

DAFTAR PUSTAKA

Buku:

- Al-Ghazali, I. (1984). *Ihya Ulumuddin Bab Ajaibul Qolbi Terj. Ismail Yakub. Jilid 4*. Jakarta: Tirta Mas.
- Barthes, R. (1990). *Imaji Musik Teks*. Yogyakarta: Jalasutra.
- Barthes, R. (2006). *Membedah Mitos-Mitos Budaya Massa : Semiotika atau Sosiologi Tanda, Simbol, dan Representasi*. Yogyakarta: Jalasutra.
- Berger, Arthur Asa. (2010). *Tanda-Tanda dalam Kebudayaan Kontemporer* Yogyakarta: Tiara Wacana
- Budiman, Kris. 2011. *Semiotika Visual Konsep Isu dan problem Ikonisitas*. Yogyakarta : Jalasutra
- Carr, A. (2004). *The Science of Happiness and Human Strength*. New York: Brunner-Routledge.
- Compton, W. (2005). *Introduction to Positive Psychology*. United States: Thompson.
- Danesi, Marcel. (2012). *Pesan, Tanda dan Makna. Buku Teks Dasar Mengenai Semiotika dan Teori Komunikasi*. Yogyakarta: Jalasutra
- Daradjat, Z. (1982). *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*. cet. IV. Jakarta: Bulan Bintang.
- Hawari, D. (2005). *Dimensi Religi dalam Praktek Psikiatri dan Psikologi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- McQuail, Denis. (2011). *Teori Komunikasi Massa Mcquail Edisi 6 – Buku 2*. Jakarta: Selemba Humanika
- Djohan. 2003. *Psikologi Kegelapan*. Yogyakarta : Buku Baik
- George, Ritzer. (2009). *Sosiologi Ilmu Pengetahuan Berparadigma Ganda, Terjemahan Alimandan*. PT Raja Grafindo Perkasa, Jakarta
- Krisyanto, R. (2004). *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana Predana Group.
- Lustyantie, N. (2012). *Pendekatan Semiotik Model Roland Barthes Dalam Karya Sastra Prancis*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.

- Moleong, j, Lexy. (2006). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. RemajaRosdakarya.
- Mulyana, D. (2005). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Rakhmat, Jalaludin. 2004. *Metode Penelitian Komunikasi*. Bandung : Rosdakarya
- Sarmadi, S. (2018). *Psikologi Positif*. Yogyakarta: Titah Surga.
- Sangadji, E. M. (2010). *Metodologi Penelitian Pendekatan Praktis*. Yogyakarta: Andi.
- Satiadarma dan Roswiyani. (2004). *Cerdas dengan Musik*. Jakarta:Puspa Swara.
- Sobur, A. (2013). *Semiotika Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Solso, R.L., dkk. (2007). *Psikologi Kognitif*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Sunarto dan Hermawan. (2011). *Mix Methodology Dalam Penelitian Komunikasi* Jakarta: ASPIKOM
- Sujanto, A. (2004). *Psikologi Umum*. Jakarta: PT Bumi Aksara.Solso, R., dkk. (2007). *Psikologi kognitif*. (Ed. Ke-8). Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif,Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Jurnal / Tesis / Skripsi:

- Agoes Dariyo. 2016. *Peran Self Awareness dan Ego Support Terhadap Kepuasan Hidup Remaja Tionghoa*. Jurnal Psikodimensia Vol. 15
- Fridayanti. (2013). *Pemaknaan Hidup (meaning in life) dalam kajian Psikologi*.
- Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). *What (and why) is positive psychology? Review of General Psychology*, 103–110.
- Herawati, I., Nugroho, S., & Arief, Y. (2018). *Adversity Quotient Ada Profesor. An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*, 43-56, Vol. 12, No 1.
- Heintzelman, S.J & King, L.A.(2014). *Life Is Pretty Meaningful*. *AmericanPsychologist*, 69 (6),561–574
- Hikmah, A. (2009). *Konsep Jiwa yang Tenang Menurut Al-Quran*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.

