

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S.D., & Kristinawati, W. (2022). Hubungan antara Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Karyawan Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(1). https://doi.org/10.23887/jurnal_bk.v7i1.1049
- Ansar, S., & Mario. (2017). Dampak Sosial Pengangguran Terdidik Di Desa Kading Kecamatan Tanete Riaja Kabupaten Barru. *Jurnal Penelitian, Gagasan, Sosiologi*, 10(2), 141–142. Issn: 1978-9351. Diakses dari <http://eprints.unm.ac.id>
- Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-Compassion, Stress, and Coping. *Social and Personality Psychology Compass*, 4, 107-118. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2009.00246.x>.
- Alex, dkk. (2022). Analisa Kebijakan Pemerintah Provinsi DKI Jakarta Tahun 2017-2021 Terkait Ancaman Pengangguran Pasca Kenaikan Inflasi. *Jurnal Ekonomika*45, 10(1), 1-10.
- Ardhy, S.B. (2021). (dalam penerbitan) Self Compassion Pada Pencari Kerja Muda. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Azwar S. 2013. Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2022). Diakses pada 15 September 2022 dari <https://bps.go.id>
- Badan Pusat Statistik. (2021). Tingkat Pengangguran Terbuka menurut Pendidikan dan Jenis Kelamin di Provinsi DKI Jakarta (Persen). Diakses dari <https://jakarta.bps.go.id/indicator/154/1070/1/tingkat-pengangguran-terbuka-menurut-pendidikan-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-dki-jakarta.html>
- Belakang, L., & Profesi, K. (2019). BAB I. 1–8. Diakses dari https://prodi4.stpn.ac.id/wpcontent/uploads/2020/2020/Modul/Semester%207/MODUL_etika_d4%202019/etika%20profesi%20d4%202019.pdf
- Brown, S. D., dan Lent, R. W. (2005). Career development and counseling: Putting theory and research to work. John Wiley dan Sons, Inc.
- Drapeau, A., Marchand, A., & BeaulieuPrévost, D. (2012). Epidemiology of psychological distress. doi:10.5772/30872

- Dewayani, A., dkk. (2011). Perceived Peer Social Support dan psychological distress. Mahasiswa Universitas Indonesia. *Jurnal Sosial Humaniora*, 86- 93.
- Diendra, M. (2020) Perbedaan Kesehatan Mental Ditinjau Dari Status Pernikahan Pada Dewasa Awal Di Kota Surabaya. Skripsi thesis, Universitas Airlangga.
- Elyta, D.A. (2015). (dalam penerbitan) Hubungan Antara Career Capital Dengan Job Search Behaviour Para Pencari Kerja yang Berstatus Fresh Graduate. Skripsi, Universitas Brawijaya
- Febriana, Y., Purwono, U., & Djunaedi, A. (2021). Perceived Stress, Self-Compassion, dan Suicidal Ideation pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 13(1).
- Firmansyah, R. M. (2022). Persaingan Jobseeker bagi Freshgraduate di Era Milenial. *Jurnal Sahmiyya*, 1(1), 150-156. doi: 10.28918/sahmiyya.v1i1.5409
- Fourianalistyawati, E., Listiyandini, R. A., & Fitriana, T. S. (2016). Hubungan mindfulness dan kualitas hidup orang dewasa. *In Prosiding Forum Ilmiah Psikologi Indonesia*.(1) (pp. 1-12).
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 856-867.
- Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: an evolutionary analysis and empirical review. *Psychological bulletin*, 136(3), 351–374. doi: 10.1037/a0018807
- Halim, A. R. (2015). (dalam penerbitan) Pengaruh Self Compassion Terhadap Subjective Well-Being pada Mahasiswa Asal Luar Jawa. Skripsi, Universitas Negeri Semarang.
- Hasanah, L.,& Rozali, Y.A., (2021). Gambaran Stres Pada Pengangguran Lulusan Perguruan Tinggi Di Jakarta. *JCA Psikologi*, 2(1): 65-73.
- Haqi, M.H., M.Has, E.M. & Bahiyah, K. (2019). The Description of Mental Status (Stress, Anxiety, and Depression) on Post Earthquake Victims Based on the Development Period (Adolescence, Adult, and Elderly) in Desa Pendua Kabupaten Lombok Utara. *Psychiatry Nursing Journal*, 29–35. doi: 10.20473/pnj.v1i1.13013
- Hazemi, A. F. Bin. (2018). Nepotisme dalam Proses Pengambilan dan Pemilihan Pekerja oleh Organisasi: Satu Penilaian (Nepotism in the Recruitment and Selection Process of Workers: An Evaluation). *Trends in Undergraduate Research*.

