

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. A. (2012). Pengaruh pelatihan *mindfulness* terhadap peningkatan kontrol diri siswa SMA. *Jurnal Pamator*, 1(5), 19–28. <https://journal.trunojoyo.ac.id/pamator/article/view/2493>
- 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.
- Aljomaa, S. S., Qudah, M. F. A., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F., & Abduljabbar, A.S. (2016). Smartphone addiction among university students in the light of some variables. *Computers in Human Behavior*, 61, 155-164. doi: 10.1016/j.chb.2016.03.041.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition (DSM-V). Washington : American Psychiatric Publishing.
- Amin, I. M., & Nugraha, N. D. (2018). Perancangan Card *Game* Sebagai Media Interaktif Mengenai Edukasi *game online*. *eProceedings of Art & Design*,
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baumeister, Vohs & Tice, 2007). The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science* 2007 16: 351.
- Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., & Carmody, J. (2004). *Mindfulness* : A Proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11,(3), 230-241.
- Ciarrochi, Dkk. (2010). Psychological Flexibility As A Mechanism Of Change In Acceptance And Commitment Therapy. School Of Psychology, University Of Wollongong.
- Chaplin, J. P. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Ghufron & Risnawati. (2012). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Hardanti, H. A., Nurhidayah, I., Fitri, S. Y. R., Faktor-faktor yang melatarbelakangi perilaku adiksi bermain *game online* pada anak usia sekolah. *Jurnal Keperawatan Universitas Padjajaran*. Vol 3, No. 3
- Hardjana, A. M. (2001). *Training SDM yang efektif*. Yogyakarta: Kanisius.

- Hölzel, B. K., Lazar, S. W., Gard, T., Schuman-Olivier, Z., Vago, D. R., & Ott, U. (2011). How does *mindfulness* meditation work? proposing mechanisms of action from a conceptual and neural perspective. *Perspective on Psychological Science*, 6(6), 537-559.
- Kabat-Zinn, J. (2003). *Mindfulness*-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144–156.
- Kabat-Zinn, J. (2005). *Mindfulness-based stress reduction program*. Handbook *Mindfulness-based Stress Reduction Program*.
- Keng, S. L., Smoski, M. J dan Robins, C. J. (2011). Effects of *mindfulness* on psychological health: A Review of empirical studies. *Clinical Psychology Review*. 31 (6), 1041-1056.
- Khairunnisa, Ayu. (2013). Hubungan religiusitas dan kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah remaja di MAN 1 Samarinda. *Jurnal Psikologi*, 1(2).
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S, J. (2008). The relationship between *online game* addiction and aggression, self control and narcissistic personality traits. *European Psychiatry*, 23(3), 212-218.
- Kusumawardhani, I. A., Kurnianingrum, W., & Soetikno, N. (2018). Art therapy untuk meningkatkan kontrol diri pada anak didik lapas. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 135. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1751>
- Kuss, D. (2013). Internet Gaming Addiction: Current Perspectives. *Psychology Research and Behavior Management*, 125. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S39476>
- Kusumawati, Rosi., Irna Aviani, Yolivia., & Molina, Yosi. 2017. *Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi) Games Online Pada Remaja Ditinjau Dari Gaya Pengasuhan*. *Journal psikologi*, 89.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. T., & Peter, J. (2009). Development and Validation of *GameAddiction Scale* for Adolescents. *Media Psychology*, vol 1(2), Hal 77-95.
- Lutfiwati, Sri. (2018). Memahami kecanduan *game online* melalui pendekatan neurobiologi. *Jurnal of Psychology: ANFUSINA*. Vol. No.1.
- Maloney, J. E., Lawlor, M. S., Reichl, K. A. S., & Whitehead, J. (2016). *A mindfulness based social and emotional learning curriculum for school-aged children: The mindUP Program*. handbook of *mindfulness* in education, *mindfulness* in Behavior Health.
- Martin, G. & Pear, J. (2015). *Modifikasi perilaku makna dan penerapannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Milhem, W., Abushamsieh, K & aròstegui, M. N. P. (2014). Training strategies theories and types. *Journal of Accounting-Business & Management*, 21(1),12-26
- Miller, R. S. (2015). *Intimate relationships (7th Ed.)*. New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Nick (2011) Meditation And Self-Control Part 2- . Diakses Januari 2021 Di Headspace. [Http://Www.getsomeheadspace.Com/](http://www.getsomeheadspace.com/)
- Pratiwi, B. D. A., Chairani, R., Anwar, S & Ferasinta, F. (2021). Terapi *mindfulness* (meditasi dzikir) terhadap penurunan insomnia pada lansia. *Journal of Telenursing*. Vol 3, no 1.
- Rubin, J. A. (2005). *Child art therapy*. New Jersey: John Willey & Sons.
- Rudianto, N. P., Aspin., dan Pambudhi, Y. A. Hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada dewasa awal di desa Mondokey. *Jurnal SUBLIMAPSI*, Vol 1, No 1.
- Santoso, B. (2011). *Skema dan mekanisme pelatihan panduan penyelenggaraan pelatihan*. Jakarta: Yayasan Terumbu Karang Indonesia (Terangi).
- Shapiro, S. L., Brown, K. W., & Biegel, G. M. (2007). Teaching self-care to caregivers: Effects of *mindfulness*-based stress reduction on the mental health of therapists in training. *Training and Education in Professional Psychology*, 1(2), 105–115. <https://doi.org/10.1037/1931-3918.1.2.105>
- Stefani, Ria dan Ramadhani Neila. (2017). Terapi *mindfulness* untuk meningkatkan kontrol diri pada remaja dengan adiksi *game online*. *Tesis S2 Psikologi Profesi Universitas Gajah Maja: tidak dipublikasikan*
- Sussman, C. J., Harper, J. M., Stahl, J. L., & Weigle, P. (2018). Internet and Video Game Addictions. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 27(2), 307–326. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2017.11.015>
- Suplig, M. A. (2017). Pengaruh Kecanduan *Game Online* Siswa SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makassar. *Jurnal Jaffray*, 15(2), 177-200.
- Syamantha, P. A. (2017). efektivitas pelatihan *mindfulness* untuk meningkatkan kontrol diri mahasiswa dengan adiksi *game online*. *Tesis S2 Psikologi Profesi UGM*.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). Tangney, Baumeister and Boone(2008)_High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success.pdf. *Journal of Personality*, 2(April 2004), 54.

