 1(1), 35–44. <https://doi.org/10.30631/demos.v1i1.1017>
- Myruski, S., Rutte, J. De, Findley, A., Roy, A. K., & Dennis-, T. A. (2024). Computers in Human Behavior Reports Preference for digital media use , biobehavioral attention bias , and anxiety symptoms in adolescents. *Computers in Human Behavior Reports*, 15(October 2023), 100439. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100439>
- Newman, M. G., Przeworski, A., Fisher, A. J., & Borkovec, T. D. (2015). Diagnostic comorbidity in adults with generalized anxiety disorder: Impact of comorbidity on psychotherapy outcome and impact of psychotherapy on comorbid diagnoses. *Behavior Therapy*, 46(1), 29–44.
- Nida, P., Aziziah, N., Priasmoro, D. P., & Asri, Y. (2024). *TREN KECEMASAN IBU TERHADAP PERILAKU SEKS BEBAS REMAJA : PENDEKATAN STUDI KASUS*. 4(September), 21–29.
- Nugrahaningrum, G. A. (2019). Dinamika Psikologis Remaja Laki-Laki Ketika Mimpi Basah Pertama. *Risikesdas 2018*, 3, 103–111.
- Nurmawati, E. I., Putri, A., & Defira, S. (2023). *Perilaku K ekerasan Dalam Berpacaran Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja*. November, 100–109.
- Parry, S., & Varese, F. (2020). The effectiveness of mindfulness-based interventions in reducing symptoms of depression and anxiety in older people: A systematic review and meta-analysis. *Aging & Mental Health*, 24(5), 742–756.
- Patrick, J. H., Stahl, S. T., & Sundaram, M. (2020). The relationship between mindfulness and emotional regulation in older adults. *Journal of Aging and Mental Health*, 24(3), 453–461.
- Peltz, J. S., & Rogge, R. D. (2019). The benefits of mindfulness for couples: Examining mindfulness and relationship satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(1), 95–111.
- Puspitasari, I. M., Herawati, F., & Sari, D. K. (2020). Efektivitas terapi kognitif perilaku dalam mengurangi kecemasan pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 9(2), 120–130.
- Putri, R., Hartini, S., Haryanti, F., & Supriyanto, I. (2020). Hubungan karakteristik responden dan dukungan sosial dengan kecemasan pada remaja pasca 7 tahun erupsi gunung merapi. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 2(1), 30. <https://doi.org/10.22146/jkkk.44339>
- Pakpahan, A. F., Prasetio, A., Negara, E. S., Gurning, K., Situmorang, R. F. R., Tasnim, T., Sipayung, P. D., Sesilia, A. P., Rahayu, P. P., Purba, B., Chaerul, M., Yuniwati, I., Siagian, V., & Rantung, G. A. J. (2021). *Metodologi Penelitian Ilmiah*.
- Paleri, R. J., Sridara, K., Meena, M., Sharma, M. K., Ravish, H., & Krishnamurthy, L. (2023). *Efficacy of video-based relaxation technique to minimize stress in young*

- adults during the COVID-19 pandemic. *14*(3), 544–546.
- Pan, X., Wang, Z., Wu, X., Wen, S. W., & Liu, A. (2018). Salivary cortisol in post-traumatic stress disorder: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry, 18*(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1910-9>
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (Permenkes RI). (2014). Upaya Kesehatan Anak. In *Procedia Manufacturing*.
- Pratama, D., & Sari, Y. P. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja | Jurnal Edukasimu. *Edukasimu.Org, 1*(3), 1–9.
- Priyanto, A., Tyas, R. H., Muflikha, I., Ningsih, A. F., Vanath, I. L., & Reyhana, F. N. (2022). Deep Breathing dan Butterfly Hug: Teknik Mengatasi Kecemasan Pada Siswa MAN 2 Surakarta. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 3*(1), 36–46. <https://doi.org/10.53624/kontribusi.v3i1.127>
- Pulungan, Z. S. A., & Elisabhet, T. (2022). Teori dan Model Konseptual Kesehatan/Keperawatan Jiwa yang Relevan dengan Terapi Kelompok. *J-HEST Journal of Health Education Economics Science and Technology, 4*(1), 7–14. <https://doi.org/10.36339/jhest.v4i1.66>
- Purwaningsih, I. E., Sugiarto, R., & Budiarto, S. (2023). Kesejahteraan psikologis dalam hubungannya dengan kecemasan dan dukungan sosial. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora, 9*(1), 1–16. <https://doi.org/10.30738/sosio.v9i1.13427>
- Puspita, Rozifa, N. (2021). *Gambaran kecemasan dan kepatuhan remaja putri terhadap kebiasaan baru pada masa pandemi covid-19 di surabaya 1*. *5*(1), 52–61.
