DAFTAR PUSTAKA

Ahadi, Giatma Dwijuna, Neni Nur, and Laili Ersela. “The Simulation Study of Normality Test Using Kolmogorov-Smirnov ,” 6, no. 1 (2023).

Aqib, Zainal. *BIMBINGAN Dan KONSELING*. 2020th ed. YRAMA WIDYA, 2020.

Asidah, Anisah Nur, Elok Dwi Cahyani, Aldhina Janurti, Aulia Rahma, Miftahul Janna, and Yeti Mareta Undaryati. “Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri Universitas Borneo Tarakan , Indonesia” 2 Nomor. 3 (2025).

Azzamovna, Isakova Nodira, and Ч Е М Iq. “EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A STRONGER PREDICTOR OF SUCCESS THAN IQ” 3, no. 29 (2025): 50–54.

Batubara, Hamdan Husein. *MEDIA PEMBELAJARAN DIGITAL*. PT Remaja Rosdakarya - Bandung, 2021.

Cunningham, Adam C, Carley Prentice, Kimberly Pevan, Aidan Wickham, Tara Radovic, Anna Klepchukova, Maria Fomina, et al. “Efficacy of the Flo App in Improving Health Literacy , Menstrual and General Health , and Wellbeing in Women : A Pilot Randomized Controlled Trial Table of Contents,” 2023.

Destrikasari, Charisma, Evi Martha, and Universitas Indonesia. “EVALUATION OF THE IMPLEMENTATION OF PUBERTY EDUCATION AND MENSTRUAL HYGIENE MANAGEMENT USING” 7, no. 2021 (2026): 68–77. https://doi.org/10.36082/jmswh.v7i1.3089.

Dowshen, Nadia, Kellan Baker, Robert Garofalo, Diane Chen, David J. Inwards-Breland, Gina Sequeira, Jamie E. Mehringer, and Meredithe McNamara. “A Critical Scientific Appraisal of the Health and Human Services Report on Pediatric Gender Dysphoria.” *Journal of Adolescent Health* 77, no. 3 (2025): 342–45. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2025.06.002.

Dra, Suhertina. *DASAR -DASAR BIMBINGAN DAN KONSELING*. 2014th ed. CV. MUTIARA PESISIR SUMATRA, n.d.

Engel, Dwi, Nazwa Zakiatus Salma, and Jurusan Psikologi. “TINJAUAN LITERATUR : MANFAAT DZIKIR DALAM REGULASI” 03, no. 04 (2024): 289–301.

Fadilla, Hafifa Dwi, Fadhilah Syafwar, and Emeliya Hardi. “Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Muhasabah Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa” 11, no. 2 (2022): 293–304.

Fatmawati, Dior Manta Tambunan Ariani, and Dkk V. *KEPERAWATAN MATERNITAS*, 2024.

Gross, J. J. “Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. Psychological Inquiry.,” no. 1–26 (2015).

Gross, James J. *Handbook of Emotion REgulation*, 2014.

Haniif, Amelya, and Nuriana Azhaar. "Kampanye Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) Pada Remaja Putri Di SMP IPIEMS Surabaya" 2, no. 2 (2024): 235–42.

Hantsoo, Liisa, Shivani Rangaswamy, Kristin Voegtline, Rodion Salimgaraev, Liudmila Zhaunova, and Jennifer L Payne. "Premenstrual Symptoms across the Lifespan in an International Sample : Data from a Mobile Application." *Archives of Women's Mental Health*, 2022, 903–10. https://doi.org/10.1007/s00737-022-01261-5.

Hariyadi, Bambang, Colti Sistiarani, Eri Wahyuningsih, and Siti Nurhayati. "Stress Level and Length of Use Contraception to Premenstrual Syndrome (PMS) Type in Childbearing Age Women" 10, no. 1 (2023): 1–5. https://doi.org/10.19080/GJORM.2023.10.555779.

Indah Hidayati, Mulawarman, Awalya. "Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama." *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 6, no. 4 (2017).

Johan, Avrilia, Veronica Yeni Rahmawati, and Jehan Puspasari. "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Tingkat Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di SMAN 92 Jakarta Utara." *Jurnal Kesehatan Holistic* 9, no. 2 (2025): 286–95. https://doi.org/10.33377/jkh.v9i2.265.

Jurnal, Bali Medika, and Bali Medika Jurnal. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Premenstrual Syndrom Pada Siswi Sekolah Menengah Atas Factors Affecting Premenstrual Syndrome in Senior High School Students" 10, no. 1 (2023): 86–95.

