

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, Dona F, dan Ifdil. “Knsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia.” *Konselor* 5, no. 2 (2016).
- Awalia, Binti F, Siti Mahmudah, dan Umdatul Khoirot. “Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Masa Depan di Kalangan Siswa SMK Blitar Jawa Timur.” *Jurnal Psikologi* 19, no. 2 (September 2023): 40–44.
- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian*. 14 ed. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013.
- Beck, Judith S., dan Aaron T. Beck. *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. New York, NY: Guilford Press, 1995. <https://psycnet.apa.org/record/1995-98312-000>.
- Beck, Judith S., dan Sarah Fleming. “A brief history of Aaron T. Beck, MD, and Cognitive Behavior Therapy.” *Clinical Psychology in Europe* 3, no. 2 (18 Juni 2021): e6701. doi:10.32872/cpe.6701.
- Cahyadi, Rama. “KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK COGNITIVE BEHAVIOR DALAM MEREDUKSI POLA PIKIR NEGATIF SISWA SMK.” *Perspektif Ilmu Pendidikan* 32, no. 2 (10 Oktober 2018): 143–52. doi:10.21009/PIP.322.7.
- Damayanti, Emiliana L, dan Endah Cahya. “Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kecemasan Memperoleh Pasangan Hidup pada Wanita Dewasa Awal.” *NersMid Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, t.t. <https://nersmid.unmerbaya.ac.id/index.php/nersmid/article/download/72/28>.
- DeGenova, Mary Kay. *Intimate Relationships, Marriages & Families*. 7th ed. Boston, MA: McGraw Hill, 2008. <https://www.abebooks.com/9780073528106/Intimate-Relationships-Marriages-Families-DeGenova-0073528102/plp>.
- Dobson, Keith, dan Dozois. *Risk Factors in Depression*. Elsevier, 2008. doi:10.1016/B978-0-08-045078-0.X0001-9.
- Faradiana, Zuraidah, dan Ali Mubarak. “Hubungan Antara Pikiran Negatif dengan Kecemasan dalam Menjalini Hubungan Lawan Jenis Pada Dewasa Awal.” *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 13, no. 1 (2022): 73–74. doi:10.26740/jptt.v13n1.p71-81.

- Mind, Joko. A Pamungkas, dan Anta Samsara. *Mengenal Kecemasan dan Serangan Panik*. Diakses 11 Juni 2025.
https://www.mind.org.uk/media/1892482/mind_anxiety_panic_.
- Mirani, Mega. M, Jumaini, dan Erna Marni. "GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI WILAYAH KERJAPUSKESMAS PAYUNG SEKAKI." *Jurnal Medika Hutama* 02, no. 02 (Januari 2021): 649.
- Monks, F, A Knoers, dan S Hardinoto. *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. 3 ed. Yogyakarta: Gajah Mada Press, 2002.
- Nevid, J.S, S.A Rathus, B Grenee, dan K Yuniarti. *Psikologi Abnormal di Dunia yang Terus Berubah*. 9 jilid 1. Penerbit Erlangga press, 2014.
- Nisrina Adifa, Balqis, dan Ika Yuniar Cahyanti. "Hubungan Harga Diri Dengan Kecemasan Memiliki Pasangan Hidup Pada Perempuan Dewasa Awal." *Jurnal Syntax Fusion* 3, no. 11 (23 November 2023): 1122–35.
 doi:10.54543/fusion.v3i11.381.
- Nurdianti, Fatimah Nova Dwi, Adnani Budi Utami, dan Hetti Sari Ramadhani. "Kecemasan memilih pasangan hidup pada dewasa awal : Bagaimana peranan kontrol diri?" *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia* 2, no. 2 (13 Mei 2024). doi:10.30996/jiwa.v2i2.10548.
- Nurul Ismi Fauziah Jumadi dan Sitti Murdiana. "Hubungan Harga Diri Dengan Kecemasan Dalam Memilih Pasangan Hidup Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Pernah Mengalami Putus Cinta." *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora* 3, no. 4 (5 Juni 2024): 548–53.
 doi:10.56799/peshum.v3i4.3812.
- Pebyamoriski, Negresti, Minarni, dan Musawwir. "PERBEDAAN KECEMASAN MEMILIH PASANGAN HIDUP PADA DEWASA AWAL BERDASARKAN DEMOGRAFI." *Jurnal Psikologi* 15, no. 2 (2022): 219–28. doi:10.35760/psi.2022.v15i2.6036.
- Putri, Alifia Fernanda. "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya." *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* 3, no. 2 (21 Juni 2018): 35. doi:10.23916/08430011.
- . "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya." *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* 3, no. 2 (21 Juni 2018): 35. doi:10.23916/08430011.
- Putri, Carissa. N, dan Atika. D Ariana. "Kecemasan Diri Dewasa Awal yang Menjalani Hubungan Romantis saat Mendapat Perilaku Silent Treatment." *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental* 2, no. 1 (2022): 163–71.

- Rizky Safitri, dan Arini Mifti Jayanti. "Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Wanita Dewasa Awal Fase Quarter Life Crisis." *Indonesian Psychological Research* 5, no. 1 (31 Januari 2023). doi:10.29080/ipr.v5i1.765.
- Sinambela, Lijian P, dan Sarton Sinambela. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Teoritik dan Praktik*. PT Rajagrafindo Persada., 2022.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. 28 ed. Bandung: ALFABETA, 2018.
- Sukma, Rahardian. *Move On dari Pikiran Negatif*. Cetakan pertama. Yogyakarta: Saufa, 2017.
https://books.google.co.id/books/about/Move_On_dari_Pikiran_Negatif.html?id=IxhdEAAAQBAJ&redir_esc=y.
- Tirta, Kania Dewi, dan Sinta Nur Arifin. "Studi Fenomenologi : Marriage is Scary pada Generasi Z." *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 3 (20 Februari 2025): 12–20. doi:10.26539/teraputik.833675.
- Utami, Vania, Lukmanul Hakim, dan Junaidi. "Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Pada Perempuan Dewasa Awal." *JURNAL PSIMAWA: Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan* 2, no. 1 (Desember 2019): 15–20.