

DAFTAR PUSTAKA

- Alida, Rachel Okta. (2022). *Hubungan antara perceived social support dan self-compassion pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19*. (Skripsi, Univeristas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Agapa, D. B., & Martiana, A. (2023). Mahasiswa Dogiyai di Yogyakarta: kajian tentang adaptasi dan relasi sosialnya. *Dimensia: Jurnal Kajian Sosiologi*, 12(1), 82-97.
- Avico, Rico Septian & Mujidin. (2014). Hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bengkulu yang bersekolah di yogyakarta. *Empathy*, 2(2), 62–65.
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bluth, K., & Blanton, P.W. (2014). The influence of self compassion on emotional well being among early and older adolescent males and females. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 219-230. DOI: 10.1080/17439760.2014.936967
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 84(4), 822-848. DOI: 10.1037/0022-3514.84.4.822
- Çutuk, Z. A. (2021). Mediating role of optimism in the relationship between self-compassion and subjective well-being. *Journal of Human Sciences*, 18(2), 185-198. DOI : 10.14687/jhs.v18i.6139
- Dewanti, A. D. P., & Ayriza, Y. (2021). Pengaruh optimisme terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir. *Acta Psychologia*, 3(2), 119-126. DOI: 10.21831/ap.v3i2.43405
- Dewi, N. U., Danyalin, A. M., Wahyu, A. M., & Chusniyah, T. (2021). Self compassion sebagai predictor optimisme pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang orang tuanya bercerai. *In Seminar Nasional Psikologi UM*, 1(1), 14-25.
- Fadillah, A. E. R. (2013). Stres dan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman yang Sedang Menyusun Skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3), 148-156. DOI: 10.30872/psikoborneo.v1i3.3325

- Fitri, H. (2020). Klasifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Masa Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Dengan Metode CHAID. *Jurnal Sains Matematika dan Statistika*, 6(1), 9-22. DOI: 10.24014/jsms.v6i1.9248
- Fitriawati, N. (2020). *Hubungan antara self compassion dengan optimisme pada mahasiswa perantau di Yogyakarta*. (Skripsi. Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Ghufron, M. N., & Risnawita S, R. (2017). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Goleman, D. (2002). *Emotional intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hadi, S. (2015). *Metodologi Riset*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Hartaji, Damar A. (2012). Motivasi berprestasi pada mahasiswa yang berkuliah dengan jurusan pilihan orangtua. Fakultas Psikologi. Universitas Gunadarma.
- Hasan, A., Lilik., & Agustin, R.W. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dan dukungan emosi dengan optimisme pada penderita diabetes mellitus anggota aktif PERSADIA (Persatuan Diabetes Indonesia) cabang Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 2(2), 60-74.
- Imtiaz, S. & Kamal, Anila. (2016). Rumination, optimism, and psychological well-being among the elderly: Self-compassion as a predictor. *Journal of Behavioural Sciences*, 26(1), 32.
- Istighfari, N. U., Fitriyana, N., & Santoso, S. (2023). Dinamika self-compassion pada mahasiswa tingkat akhir aktivis organisasi ikatan mahasiswa muhammadiyah Universitas Muhammadiyah Riau. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 3(1s), 280-291. DOI: 10.25299/jicop.v3i1s.12369
- Karinda, F.B. (2020). Belas kasih diri (self compassion pada mahasiswa). *Jurnal Cognicia*, 8(2), 234-252. DOI: 10.22219/cognicia.v8i2.11288
- Kim, E.S., Hagan, K.A., Grodstein, F., Demeo, D.L., Devivo, I., & Kubzansky, L.K. (2017) Optimism and cause-specific mortality: A Prospective cohort study. *American Journal of Epidemiology*, 185(1), 21–29. DOI: 10.1093/aje/kww182
- Lestari, S. S. (2016). Hubungan keterbukaan diri dengan penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 75-85.

- Masithoh, A.R & Hidayat, E.N. (2018). Hubungan optimisme dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir di Stikes Muhammadiyah Kudus dalam menghadapi skripsi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 9(1), 97-103. DOI: 10.26751/jikk.v9i1.409
- Miranda, J. O., & Cruz, R. N. C. (2022). Resilience mediates the relationship between optimism and well-being among Filipino university students. *Current Psychology*, 41(5), 3185–3194. DOI: 10.1007/s12144-020-00806-0
- Muris, P., Otgaar, H., Meesters, C., Heutz, A., & van den Hombergh, M. (2019). Self-compassion and adolescents' positive and negative cognitive reactions to daily life problems. *Journal of Child and Family Studies*, 28(5), 1433-1444. DOI: 10.1007/s10826-019-01353-4
- Nasution, L. G. (2019). *Hubungan optimisme dengan adversity quotient pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi di fakultas psikologi UIN Suska Riau*. (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Neff, K.D. (2003). Development and validation of scale to measure self compassion. *Self and identity*, 2, 223-250. DOI: 10.1080/15298860390209035
- Neff, K. D. (2011). Self-Compassion, Self-Esteem, and Well-Being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5, 1–12. DOI:10.1111/j.1751-9004.2010.00330
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9 (3), 225-240. DOI: 10.1080/15298860902979307
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K.L., Rude, S. S. (2007). Self compassion and adaptive psychological functioning. 41, 139-154. DOI: 10.1016/j.jrp.2006.03.004
- Neff, K., & Seppala, E. (2016). Compassion, Well Being, and Hypo-egoic Self. In K.W. Brown & M. Leary (Eds.). *The Oxford handbook of hypo-egoic phenomena*, 189-203. DOI: 10.1093/oxfordhb/9780199328079.013.13
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of personality*, 77(1), 23-50.
- Ramadan, A. S. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Optimisme Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

- Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020). Psychological resilience, depression, anxiety, and somatization symptoms in response to COVID-19: A study of the general population in China at the peak of its epidemic. *Social science & medicine*, 1, 262.
- Reyes, D. (2012). Self-Compassion: A Concept Analysis. *Journal of Holistic Nursing*, 30(2), 81–89. DOI: 10.1177/0898010111423421
- Ritonga, S. A. (2023). *Hubungan Regulasi Diri dengan Self-Compassion pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area yang Sedang Menyelesaikan Skripsi*. (Skripsi, Universitas Medan Area).
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Scheier, M. F. & Carver, C. S. (2002). *Optimism Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Seligman, M.E.P. (2008). *Menginstal optimisme*. Bandung: Momentum.
- Sekarsari, Dewi Sinta. (2018). *Hubungan Antara Optimisme Dengan Kecerdasan Adversity Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta*. (Skripsi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Slamet. (2014). Pelatihan Motivasi Berprestasi Guna Meningkatkan Efikasi Diri dan Optimisme pada Mahasiswa Aktifis Organisasi Di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 75- 98. DOI: 10.14421/hisbah.2014.111-05
- Strauss, C., Taylor, B. L., Gu, J., Kuyken, W., Baer, R., Jones, F., & Cavanagh, K. (2016). What is compassion and how can we measure it? A review of definitions and measures. *Clinical psychology review*, 47, 15-27.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r & d*. Bandung : Alfaberta.
- Syarafina, S. O., Nurdibyanandaru, D., & Hendriani, W. (2019). Pengaruh optimisme dan kesadaran diri terhadap adversity quotient mahasiswa skripsi sambil bekerja. *Cognicia*, 7(3), 295-307. DOI : 10.22219/cognicia.v7i3.9013
- Untari, R., Alawiyah, N., Permatasari, L., Sulistiyarini, F., & Melati, S. Q. (2022). Faktor-Faktor Penghambat Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, 6(2), 189-204.