- Hidayati, D. S. (2015). Self compassion dan loneliness. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3, (1), 2301-8267
- Homan, K. J. (2016). Self-compassion and psychological well-being in older adults. *Journal of Adult Development*, 23(2), 111–119. doi: 10.1007/s10804-016-9227-8
- Husain, N., Chaudhry, N., Jafri, F., Tomenson, B., Surhand, I., Mirza, I., & Chaudhry, I.B. (2014). Prevalence and risk factors for psychological distress and functional disability in urban Pakistan. *WHO South- East Asia Journal of Public Health*, 3(2).
- Ikawati. (2020). Dampak pengangguran terdidik ditinjau dari segi fisik, psikis, sosial dan solusinya. *Media Informasi Penelitian Kesejahteraan Sosial*, 43(1), 1-10.
- Kemnaker. (2022). Profil Ketenagakerjaan Umum Februari 2022.
- Kessler, R. C., Barker, P. R., Colpe, L. J., Epstein, J. F., Gfroerer, J. C., Hiripi, E., Howes, M. J., Normand, S.-L. T., Manderscheid, R. W., Walters, E. E., & Zaslavsky, A. M. (2003). Screening for serious mental illness in the general population. *Archives of General Psychiatry*, 60(2), 184–189. doi: 10.1001/archpsyc.60.2.184
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual review of psychology*, 44, 1-21.
- Lim, M. T. A. F., & Kartasasmita, S. (2018). Dukungan Internal atau Eksternal; Self-Compassion dan Perceived Social Support Sebagai Prediktor Stres. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(2), 551-562.
- Liputo, S. (2014). Distres psikologik dan disfungsi sosial di kalangan masyarakat miskin kota malang. *Psychological Journal: Science and Practice*, 2(3), 286–295.
- MacBeth, A., & Gumley, A. (2012). Exploring compassion: a metaanalysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 32(6), 545–55
- Mahmood, K., & Ghaffar, A. (2014). The relationship between resilience, psychological distress and subjective well-being among dengue fever survivors. *Global Journals Inc*, 14(10),13-24.
- Matthews, G. (2000). Distress. Dalam G. Fink (Ed). *Encyclopedia of stress* (Vol. 1, pp 723-729). California: Academic Press.

- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2003). *Social Causes of Psychological Distress*. New York: Walter de Gruyter.
- Mustakhul, F. S. (2017). Sarjana mengganggu semakin banyak. Diakses dari <https://www.jawapos.com/read/2017/01/30/105943/sarjana%02mengganggu-semakin-banyak>
- Nadziri, M. (2018). Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir dengan jurusan yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan. Diakses dari <https://eprints.umm.ac.id/42323/1/SKRIPSI.pdf>
- Nafisah, A., Hendriyani, R., & Martiarini, N. (2018). Hubungan Antar Dukungan Keluarga Dengan *Self-compassion* Remaja Di Panti Asuhan. *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(2), 160–166. doi: 2541-2965
- Neff, K. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–101. doi: 10.1080/15298860309032
- 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. (2015). The Self-Compassion Scale is a Valid and Theoretically Coherent Measure of Self-Compassion. *Mindfulness*, 7(1), 264–274. doi: 10.1007/s12671-015-0479-3
- Neff, K., & Davidson, O. (2016). Self-compassion: Embracing suffering with kindness. In I. Ivztan & T. Lomas (Eds.), *Mindfulness in positive psychology: The science of meditation and wellbeing*. *Routledge/Taylor & Francis Group*. doi: 10.4324/9781315747217
- Neff, K. D., & Seppala, E. (2016). Compassion, Well-Being, and the Hypoegoic Self. In K. W. Brown & M. R. Leary (Eds.), *Oxford Handbook of Hypoegoic Phenomena: Theory and Research on the Quiet Ego*. *Oxford University Press*. doi: 10.1093/oxfordhb/9780199328079.013.13
- Neff, K. D. (2016). The Self-Compassion Scale Is a Valid and Theoretically Coherent Measure of Self-Compassion. *Mindfulness*, 7, 264-274. doi: 10.1007/s12671-015-0479-3
- NK Debila. (2022). Lulusan Sarjana dan Diploma Lebih Banyak Daripada Ketersediaan Lapangan Kerja, Ini Jumlahnya. *Berita Jatim*. <https://beritajatim.com/ragam/lulusan-sarjana-dan-diploma-lebih-banyak-daripada-ketersediaan-lapangan-kerja-ini-jumlahnya/>

