

DAFTAR PUSTAKA

- Amando, J., & Sulistiasih, S. (2024). Hubungan sense of humor dengan psychological well-Being pada masa dewasa awal. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 4(1), 91-100. [doi:10.3287/liberosis.v4i1.4467](https://doi.org/10.3287/liberosis.v4i1.4467)
- Ananta, J. P. (2023). Hubungan sosial orang tua pada dewasa awal pasca putus cinta. *BINTANG*, 5(3), 61-66.
- Arafah, B. & Nashori, F. Sayap yang patah: proses memulihkan diri dari patah hati dengan pemaafan. *Buletin KPIN*, 17(8).
- Astuti, W., & Marettih, A. K. E. (2018). Apakah pemaafan berkorelasi dengan psychological well-being pada remaja yang tinggal di panti asuhan?. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 2(1), 41-53.
- Azwar, S. (2012a). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Azwar, S (2012b). *Reliabilitas dan Validitas Edisi 4*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Azwar, S. (2015). *Dasar-Dasar Psikometrika Edisi 2*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- Baskin, T. W., & Enright, R. D. (2004). Intervention studies on forgiveness: A meta-analysis. *Journal of counseling & Development*, 82(1), 79-90.
- Belangi, S. P. (2024). Hubungan antara body image dengan psychological well being mahasiswa Universitas Nurul Hasanah Kutacane. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(3), 48-56. [doi:org/10.55606/detector.v2i3.4022](https://doi.org/10.55606/detector.v2i3.4022)
- Blier, M. J., & Blier-Wilson, L. A. (1989). Gender differences in self-rated emotional expressiveness. *Sex Roles*, 21(5-6), 287-295. <https://doi.org/10.1007/BF00287729>
- Benson, J. M. (2024). *The public and online dating in 2024*. SSRS. <https://ssrs.com/insights/the-public-and-online-dating-in-2024/>

- Carlsmith, K. M., Wilson, T. D., & Gilbert, D. T. (2008). The paradoxical consequences of revenge. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(6), 1316–1324.
- Detikbali. (2025, Mei 22). *Pemuda Mataram gantung diri di kamar diduga karena putus cinta*. <https://www.detik.com/bali/nusra/d-7927734/pemuda-mataram-gantung-diri-di-kamar-diduga-karena-putus-cinta>
- Dihni, V. A. (2022). Mantan pacar, pelaku utama kekerasan terhadap perempuan di Ranah Personal. Databoks. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/06/21/mantanpacar-pelaku-utama-kekerasan-terhadap-perempuan-di-ranah-personal>
- Docherty, G. (2009). The effects of romantic dissolution on well-Being.
- Erik H. Erikson. *Identitas dan siklus hidup manusia*, Jakarta:Penerbit Gramedia, 1989.
- Enright, R. D. (2001). Forgiveness is a choice: A step-by-step process for resolving anger and restoring hope. American Psychological Association.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope. APA.
- Febriati, E., & Rahmasari, D. (2024). Hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada perempuan dewasa awal korban body shaming. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 491-505. doi.org/10.26740/cjpp.v11i1.61578
- Hafizhah, N. F., & Paramita, P. P. (2023). Peran kecerdasan emosional dan karakteristik individu terhadap stres pada individu dewasa awal yang mengalami putus cinta. *Jurnal Syntax Fusion*, 3(05), 444-462.
- Hidayati, B. M. R., & Fadhilah, T. N. (2021). Religiusitas dan kesejahteraan psikologis mahasiswa fakultas dakwah. *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences*, 2(3), 197-210. doi.org/10.33367/ijhass.v2i3.2276
- Hikmah, N., & Duryati, D. (2021). Hubungan antara fear of missing out dengan psychological well being pada mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 10414-10422. doi.org/10.31004/jptam.v5i3.2628

