

DAFTAR PUSTAKA

- Arinandya, S. (2021). Gambaran Tingkat Stres Remaja Smp Pada Kondisi Pandemi Covid-19 Di Smp Islam Miftakhul Huda Pakis Aji Kabupaten Jepara. *UPT Perpustakaan UNW 2*, september, 1–23. <http://repository2.unw.ac.id/1525/>
- Artigas, L. and, & Jarero, I. (2014). The Butterfly Hug Method for Bilateral Stimulation. *Journal of EMDR. Practice & Research*, 3(4). <https://emdrresearchfoundation.org/toolkit/butterfly-hug.pdf>
- Arviani, H., Subardja, N. C., & Perdana, J. C. (2021). Mental Healing in Korean Drama “It’s Okay to Not Be Okay. *JOSAR (Journal of Students Academic Research)*, 6(3), 346–356. <https://doi.org/10.35457/josar.v7i1.1532>
- Astuti, A. W., Rosyid, F. N., & Subrata, S.A. (2024). Butterfly hug therapy on reducing anxiety levels and stabilization hemodynamics in patient digital subtraction angiography. *Medisains*, 22(1), 3. <https://org/10.30595/medisains.v22i1.21484>
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2020). Catalog : 1101001. *Statistik Indonesia 2020*, 1101001, 790. <https://www.bps.go.id/publication/2020/04/29/e9011b3155d45d70823c141f/statistik-indonesia-2020.html>
- Bariyyah Hidayati, K., & . M. F. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02). <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>
- Biro Umum dan Humas BKKBN. (2021). Remaja, Ingat Pahami Kesehatan Reproduksi Agar Masa Depan Cerah dan Cegah Penyakit Menular Seksual Kesehatan Reproduksi Agar Masa Depan Cerah dan Cegah Penyakit Menular Seksual. *Web@Bkkbn.Go.Id*, 1.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Girianto, P. W. R., Widayati, D., & Agusti, S. S. (2021). Butterfly Hug Reduce Anxiety on Elderly. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 8(3), 295–300. <https://doi.org/10.26699/jnk.v8i3.art.p295-300>
- Hanifuddin, I. M., & Cahyono, R. (2021). Hubungan antara Social Comparison dengan Self Esteem pada Alumni SMA/ sederajat Yang Menjalani Gap Year. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1). <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.27032>
- Hidayat, R. A., Nuryani, R., & Lindasari, S. W. (2023). Kecemasan siswa SMA terhadap perubahan seleksi SBMPTN menjadi SNBT tahun 2023. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(2).

- Tappana, J. (2022). *The Butterfly Hug & EMDR-Aspire Counseling*. <https://aspirecounselingmo.com/blog/the-butterfly-hug-resourcing-amp-bilateral-stimulasi-in-emdr>
- Jhonson, S. U., Ulvenes, P. G., Oktedalen, T., & Hoffart, A. (2019). *Psychometric Properties of the General Anxiety Disorder 7-item (GAD-7) Scale in a Heterogeneous Psychiatric Sample*. *Frontiers in psychology*, 10, 1713.
- Kemdikbud. (2022). *Sukseskan SNPMB 2023, Kemendikbudristek Gencar Sosialisasikan Mekanismenya ke Berbagai daerah 2023*. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog2022/12/sukseskan-snpmb-2023-kemendikbudristek-gencar-sosialisasikan-mekanismenya-ke-berbagai-daerah>
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf. In Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja (Issue Remaja)*.
- Kemnterian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Khasanah, S. M. R., & Mamnuah. (2021). *Tingkat Stres Berhubungan dengan Pencapaian Tugas Perkembangan pada Remaja*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1).
- Klaufus, L., Verlinden, E., van der Wal, M., Cuijpers, P., Chinapaw, M., & Smit, F. (2022). *Adolescent anxiety and depression: burden of disease study in 53,894 secondary school pupils in the Netherlands*. *BMC Psychiatry*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03868-5>
- Lauditta, A. E., & Ariana, A. D. (2021). *Hubungan antara Efikasi diri dengan Kecemasan dalam menghadapi Ujian SBMPTN pada Siswa SMA*. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2). <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.29053>
- Lazzaroni, E., Invernizzi, R., Fgliato, E., Pagani, M., & Maslovaric, G. (2021). *Coronavirus Disease 2019 Emergency and Remote Eye Movement Desensitization and Young Adults : Overcoming Lockdown With the Butterfly Hug*. *Frontiers in Psychology*, 12 (August).
- Muyasaroh, H. (2020). *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19*. *LP2M UNUGHA Cilacap*, 3. <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
- Naspuhah, M., Saprudin, A., Heriana, Y., (2022) *Terapi Butterfly Hug Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Tahun 2022*.
- Nugraha, O. N. R. A. C., Fadiya, A., Pratiwi, D. M., Muliyani, S. M., & Syah, M. E. (2022). *Eye Movement Desentization And Reprocessing (EMDR) Sebuah Teknik Terapi Guna Menangani Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) Di Tengah Melonjaknya Kasus Pemerkosaan*.

- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Keperawatan* Jakarta: Salemba Medika.
- Pandia, V., Noviandhari, A., Amelia, I., Hidayat, G. H., Fadlyana, E., & Dhamayanti, M. (2021). Association of Mental Health Problems and Socio-Demographic Factors Among Adolescents in Indonesia. *Global Pediatric Health*, 8(28). <https://doi.org/10.1177/2333794X211042223>
- Pristianto, A., Tyas, R. H., Muflikha, I., Ningsih, A. F., Vanath, I. L., & Reyhana, F. N. (2022). Deep Breathing dan Butterfly Hug: Teknik Mengatasi Kecemasan Pada Siswa MAN 2 Surakarta. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 36–46. <https://doi.org/10.53624/kontribusi.v3i1.127>
- Putri, D. M. B. S., Adiputra, L. M. I. S. H., Tirtayasa, K., & Juhanna, I. V. (2022). Gambaran tingkat kecemasan dalam menghadapi UTBK SBMPTN pada calon mahasiswa baru angkatan 2020/2021 di Denpasar. *Intisari Sains Medis*, 13(3). <https://doi.org/10.15562/ism.v13i3.1506>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1). <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sari, R. P., Sherly, E., & Ruminem. (2021). Artikel Penelitian The Anxiety of School Children of 6-12 Years Old With Leukimia Through Chemotherapy In The Melati Room Abdul Wahab Sjahranie Hospital Samarinda. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 4 (1), 11-20.
- Schoninger, H. (2022). *Butterfly hugs, rainbow btrething and more ways to combat stress in minutes*. 2022. <https://www.today.com/health/mind-body/butterfly-hug-rainbow-brething-relieve-stress-anxiety-rcna24055>.
- Sudaryat, G.G., Nuripah, G., & Alie, I. R (2020). Gambaran tingkat kecemasan siswa SMA Negeri 12 Bandung sebelum menghadapi ujian SBMPTN tahun ajaran 2018-2019. *Prosiding Pendidikan Dokter*, 6 (1), 123-126
- Sugiono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kuratif, dan R&D*. Bandung:Alfabeta, CV
- Stuart. (2013)*Keperawatan Jiwa Edisi 5. Jakarta: EGC*.
- Stuart, G. W. (2016). Prinsip dan Praktik Keperawatan Jiwa Stuart Buku 1. *Prinsip Dan Praktik Keperawatan Jiwa Stuart Buku 1*, 2(September).
- Sulistyowati, R. (2023). *Badan Pusat Statistik (BPS), 2023, Kota Bogor Dalam Angka 2023*. 42.
- Sutejo. (2019) *Keperawatan Kesehatan Jiwa . Yogyakarta : Pustaka Baru Press*.
- Sutejo. (2018). Keperawatan Jiwa, Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa dan Psikososial. In *Pustaka Baru Press*(Issue)

- Terry Hurley. (2018). Mengaktifkan Sistem Saraf Parasimpatis Untuk Mengurangi Stress Dan Kecemasan. 2018. <https://canyovista.com/blog/activating-parasympatheic-nervous-system>.
- Tumanggor, R. D., Siregar, Y. D., Jiwa D.K., Komunitas, D., & Keperawatan, F. (2021). Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19*,6(2).
- Wang, L., Yeerjiang, Y., gao, H. f., Pei, J F., Zhang, R. X., & Xu, W. H. (2020). Self-reported anxiety level and related factors in senior high school student in China during the outbreak of coronavirus diasease 2019. *Journal of affective Disorders*, 301 (january), 260-267. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.01.056>
- WHO. (2018). Adolescent Health in the South-East Asia Region. *World Health Organisation*.
- WHO. (2021). *Mental health of adolescents*. WHO. <https://www-who-int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health?>
- Wulandari, A. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2.
- Zalsa Dwi Ramdhani, & Siti Rahmah Soleman. (2023). Penerapan Teknik Butterfly Hug Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia Di Panti Usia Lanjut 'Asyiyah Surakarta. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 3(3), 186-193.<https://doi.org/10.55606/jikki.v3i3.2173>