Karakter, Jurnal Psikologi. "Pengaruh Father Involvement Terhadap Regulasi Emosi Remaja Akhir Di Kota Makassar" 3, no. 1 (2023): 56–64. https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.2043.

Mahardika, Reza. "DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI EMOSI ATLET BULUTANGKIS PB.PMS," 2018.

Model, Pengembangan, Bimbingan Kelompok, Pemecahan Masalah, Untuk Meningkatkan, and Diri Siswa. "PENGEMBANGAN MODEL BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PEMECAHAN MASALAH UNTUK MENINGKATKAN KETERBUKAAN DIRI SISWA" 3, no. 2 (2014).

Murtianto, Yanuar Hery, and Eka Devi Setiyaningrum. "Pemahaman Konsep Logaritma Siswa SMA Ditinjau Dari Kemampuan Matematika" 13, no. 1 (2019): 36–41.

Nabila Vivinenda dan Denok Setiawati. "Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Regulated Learning Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa SMPN 1 Sooko Mojokerto," 2024, 1–9.

Nuswantoro, Bagus Subekti. “PARTISIPASI YAYASAN SIKLUS SEHAT INDONESIA SEBAGAI YAYASAN SPEAK INDONESIA MELALUI APLIKASI OKY” 1, no. 3 (2023): 218–24.

Ping, Maria Floriana, Elfina Natalia, and Yulieta Lehyun Jho. “PREVALENSI SINDROM PRA MENSTRUASI PADA REMAJA” 2 (2020): 25–28.

Preece, David A, Amit Goldenberg, Rodrigo Becerra, Mark Boyes, Penelope Hasking, and James J Gross. “LONELINESS AND EMOTION REGULATION” 180, no. 0191–8869 (2021).

Pribadi, Benny A. *Media & Teknologi Dalam Pembelajaran*. 2017th ed. PT. Balebat Dedikasi Prima, 2017.

Prof. Dr. Sugiyonono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.

Prokrastinasi, Terhadap, Akademik Siswa, and D I Sma. “Pengaruh Pengunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMA N 10 Kota Jambi” 6, no. 2 (2023): 68–80.

Raya, Universitas Palangka, Palangka Raya, Universitas Palangka Raya, Palangka Raya, Media Audio Visual, and Minat Belajar. “Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Media Audio- Visual Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas X Mipa V Pada Masa Pandemi Di Man Kota Palangka Raya” 5, no. 2 (2021): 213–31. https://doi.org/10.21043/konseling.v5i2.10789.

Rismi, Ridho, Muri Yusuf, and Firman Firman. “Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Pemahaman Nilai Budaya Siswa” 3, no. 1 (2022): 17–21.

Sabela, Andini. “TEKNIK OUTBOUND UNTUK MENINGKATKAN” 1, no. 1 (2020): 24–31.

Sabila, Rizki Fatikhati, Prodi Pendidikan Akuntansi, Universitas Negeri Yogyakarta, Staf Pengajar, Jurusan P Akuntansi, and Universitas Negeri. “Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Team Game Tournament (Tgt) Terhadap Hasil Belajar Akuntansi Dasar Kompetensi Jurnal Penyesuaian Siswa Kelas X Akuntansi The Effect Of Team Game Tournament (Tgt) Cooperative Learning Model On The Learning Ach” 10 No 1 (2021).

Sarasvati, Hita Lafia. “Peran Teknologi Sebagai Media Dalam Praktik Bimbingan Konseling” 15, no. 3 (2024): 348–61.

Sari, Rita, Muh Ilham, Adi Warma, Lailatul Maghfiroh, Enasely Mega, Wenyi Rohi, Galuh Mulyawan, and Kaisar Adam. *Dasar Bimbingan Dan Konseling*. 2025th ed. PT. Mifandi Mandiri Digital Redaksi, 2025.

Sembiring, Tina Wanti, Eva Flourentina Kusumawardani, Lili Eky, Perry Boy, and Candra Siahaan. “Faktor Yang Berhubungan Dengan Premenstrual Syndrome Pada Siswi SMA Negeri 1 Meulaboh” 4, no. 2 (2025).

Shapiro, Joan Poliner, and Steven Jay Gross. *ETHICAL EDUCATIONAL*

LEADERSHIP, 2013.

Sheila Rahmi Syafitri, Rilla Sovitriana. "PENERAPAN TERAPI REALITAS DENGAN TEKNIK WDEP UNTUK MENINGKATKAN REGULASI EMOSI PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP) DI LAPAS PEREMPUAN KELAS IIA JAKARTA" 23, no. 2 (n.d.): 8–14.