- Hill, C. T., Rubin, Z., & Peplau, L. A. (1976). Breakups before marriage: The end of 103 affairs. *Journal of Social issues*, 32(1), 147-168. doi.org/10.1111/j.1540-4560.1976.tb02485.x
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied psychology: health and well-being*, 1(2), 137-164. doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x
- Ingersoll-Dayton, B., Saengtienchai, C., Kespichayawattana, J., & Aungsuroch, Y. (2004). Measuring psychological well-being: Insights from Thai elders. *The Gerontologist*, 44(5), 596-604. doi.org/10.1093/geront/44.5.596
- Kalsum, S. (2023). Resiliensi pada dewasa awal pasca putus cinta. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 641-663.
- Kato, T. (2016). Effects of partner forgiveness on romantic break-ups in dating relationships: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 95, 185-189.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222. [/doi.org/10.2307/3090197](https://doi.org/10.2307/3090197)
- Kompas.com. (2025, 10 Maret). Putus cinta bikin gelap mata, pria tusuk mantan pacar di Thamrin City. Megapolitan. Diakses dari <https://megapolitan.kompas.com/read/2025/03/10/05392781/putus-cinta-bikin-gelap-mata-pria-tusuk-mantan-pacar-di-thamrin-city>
- Kurnia, A. A., Khumas, A., & Firdaus, F. (2023). hubungan antara self compassion dan psychological well being pada dewasa awal pasca putus cinta. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2(4), 712-722.
- Lewandowski Jr, G. W., & Bizzoco, N. M. (2007). Addition through subtraction: Growth following the dissolution of a low quality relationship. *The Journal of Positive Psychology*, 2(1), 40-54.
- Lubis, N. S. J., Adelia, D. R., Oksanda, E., & Nashori, F. (2023). Pemaafan dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yogyakarta. *Indonesian Journal of Psychological Studies (IJPS)*, 1(1), 1-12. [doi:10.30650/ijps.v1i1.3697](https://doi.org/10.30650/ijps.v1i1.3697)
- Media, H. J. D. (2024, April 1). Mahasiswa kampus di sleman gantung diri, tinggalkan surat putus cinta dengan kekasih. Retrieved June 9, 2024, from

Harianjogja.com

<https://jogjapolitan.harianjogja.com/read/2024/04/01/511/1169975/mahasiswa-kampus-di-sleman-gantung-diri-tinggalkan-surat-putus-cinta-dengan-kekasih>

McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of social and clinical psychology*, 19(1), 43-55.

McCullough, M. E., Worthington, E. L., & Rachal, K. C. (1997). *Interpersonal forgiving in close relationships*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321–336.

Nashori, F. (2011). Meningkatkan kualitas hidup dengan pemaafan. *Unisia*, (75), 214-226. doi.org/10.20885/unisia.vol33.iss75.art1

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Perkembangan manusia* (edisi ke-11, terj. Monika Anggreani). Jakarta: Salemba Humanika.

Pusvitasari, P., & Jayanti, A. M. (2020). Pemaafan dan kebahagiaan pada lansia. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(1). doi.org/10.17509/insight.v4i1.24598

Roberts, R. C. (1995). *Forgivingness*. *American Philosophical Quarterly*, 32(4), 289–306. Reprinted in C. Williams (Ed.), *Personal Virtues* (2005). London: Palgrave Macmillan.

Ryan, R.M., & Deci, D.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Reviews Psychol*, 52 (1), 141-66.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9, 13-39.

- Sbarra, D. A., & Emery, R. E. (2005). The emotional sequelae of nonmarital relationship dissolution: Analysis of change and intraindividual variability over time. *Personal Relationships*, 12(2), 213-232.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- Sprecher, S., Felmlee, D., Metts, S., Fehr, B., & Vanni, D. (1998). Factors associated with distress following the breakup of a close relationship. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(6), 791–809
- Siregar, E. Y., Nababan, E. M., Ginting, E. R., Nainggolan, B. A., Ritonga, D. L., & Nababan, D. (2022). Perlunya pembinaan terhadap dewasa awal dalam menghadapi tugas perkembangannya. *Lumen: Jurnal Pendidikan Agama Katekese Dan Pastoral*, 1(2), 16-22.
- Sorot.co. (2024, 28 Mei). Putus cinta, seorang pemuda di Gunungkidul nekat gantung diri. Sorot.co. <https://gunungkidul.sorot.co/berita-111001-putus-cinta-seorang-pemuda-di-gunungkidul-nekat-gantung-diri.html>
- Sugiarto, J. A., & Soetjiningsih, C. H. (2021). Dukungan sosial orang tua dan psychological well being pasca putus cinta pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi Konseling Vol*, 18(1).
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta: Bandung
- Susanto, R. S. Y., & Hartini, N. Hubungan antara pemaafan dengan kebahagiaan pada remaja yang memiliki orang tua bercerai.
- Tacasily, Y. O. M., & Soetjiningsih, C. H. (2021). Hubungan forgiveness dan psychological well-being pada mahasiswa yang pernah mengalami putus cinta. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2). doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34199
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ... & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality*, 73(2), 313-360.
- Toussaint, L., Worthington, E. L., & Williams, D. R. (2015). *Forgiveness and health: Scientific evidence and theories relating forgiveness to better health*. Springer.

Wells, I.E (2010). *Psychological Well-Being*. New York: Nova Science Publishers,inc

Widiastuti, Netty (2018) Hubungan antara empati dengan pemaafan pada mahasiswa. Skripsi thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Worthington, E. L., Jr., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology & Health*, 19(3), 385–405

Yuwanto, L. (2011). Reaksi Umum Putus Cinta. http://www.ubaya.ac.id/ubaya/articles_detail/24/Reaksi-Umum-Putus-Cinta.html