- Nurdiani, N. (2014). Teknik Sampling Snowball dalam Penelitian Lapangan. *ComTech*, 5(2), 1110-1118.
- Nurhayati, E. (2018). *Bimbingan, Konseling, dan Psikoterapi Inovatif*: Pustaka Pelajar, Yogyakarta. ISBN: 978-602-2299-915-8
- Oxford Learner's Dictionaries. Diakses pada 23 Oktober 2022 dari <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/>
- Pardamean, E., & Lazuardi, M. J. (2019). The Relationship Between Gender and Psychological Stress in Grade 11 Science Students At a High School in Tangerang (Hubungan Jenis Kelamin Dengan Stres Psikologis Pada Siswa-Siswi Kelas Xi Jurusan Ipa Di Sma X Tangerang]) *Nursing Current Jurnal Keperawatan*, 7(1), 68. doi: [10.19166/nc.v7i1.222](https://doi.org/10.19166/nc.v7i1.222)
- Prospect, UK. (2021). 4 Routes to Take After Graduation. Diakses pada 23 Oktober 2022 dari <https://www.prospects.ac.uk/applying-for-university/university-life/4-routes-to-take-after-graduation>
- Qadriyah, S.R, Ayriza, Y dan Wibowo, Y.S. (2020). The Big Five Personality Traits as a Predictors *Self-compassion* in Adolescents. *Post Graduate Programs Yogyakarta State University Yogyakarta, Indonesia*. doi: 10.4108/eai.4-8-2020.2302416
- Rahayu, S.T. (2022). *Hubungan Resiliensi Diri dengan Distres Psikologis pada Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Wilayah Kartasura*.
- Ramadhani, Fadhilah & Nurdibyanandaru, Duta. (2014). Pengaruh self compassion terhadap kompetensi emosi remaja akhir. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental Universitas Airlangga*, 3(3), 120-126.
- Rizky, N.J., & Soetjningsih, S.H. (2021). Kepribadian (five factor model dan psychological distress pada mahasiswa penerima dan bukan penerima beasiswa. *Philanthropy Journal of Psychology*, 5(2), 276-294.
- Santrock, J. W. (2011). *Child Development*. New York: McGraw-Hill International.
- Saputri, S.N.E. (2020). Pengaruh *Self Efficacy* Dengan Kesiapan Kerja Pada Sarjana *Fresh Graduate*. Skripsi
- Sari, D. Y., Krisnatuti, D., & Yuliati, L. N. (2015). Stres Ibu dalam Mengasuh Anak Pada Keluarga dengan Anak Pertama Berusia di Bawah Dua Tahun. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 8, 80-87. [10.24156/jikk.2015.8.2.80](https://doi.org/10.24156/jikk.2015.8.2.80)

- Satiti, D.P (2019). (dalam penerbitan) Hubungan Self Compassion Dengan Distres Psikologis Pada Narapidana Perempuan Di Lembaga Masyarakat Kelas IIA Semarang. Skripsi.
- Seftiawan, D. (2018). 630.000 Orang Sarjana Masih Menganggur. Diakses pada 16 April 2022 dari <https://www.pikiran-rakyat.com/pendidikan/pr-01295275/630000-orang-sarjana-masih-menganggur-421873>
- Sejati, N.W., & Prihastury, R. (2012) Tingkat Kecemasan Sarjana Fresh Graduate Menghadapi Persaingan Kerja dan Meningkatnya Pengangguran Intelektual. *Jurnal INTUISI*, 4(3). <https://doi.org/10.15294/intuisi.v4i3.13345>
- Sugianto, D., Suwartono, C., & Sutanto (2020). Versi Bahasa Indonesia. *Reliabilitas Dan Validitas Self-Compassion Scale Versi Bahasa Indonesia*, May. <https://doi.org/10.24854/jpu02020-337>
- Sugiyono (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung :Alphabet.
- Strauss, Judy dan Frost, Raymond. (2014). E-Marketing 7th Edition. London: Peason Education Ltd.
- Swaraswati, Yogi, Sugiarianti, Binta M. Rizki, and Figi. (2019). Memahami Self-Compassion Remaja Akhir Berdasarkan Trait Kepribadian Big Five. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(1), 69–81.
- Utama, A. S., Hastari, D. W., Damayanti, D. P., Annuntiata, M., & Triyanti, M. S. (2021). Pengalaman lulusan baru mencari kerja di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 122-137 doi: 10.35760/psi.2021.v14i2.3423
- Veit, C. T., & Ware, J. F. (1983). The Structure of Psychological Distress and Well-Being in General Population. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 730-742.
- Wanberg, C. F. (2012). The individual experience of unemployment. *Annual Review of Psychology*, 63(3), 369-396.
- Wibowo, A., & Suroso. (2016). Adversity quotient, self efficacy dan kesiapan kerja siswa kelas xii program keahlian multimedia SMKN 1 Kabupaten Jombang. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5, 174-180.
- Widiarti, I. S., Indrawati, E. S., & Desiningrum, D. R. (2013). Coping Stres Pada Pengangguran Tenaga Kerja Terdidik. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 2(4), 217-226.

- Wijaya, Y. D. (2014). Pelatihan Pengelolaan Emosi Dengan Teknik Mindfulness Untuk Menurunkan Distress Pada Penyandang Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Kebon Jeruk Jakarta. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 48–53.
- Wijayanti, P., Voni, L., & Yudiana, W. (2019). Peningkatan Subjective Well-being In School Pada Siswa Melalui Peer Support and Teaching Method Program. *Journal of Psychological Science and Profession*.
- Wilson, H., & Finch, D. (2021). Unemployment and Mental Health (Why both require action for our COVID-19 recovery). *Health Foundation*. <https://www.health.org.uk/publications/long-reads/unemployment-and-mental-health>
- Yunita, M. M., & Lee, C. F. (2021). The Effect of Self Compassion on the Subjective Well-Being of Unemployed Fresh Graduate in Jakarta During the Covid-19 Pandemic. *Proceedings of the International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities*, 570, 53–57. doi: 10.2991/assehr.k.210805.008
- Zulian, L. D., & Wahyudi, H. (2020). Hubungan Self Compassion dan Distres Psikologis Saat Pandemi Covid-19 pada Petugas Satpol PP Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2)