- Tang, Y.-Y.; Posner, M. I. (2013). *Tools of the trade: theory and method in mindfulness neuroscience*. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 8(1), 118–120.
- Tribun Kaltim. (2020). Indonesia Peringkat 17 Dunia Pengguna *Game Online* Terbanyak. <https://tribunkaltimtravel.tribunnews.com/2020/07/07/indonesia-peringkat-ke-17-dunia-pengguna-game-online-terbanyak-pubg-mobile-kian-menjamur> (Diakses: pada Januari 2021).
- Tek.id. (2019). Jumlah Gamer di Indonesia Mencapai 100 juta di 2020. <https://www.tek.id/insight/jumlah-gamer-di-indonesia-capai-100-juta-di-2020-b1U7v9c4A> (diakses pada Januari 2021).
- Venkatesh, V. (2000). Determinants of perceived ease of use: Integrating control, intrinsic motivation, and emotion into the technology acceptance model. *Information Systems Research*, 11 (4), 342-365.
- Wan, C.S. & Chou, W.B. (2007). The motivations of adolescents who are addicted to *online* games: a cognitive perspective. *Adolescence*, 42(165), 179–197.
- Widhianingrum, R. Subandi, Rumiani. (2018). Pelatihan *mindfulness* pada kebahagiaan penderita diabetes militus tipe II. *Philanthropy Journal of Psychology*, vol 2, No 2, No 97-113.
- Widiarto, I. K. (2018). Hubungan antara kesejahteraan subjektif dan kecanduan *game online* pada remaja D.I. Yogyakarta. *Skripsi Universitas Islam Indonesia*.
- Yusuf, U., & Patrisia, R. (2011). Pengaruh terapi kognitif perilaku terhadap peningkatan kontrol diri pada residivis. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 3(2), 245–256. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol3.iss2.art6>