- Ihwan Susila. (2015). Pendekatan Kualitatif Untuk Riset Pemasaran Dan Pengukuran Kinerja Bisnis, *Benefit Jurnal Manajemen dan Bisnis*, Vol :19, No: 1 : 12-23
- Ilyas, R. (2017). Zikir dan Ketenangan Jiwa: Telaah atas Pemikiran Al-Ghazali. *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 90-106, Vol. 8, No. 1.
- Knobloch, S., & Zillmann, D. (2002). Mood management via the digital jukebox. *Journal of Communication*
- Kumala, O. D., Kusprayogi, Y., & Nashori, F. (2017). Efektivitas Pelatihan Dzikir dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa pada Lansia Penderita Hipertensi. *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 55-66, Volume 4, Nomor 1.
- Lustyantie, N. (2012). *Pendekatan Semiotik Model Roland Barthes Dalam Karya Sastra Prancis*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Mentari Aulia Oktaviani, Alifah Safinah Rahmi, Haidatul Husnul Khatimah, Mona Oktaviana Nur, Hairani Lubis. 2016. *Musik Kejien Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan, Stres, Dan Depresi*. *Jurnal Psikostudia Universitas Mulawarman*
- Putri, A. W., Wibhawa, B., & Gutama, A. S. (2014). Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental). *Prosiding KS: Riset & PKM*, Volume: 2 (pp. 252-258). Bandung: Universitas Padjajaran.
- Ramadhani, J. (n.d.). *Psikologi Positif dalam Penerapan Self Awareness dan Dukungan Sosial Pada Kebersihan Lingkungan Sehari-hari*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Revandhika Maulana. 2017. *Representasi Jihad Dalam Lirik Lagu Purgatory – Downfal The Battle Of Uhud*. Skripsi. Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Serang
- Rahadian Yuniar Prakasa. 2011. *Pemaknaan Lirik Lagu "Tendangan Dari Langit" Dari Group Band Kotak*. Skripsi. UPN "Veteran" Jatim.
- Sulaiman. (2018). Paradigma dalam Penelitian Hukum, *Kanun Jurnal Ilmu Hukum*, Vol.20, No.2
- Tarwalis. (2017). *Dampak Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Kasus di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar)*. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Thomasson, A. (2006). Self Awareness and Self Knowledge. *Psyche*, 1-15.

Non Buku/Internet:

Fikroti, A. D. (2017, Juni 13). Terjebak dalam Labirin Pikiran. Diambil kembali dari Pijar Psikologi: <https://pijarpikologi.org/terjebak-dalam-labirin-pikiran-2/>

Gunarsa, A. K. (2012, 05 20). Tenangkanlah Hatimu. Retrieved from muslim.or.id: <https://muslim.or.id/9222-tenangkanlah-hatimu.html>

Hermawan, A. (2007, Desember 31). Mitos Dan Bahasa Media: Mengenal Semiotika Roland Barthes. Retrieved from <Http://Abunavis.wordpress.com/2007/12/31/Mitos-Dan-Bahasa-Media-Mengenal-SemiotikaRoland-Barthes/>

<https://greatmind.id/contributor/kunto-aji>

<https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas-2018.pdf>

<https://kesmas.kemkes.go.id>

<https://kominform.go.id/content/detail/15820/siaran-pers-no-01hmkominform012019>

<https://www.kompas.com/tren/read/2019/10/13/100000265/merefleksikan-joker-3-1-dari-10-orang-indonesia-alami-gangguan-jiwa?page=all>

https://id.wikipedia.org/wiki/Kunto_Aji

Melodies, R. (2019, Desember 16). *The Science Behind Solfeggio Frequencies*. Diambil kembali dari Relax Melodies: <https://www.relaxmelodies.com/blog/science-behind-solfeggio-frequencies/>

Pasaribu, R. (2012). *Manusia dan Harapan*. Retrieved from Mr. Rows Namoura Coffee: <https://rowlandpasaribu.files.wordpress.com/2012/10/bab-10-manusia-dan-harapan.pdf>

Wijaya, Y. D. (2019, Februari). *Kesehatan Mental di Indonesia : Kini dan Nanti*. <https://buletin.jagaddhita.org/media/276147-kesehatan-mental-di-indonesia-kini-dan-n-b871dafa.pdf>