- Putra, Y. M. (2018). Pengaruh bullying verbal terhadap hubungan pertemanan pada remaja. *Jurnal BK UNY, 10*(3), 45–52. <https://journal.student.uny.ac.id/fipbk/article/view/15928>
- Putri, A. D., Fitria, L., & Permana, R. A. (2023). Hubungan usia dan keikutsertaan kegiatan ekstrakurikuler dengan tingkat kecemasan siswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa, 11*(2), 100–108. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/13795>
- Putri, T. H., Hany, F. R., Fujiana, F., Keperawatan, P. S., Kedokteran, F., Tanjungpura, U., Nawawi, H. H., Laut, B., & Tenggara, P. (2024). *Karakteristik remaja yang mengalami kecemasan di masa pubertas. 12*(2), 281–290.
- Rachmawaty, F. (2015). Hubungan antara pola asuh otoriter orang tua dengan kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Terapan, 3*(1), 18–25. <https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/241>
- Rakhshani, T., Hamid, S., Kamyab, A., Mansour, S., & Khani, A. (2022). *Heliyon The effect of parenting style on anxiety and depression in adolescent girls aged 12 – 16 years. 8*(August). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11478>
- Rahmadiani “Cognitive Behavior Therapy dalam menangani kecemasan sosial pada remaja” *Procedia studi kasus dan intervensi psikologi (2020)* doi:10.22219/procedia.v4i1.11961.
- Ramadhani et al. “Butterfly Hug Therapy in Leaving Self-Acceptance to Generation Z” *Jurnal aisyah jurnal ilmu kesehatan (2023)* doi:10.30604/jika.v8i2.2020
- Ruskandi “Kecemasan Remaja pada Masa Pandemi Covid-19” *Jurnal penelitian perawat profesional (2021)* doi:10.37287/jppp.v3i3.530.

- Rusmiati, D. and Hastono, S. (2015). Sikap remaja terhadap keperawanan dan perilaku seksual dalam berpacaran. *Kesmas National Public Health Journal*, 10(1), 29. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v10i1.815>
- Rang, P. O., Terhadap, T. U. A., & Pacaran, P. (2023). *Jurnal Pendidikan Islam Al-Affan*. 4(1), 18–26.
- Rida ayu kusuma cahyani. (2023). Pengaruh doa taizé dalam menurunkan kadar hormon kortisol pada dewasa muda ukdw. *Karya Tulis Ilmiah Kedokteran*.
- Riskesdas. (2018). Lembaga Penelitian Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas 2018. In *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan* (Vol. 110, Issue 9). <http://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3658>
- Robinson, L. E., Smith, K. E., & Jones, D. J. (2023). Family structure and adolescent stress: Comparing cortisol levels among youth in different caregiving environments. *Journal of Family Psychology*, 37(5), 678–695. <https://doi.org/10.1037/fam0001135>
- Romeo, R. D. (2022). Pubertal development and the maturation of the HPA axis: Implications for adolescent stress regulation. *Hormones and Behavior*, 139, 105096. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2022.105096>
- Ruskandi, J. H. (2024). Jurnal Penelitian Perawat Profesional Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336.
- Rusuli, I. (2022). Psikososial Remaja: Sebuah Sintesa Teori Erick Erikson Dengan Konsep Islam. *Jurnal As-Salam*, 6(1), 75–89. <https://doi.org/10.37249/assalam.v6i1.384>
- Safaat, R. A. (2023). *Tindakan Bullying di Lingkungan Sekolah yang Dilakukan Para Remaja*. 1(2), 97–100.
- Safitri, N. D., & Caturini, E. (2023). *Basic and applied nursing research journal 2023*,. 4(1), 9–19. <https://doi.org/10.11594/banrj.04.01.02>
- Sala, A., Porcaro, L., & Gómez, E. (2024). Computers in Human Behavior Reports Social Media Use and adolescents ' mental health and well-being : An umbrella review. *Computers in Human Behavior Reports*, 14(October 2023), 100404. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100404>
- Sanjaya, A., Irwanto, Irmawati, M., Suryawan, A., Athiyah, A. F., & Lestari, H. (2023). The relationship between salivary cortisol levels with risk of behavioral-psychosocial-emotional disorders in adolescents aged 12-16 years. *Bali Medical Journal*, 12(2), 1451–1458. <https://doi.org/10.15562/bmj.v12i2.4472>
- Saputro, H., & Ramadhani, C. M. (2021). Peran Orang Tua Dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menarche. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), 21–34. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.77>
- Sari, M. A. P. (2021). *Hubungan Durasi Bermain Gadget Pada Anak Prasekolah Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua di RT 06 Jagakarsa, Jakarta Selatan Tahun 2021* [Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju]. http://repository.uima.ac.id/jspui/bitstream/123456789/6610/1/SKRIPSI_MARETA_FIX.pdf
- Sari, M. A. P. (2021). Hubungan Durasi Bermain Gadget Pada Anak Prasekolah Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua Di Rt. 06 Jagakarsa, Jakarta Selatan Tahun 2021. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 399–405.

