

## DAFTAR PUSTAKA

- Adelar, Shinto B.; Saragih, S. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja / John W. Santrock Edisi 6*. Erlangga.
- Ajzen, I. (1988). *Attitudes, personality, and behavior*. University Press.
- Ajzen, I. (1991a). *Prediction of Leisure Participation from Behavioral, Normative, and Control Beliefs: An Application of the Theory of Planned Behavior*. 13, 185–204.
- Ajzen, I. (1991b). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179–211. <https://doi.org/10.4135/9781446249215.n22>
- Ajzen, I. (1991c). The Theory of Planned Behavior Organizational Behavior and Human Decision Processes. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
- Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: The development or interpersonal relationship*. Holt, rinehart & Winston.
- Andarini, S. R., & Fatma, A. (2013). Hubungan Antara Distress Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Talenta Psikologi*, II(2), 159–180.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Arnett, J. J., Ramos, K. D., & Jensen, L. A. (2001). Ideological Views in Emerging Adulthood: Balancing Autonomy and Community. *Journal of Adult Development*, 8(2), 69–79. <https://doi.org/10.1023/A:1026460917338>
- Arnett, J. L. (2011). The Mythic Reality of the Autonomous Individual Editorial. *Zygon*, 46(1), 105–110.
- Asiyah, N. (2013a). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 108–121.
- Asiyah, N. (2013b). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 108–121. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.98>
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 2)*. Pustaka Belajar.
- Bo'a, F. Y. (2020). *Belajar Menelanjangi Diri Sendiri (Catatan-catatan tentang*

*Aku, Kamu dan Peradaban Kita*). Pustaka Belajar.

- Bungin, P. D. H. M. B. (2005). *Metodologi Penelitian Kuantitatif. Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-ilmu Sosial Lainnya* (Edisi 2). Kencana.
- Covey, S. R. (1997). *The 7 habits of highly effective people; allih bahasa Budijanto*. Binarupa Aksara.
- Damanik, E. D. (2006). *Damanik Indonesian translation - Reliability* (pp. 1–9).
- Danim. (2003). *Riset Keperawatan; Sejarah Dan Metodologi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Dewi, A. A. A., & Valentina, T. D. (2013). Hubungan Kelekatan Orangtua-Remaja dengan Kemandirian pada Remaja di Smkn 1 Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 181–189. <https://doi.org/10.24843/jpu.2013.v01.i01.p18>
- Drapeau, A., Marchand, A., & Beaulieu-Prevost, D. (2012). Epidemiology of Psychological Distress. *Mental Illnesses - Understanding, Prediction and Control*. <https://doi.org/10.5772/30872>
- Fikry, Z., & Rizal, G. L. (2018). Hubungan Otonomi Dalam Pengambilan Keputusan Karir Terhadap Kebimbangan Karir Pada Mahasiswa Strata-1 Di Kota Padang. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 9(2), 213. <https://doi.org/10.24036/rapun.v9i2.102217>
- Fischer, E. H., & Turner, J. L. (1970). Orientations to Seeking Professional Help: Development and Research Utility of an Attitude Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35, 79–90.
- Gunarsa, Y. S. D. (2002). *Asas-Asas Psikologi “Keluarga Idaman.”* PT BPK Gunung Mullia.
- Hartati, N., & Nurdin. (2019). *Metodologi Penelitian Sosial*. Media Saahabat Cendekia.
- Hawari, D. (2001). *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Balai Penerbit FKUI.
- Hendarto, W. T., & Ambarwati, K. D. (2020). Perfeksionisme dan Distres Psikologis pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 11(2), 148–159. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/index>
- Hutahaean, B. S. H., & Sumampouw, N. E. J. (2019). Pelatihan Peningkatan Self-Esteem pada Mahasiswa Universitas Indonesia yang Mengalami Distres Psikologis. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 9(2), 1–18.