Silvanus, S. Mudayatiningsih, W. Rahayu H. "HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN INTENSITAS NYERI DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 7 MALANG" 2 (2017): 588–600.

Siswantara, Pulung, Muthmainnah Muthmainnah, Mutmainnah Khaerati, and Aisyah Amalia. "Diffusion of Educational Digital Innovation : Implementing The OKY App for Menstrual Education in Junior High Schools" 21, no. 1 (2026). https://doi.org/10.14710/jpki.21.1.1-8.

Siswantara, Pulung, Muthmainnah Muthmainnah, Mutmainnah Khaerati, Aisyah Amalia, Dini Yulia Restuti, Nurul Indah Qariati, and Kurnia Ramadhani. "Diffusion of Educational Digital Innovation: Implementing The OKY App for Menstrual Education in Junior High Schools." *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia* 21, no. 1 (2025): 1–8. https://doi.org/10.14710/jpki.21.1.1-8.

Smpn, D I, Wukirsari Kab, and Musi Rawas. "PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN PERSEPSI DAN MOTIVASI SISWA KELAS VIII PADA MATA PELAJARAN IPA MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DI SMPN WUKIRSARI KAB. MUSI RAWAS" 7 (2024): 191–202.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Cetakan-27. Bandung: Alfabeta, 2022.

———. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*, 2020.

Susanti, Nurul Fatimah, Hasrita Octaliana, and Endah Purda Listya. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Komunikasi Orang Tua- Remaja Dalam Isu Kesehatan Seksual Dan Reproduksi : Tinjauan Literatur Sistematis" XX, no. 1 (2025): 180–91.

Suttor, Heather, Kadek Putri Yamayanti, Ni Luh, Eka Purni, Ansariadi Ansariadi, Julie Hennegan, and Richard D Chenhall. "Tracking the Changing Body with Care : A Qualitative Study on Menstrual Cycle Tracking among Adolescent Girls in Bali , Indonesia." *International Journal of Adolescence and Youth* 30, no. 1 (2025). https://doi.org/10.1080/02673843.2025.2539444.

Tam, Menggunakan Metode. "ANALISA MANFAAT DAN KEMUDAHAN PENGGUNAAN GOOGLE TASK DI LINGKUNGAN AKADEMIK MENGGUNAKAN METODE TAM" 2, no. 1 (2020): 65–74.

Tatiek Romlah. *Teori Dan Praktek Bimbingan Konseling*. 2020th ed. Universitas Negri Malang, 2020.

Thompson, Ross A. “Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition.” *Development of Emotion Regulation* Vol. 59, N (1994): 25–52.

Tornvall, Sofia, Liselott Blomberg, and Angelica Lind. “Psychoneuroendocrinology Associations between Menstrual Cycle Phases and Sexuality , Well-Being and Mood in Young Healthy Women” 181, no. May (2025). https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2025.107613.

Torre, Jared B, and Matthew D Lieberman. “Putting Feelings Into Words : Affect Labeling as Implicit Emotion Regulation,” 2018. https://doi.org/10.1177/1754073917742706.

Tujuan, Abstrak, Guru Bk, Siswa S M A Negeri, Kota Jambi, and Kata Kunci. “Pengembangan Modul Bimbingan Karir Untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa Sekolah Menengah Ridni” 7, no. 3 (2023): 671–82.

“UNICEF. Oky: Diciptakan Bersama Anak Perempuan, Untuk Anak Perempuan. 2020.,” n.d. https://share.google/B8SYua7QxDOrROI7Y.

Visabilillah, R. Azzahra dan Denok Setiawati. “Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa SMA Di Surabaya Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa SMA Di Surabaya,” n.d.

Wibowo, Abiyyu Satrio, Politeknik Ilmu Pemasyarakatan, Sumberdaya Manusia, and Lembaga Pemasyarakatan. “Pengaruh Pengembangan Sumber Daya Manusia Terhadap Kinerja Pegawai Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas Ii A Purwokerto” 5, no. 3 (2021).

Widyastuti, Suciati Rahayu, Universitas Nahdlatul, and Ulama Cirebon. “Pengembangan Skala Likert Untuk Mengukur Sikap Terhadap Penerapan Penerapan Penilaian Autentik Siswa Sekolah Menengah Pertama” Vol. 3 No. (2022). https://doi.org/10.52188/ja.v3i02.393.