- Sari, W. K., Jannah, N., & Afriyanti, V. (2022). Identifikasi Permasalahan Kecemasan Sosial dan Penanggannya Pada Remaja di Panti Asuhan. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 204–208. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.177>
- Saridewi, I. I., & Leonardi, T. (2023). Hubungan Kurangnya Keterlibatan Pola Asuh Ayah (Fatherless) dengan Perilaku Adiksi Merokok pada Remaja : Studi Literatur.
- Scholten, H., van Lier, P. A., & Crone, E. A. (2022). Cortisol reactivity and anxiety in adolescence: A neurobiological perspective. *Developmental Neuroscience*, 44(3), 215–228. <https://doi.org/10.1159/000526937>
- Shapiro, F., & Solomon, R. (2023). The effectiveness of Butterfly Hug therapy in trauma and anxiety reduction: A clinical review. *Clinical Psychology Review*, 92(2), 112–128. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.103492>
- Smith, P. K., Cowie, H., & Blades, M. (2023). Bullying in schools: Psychological perspectives and interventions. *Journal of Educational Psychology*, 115(3), 345–361. <https://doi.org/10.1037/edu0001226>
- Setiawan, A. B., Wiryokusumo, I., & Leksono, I. P. (2023). Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Menggunakan Software Geogebra Materi Segitiga. *Jurnal Cendekia : Jurnal Pendidikan Matematika*, 7(3), 2729–2738. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v7i3.2389>
- Setiawati, N. A., Ramadhita, S. U., Zanwar, A., & Noviandina, N. (2024). Teknik Relaksasi untuk Kecemasan dan Stres Pada Remaja: Kajian Sistemik. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 14. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2581>
- Shang, Y., Wang, J., & Li, M. (2024). The impact of virtual reality exposure therapy on anxiety disorders: A meta-analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 27(3), 150-160.
- Susanti, R., & Supriyantini, S. (2025). Pengaruh expressive writing therapy terhadap penurunan tingkat kecemasan berbicara di muka umum pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 9(2), 119-129.
- Silalahi, V. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 1–10. <https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.213>
- Śniadach, J., Szymkowiak, S., Osip, P., & Waszkiewicz, N. (2021). Increased depression and anxiety disorders during the covid-19 pandemic in children and adolescents: A literature review. *Life*, 11(11). <https://doi.org/10.3390/life11111188>
- Sonata, M. P., & Sianipar, I. M. (2023). Hubungan Stres Kerja dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Perawat di Rumah Sakit. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(1 SE-article), 329–336. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1028>
- Sugeng, C. E. C., Moeis, E. S., & Rambert, G. I. (2019). Perbedaan Derajat Ansietas antara Penyandang Hipertensi Belum Terkontrol dengan yang Terkontrol. *E-Clinic*, 7(2), 108–112. <https://doi.org/10.35790/ecl.v7i2.26283>
- Sumarno, R. A. A. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi D3 Kebidanan Semester VI Universitas Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan*, 7, 5.
- Suprihatin, T. (2019). Dampak Pola Asuh Orang Tua Tunggal (Single Parent Parenting) Terhadap Perkembangan Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Unissula*, 145–160.

- Sutrisno, H., Yuliani, A., & Wulandari, D. (2021). Hubungan kekerasan fisik dengan depresi pada remaja berdasarkan data GSHS Indonesia 2015. *Jurnal Promosi Kesehatan Masyarakat Indonesia (JPKMI)*, 6(2), 93–101. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jppkmi/article/view/53149>
- Suwandi, M. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Terhadap Covid-19 Pada Remaja Di SMA Advent Balikpapan. 2(September), 677–685.
- Tosto-mancuso, J., Hanbury, R., Carmouche, B., Robberson, M., & Fry, A. (2024). *Louisville, CO*. 1–23.
