

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, G. (2014). Pengaruh Terapi Musik Klasik Dan Murotal Terhadap Penurunan Terhadap Penurunan Tingkat Stres Mahasiswa S1 Semester Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Naskah Publikasi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Abdulghani, H. M. (2008). Stress and depression among medical students: A cross sectional study at a medical college in Saudi Arabia. *Pakistan Journal Medical Science*, 24 (1), 12-17.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Baikie, & Wilhelm. (2005). Emotional and physical health benefits of expressive writing. *Journal Continuing Professional Development*, 11, 338-346.
- Bolton, G., Howlett, S., Lago, C., & Wright, J.K. (Editor). (2004). *Writing Cure An Umum*. introductory handbook of writing in counseling and therapy. New York : Brunner-Routledge.
- Darmono, & Hasan, A., M. (2002). *Menyelesaikan skripsi dalam satu semester*. Jakarta : PT Grasindo.
- Dawami, M. I. (2010). *The Miracle Of Writing*. Yogyakarta : Leutika.
- Fikri, H. T. (2012). Pengaruh menulis pengalaman emosional dalam terapi ekspresif terhadap emosi marah pada remaja. *Jurnal Humanitas*, 9 (2), 103- 122.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, & Syafei, I. (2018). Self disclosure dan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5 (1), 115-130.
- Gebler, F. A., & Maercker, A. (2007). Expressive writing and existensial writing in coping with traumatic experiences. *Trauma & Gewalt*, 4, 264-272.
- Gemilang, J. (2013). *Manajemen stres & emosi*. Yogyakarta: Mantra Books.
- Graf, M. C. (2004). Written Emotional Disclosure: What Are The Benefits Of Expressive Writing In Psychotherapy? *Thesis*. Drexel University.
- Hakim, G. R. U., Tantiani, F. F., & Shanti, P. (2017). Efektifitas Pelatihan Manajemen Stres Pada Mahasiswa. *Jurnal Sains Psikologi*, 6 (2), 75-79.

- Harianti, N. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang. *Psikovidiya*, 18 (1), 80-98.
- Hardjana. (1994). *Stres tanpa distres: Seni mengolah stres*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Hatta, K. (2016). *Trauma Dan Pemulihannya*. Banda Aceh: Dakwah Ar-Raniry.
- Hawari. (2011). *Manajemen Stres, Cemas, Dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Kholidah, E. N., & Alsa, A. (2012). Berpikir Positif Untuk Menurunkan Stress Psikologis. *Jurnal Psikologi*, 39 (1), 67-75.
- Laccetti, M. (2007). *Expressive Writing In Women With Advanced Breast Cancer*. *Oncology Nursing Forum*, 34 (5), 1019-1024.
- Latipun. (2006). *Psikologi eksperimen*. Malang : UMM Press.
- Lukaningsih, Z., A., & Bandiyah, S. (2011). *Psikologi kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Malchiodi, C. A. (Editor). (2007). *Expressive therapies*. New York: Guilford Press.
- Nevid, J. S., Spencer, A., Rathus, B. G. (2015). *Psikologi Abnormal Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Pennebeker, J.W. (1997). *Writing About Emotional Experiences as a Therapeutic Process Psychological Science*.
- Pennebeker, J.W. (2002). *Ketika Diam Bukan Emas: Berbicara Dan Menulis Sebagai Terapi*. Bandung: Mizan.
- Pinel, J. P. J. (2015). *Biopsikologi edisi ketujuh*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Qanitatin, N., Widyawati, S., & Asih, G., Y. (2011). Pengaruh Katarsis Dalam Menulis Ekspresif Sebagai Intervensi Depresi Ringan Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi UNDIP*, 9 (1), 21-32.
- Rahayu, . (2016). Problem Penentuan Karir Studi Kasus Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto (Skripsi). Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.

- Rahmawati, M. (2014). Menulis ekspresif sebagai strategi mereduksi stres untuk anak-anak korban kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2 (2), 276-293.
- Rhodes, R. T. (2017). The healing of therapeutic writing. IGliving.com.
- Rohmah, F.A. (2006). Efektifitas Diskusi Kelompok Dan Pelatihan Efikasi Diri Untuk Mengurangi Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi. Tesis (Tidak Dipublikasikan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Rosanty, R. (2014). Pengaruh Musik Mozart Dalam Mengurangi Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 3 (2), 71-78.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction 8th Edition*. Asia: John Wiley & Sons.
- Seniati, L., Yulianto, A., dan Setiadi, B. N. (2005). *Psikologi eksperimen*. Jakarta: PT. Indeks.
- Sindiro, L.F. (2016). Efektivitas Expressive Wrting Sebagai Reduktor Psychological Distress (Skripsi). Universitas Sanata Dharma.
- Smyth, J., True, N., & Souto, J. (2001). Effects Of Writing About Traumatic Experiences: The Necessity For Narrative Structuring. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20 (2), 161-172.
- Subekti, T., & Utami, M., S. (2011). Metode Relaksasi Untuk Menurunkan Stres Dan Keluhan Tukak Lambung Pada Penderita Tukak Lambung Kronis. *Jurnal Psikologi*, 38 (2), 147-163.
- Sukadiyanto. (2010). *Stress Dan Cara Menguranginya*. Cakrawala Pendidikan, 1.
- Sulistiyowati, M. (2016). Hubungan Self Efficacy Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Malang.
- Susanti, R., & Supriyantini. (2013). Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara Di Muka Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 9 (2), 119-129.
- Susilowati, T. G., & Hasanat, N. U. (2011). Pengaruh Terapi Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Depresi Pada Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi*, 38 (1), 92-107.

- Tjahjani, E. (2015). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Semester Akhir Akbid Griya Husada Surabaya. *Jurnal Akbid Griyahusada*, 3 (1), 10-16.
- Wardhani, R. K. (2012). Pengaruh Menulis Ekspresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Kanker Serviks Di RSUD Dr. Soetomo Surabaya. Modul Eksperimen. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.