- Traulsen, J., & Zander, L. (2024). *Straighten your back , open your arms! Effects of instructor ' s body postures in educational videos on students ' interest and motivation*. 93(September 2023). <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2024.101959>
- Triana Dewi, G. A. N., & Meiyutariningsih, T. (2021). Efektivitas Art Therapy Sebagai Katarsis untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Akademik pada Remaja. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(10), 5006. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v6i10.4263>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2023). Generational changes in adolescent anxiety: The role of social media and academic stress. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(3), 456–473. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01678-9>
- Umaroh, N., Wijayanti, L. M., & Sari, N. P. (2023). Hubungan resiliensi dengan tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(2), 293-304.
- Undang-undang RI. (2019). Undang-undang RI No. 4 Tahun 2019 Tentang Kebidanan. *Tentang Kebidanan*, 10, 2–4.
- Vaillancourt, T., Hymel, S., & McDougall, P. (2023). Bullying and the hypothalamic–pituitary–adrenal axis response: Understanding links to anxiety and stress in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(2), 210–225. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01650-7>
- Van Dika, A., Rosnani, & Andriani, S. (2024). Dampak bullying verbal terhadap kecemasan sosial siswa SMP di Kota Jambi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 12(1), 55–64. <https://repository.unja.ac.id/66922/>
- Xiu, D., Zhang, W., & Li, Y. (2023). Effects of aromatherapy on anxiety: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Affective Disorders*, 274, 1028-1040.
- Waite, P., & Creswell, C. (2014). Children and adolescents referred for treatment of anxiety disorders: Differences in clinical characteristics. *Journal of Affective Disorders*, 167, 326-332.
- Widiastuti, S. C. A., Wijoyo, Y., Studi, P., Farmasi, M., Farmasi, F., Dharma, U. S., Studi, P., Profesi, P., & Dharma, U. S. (2022). *Pengembangan Media Edukasi Berbasis Video Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Penggunaan Multivitamin Untuk SMK Kesehatan di Yogyakarta*. 18(1), 17–23. <https://doi.org/10.22146/farmaseutik.v18i1.70966>
- Wijayanti, R. (2022). Aktivitas Fisik Dan Kecemasan Dengan Gangguan Menstruasi Pada Mahasiswi. *Jurnal JKFT*, 7(1).
- Wong, K. E., Wade, T. J., Moore, J., Marcellus, A., Molnar, D. S., Leary, D. D. O., & Macneil, A. J. (2022). Brain , Behavior , & Immunity - Health Examining the relationships between adverse childhood experiences (ACEs), cortisol , and

- inflammation among young adults ☆. *Brain, Behavior, & Immunity - Health*, 25(December 2021), 100516. <https://doi.org/10.1016/j.bbih.2022.100516>
- World Health Organization (WHO). (2024). *Adolescent health*. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab_1
- Yantie, I., Nuraini, T., Edison, C., & Gayatri, D. (2023). Intervensi spiritualitas untuk menurunkan tingkat kecemasan dan depresi terhadap pasien kanker: Sebuah tinjauan sistematis. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 1-10
- Young, K. S., & Dietrich, M. S. (2015). Stressful life events, emotion regulation, and the incidence of major depression in female adolescents: Mediation model. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(4), 709-720.
- Zahra, G., Fadhilah, N., Saputra, R. A., & Wibowo, A. H. (2024). Deteksi Tingkat Gangguan Kecemasan Menggunakan Metode Random Forest. *Jurnal Fakultas Teknik UMT*, 13(1), 38–47. <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jt/index>
- Zhao, X., Li, Y., & Wang, H. (2022). Bullying victimization and dysregulation of the stress system in adolescents: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 148(4), 345–362. <https://doi.org/10.1037/bul0000344>
- Zhou, X., Li, Y., & Wang, H. (2023). The impact of adolescence on anxiety disorders: A developmental perspective. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(2), 89–105. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-00956-7>
- Zhu, X., Zhu, Y., Huang, J., Zhou, Y., Tong, J., Zhang, P., Luo, X., Chen, S., Tian, B., Tan, S., Wang, Z., Han, X., Tian, L., Li, C. S. R., Hong, L. E., & Tan, Y. (2022). Abnormal cortisol profile during psychosocial stress among patients with schizophrenia in a Chinese population. *Scientific Reports*, 12(1), 1–10. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-20808-1>
- Zulfa, S. Z., Wahyuni, I., Hayati, S., Safitri, Y., & Kirana, D. N. (2022). *Edukasi Bullying Pada Remaja Untuk Mencegah Perilaku Menyimpang di SMPN 3 Pekanbaru*. 2(2).