<https://doi.org/10.35814/mindset.v9i02.728>

- Hutapea, C. D. A., & Mashoedi, S. F. (2019). *Hubungan antara Optimisme dan Distres Psikologis pada Emerging Adults Miskin di DKI Jakarta (The relationship between Optimism and Psychological Distress of Poor Emerging Adults in Jakarta)*. *10*(2), 87–103.
- Iser, M. (2013). *Recognition*.
- Islamia, I., Sunarti, E., & Hernawati, N. (2019). *Tekanan Psikologis dan Kesejahteraan Subjektif Keluarga di Wilayah Perdesaan dan Perkotaan*. *2*(1), 91–100.
- Jourard, M. S. (1964). *The Transparent Self: Self Disclosure and Well-Being*. Van Nostrand Reinhold Company.
- Kemendes RI. (2019). Pentingnya Peran Keluarga, Institusi dan Masyarakat Kendalikan Gangguan Kesehatan Jiwa. *Kemendes RI*, 1–2. <https://www.kemkes.go.id>
- Lazarus, R. (1993). From Psychological Stress to The Emotion: A History of Changing Outlooks. *Annual Review of Psychology*, *44*, 1–21.
- Lestari, W., & Wardani, Y. F. (2014). *Stigma dan penanganan penderita gangguan jiwa berat yang dipasung*. *2*(17), 157–166.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scale (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, *33*(3), 335–343.
- LumonggaLubis, D. N. (2016). *Depresi; Tinjauan Psikologis* (1st ed.). Kencana.
- Manderson, L., Warren, N., & Markovic, M. (2008). Circuit breaking: Pathways of treatment seeking for women with endometriosis in Australia. *Qualitative Health Research*, *18*(4), 522–534. <https://doi.org/10.1177/1049732308315432>
- Marpaung, J. (2016). Counseling Approach Behaviour Rational Emotive Therapy in Reducing Stress. *Kopasta: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, *3*(1), 23–31. <https://doi.org/10.33373/kop.v3i1.263>
- Masuda, A., Suzumura, K., Beauchamp, K. L., Howells, G. N., & Clay, C. (2005). United States and Japanese college students' attitude toward seeking professional psychological help. *International Journal of Psychology*, *40*(5), 303–313.
- Matthews, G. (2007). *Distress* (Revised E). Elsevier Inc.

- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2003). *Social Causes of Psychological Distress*
- Monks, F. J., A.M.P., Knoers, & Haditono, S. R. (2006). No Title. In *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Gadjah Mada University Press.
- Muzni, A. I., & Wicaksono, A. S. (2015). *Pola Komunikasi Konstruktif Mahasiswa Saat Menghadapi Tekanan Psikologis dalam Penyelesaian Tugas Akhir*. 3(1), 107–123.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal Jilid 1*. Erlangga.
- Nurhayati, S. R. (2013a). Sikap dan intensi mencari bantuan dalam menghadapi masalah. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 18(1), 92–100. <https://media.neliti.com/media/publications/18175-ID-sikap-dan-intensi-mencari-bantuan-dalam-menghadapi-masalah.pdf>
- Nurhayati, S. R. (2013b). Sikap Dan Intensi Mencari Bantuan Dalam Menghadapi Masalah. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 18(1), 92–100. <https://media.neliti.com/media/publications/18175-ID-sikap-dan-intensi-mencari-bantuan-dalam-menghadapi-masalah.pdf>
- Obasi, E. M., & Leong, F. T. L. (2009). Psychological Distress, Acculturation, and Mental Health-Seeking Attitudes Among People of African Descent in the United States: A Preliminary Investigation. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 227–238. <https://doi.org/10.1037/a0014865>
- Puri, I. R., & Hartati, S. (2016). *Bantuan Pada Anggota Komunitas Backpackers Regional Yogyakarta - Jawa Tengah*. 5(April), 385–390.
- Putri, A. F. (2019). *Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya*. 3, 35–40.
- Rasyida, A. (2019). Faktor yang menjadi hambatan untuk mencari bantuan psikologis formal di kalangan mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 193–207. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2586>
- Reifman, A., Arnett, J. J., & Colwell, M. J. (2007). Emerging Adulthood: Theory, Assessment and Application. *Journal of Youth Development*, 2(1), 37–48. <https://doi.org/10.5195/jyd.2007.359>
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. V. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. Publication Details. *Australian E-Journal for the Advancement of Mental Health*, 4(3), 34.



[www.auseinet.com/journal/vol4iss3suppl/rickwood.pdf](http://www.auseinet.com/journal/vol4iss3suppl/rickwood.pdf)

- Rickwood, D. J., & Braithwaite, V. A. (1994). Sosial-Psychological Factors Affecting Help-Seeking For Emotional Problems. *Sosial Science & Medicine*, 4(39), 563–572.
- Rickwood, D., & Thomas, K. (2012). Conceptual measurement framework for help-seeking for mental health problems. *Psycholgy Research and Behavior Management*, 5, 173–183.
- Rini, A. R. P. (2012). Kemandirian Remaja Berdasarkan Urutan Kelahiran. *Jurnal Pelopor Pendidikan*, 3(1), 61–70. <http://www.stkipgrismmp.ac.id/jurnal-pelopor-pendidikan-2/>
- Ritonga, I. L., Manurung, S. S., & Tan, H. (2019). *Menciptakan Transformasi Organisasi melalui Kepemimpinan dan Organisasi Belajar* (J. Simarmata (ed.)). Yayasan Kita Menulis.
- Sa'diyah, R. (2017). Pentingnya Melatih Kemandirian Anak. *Kordinat*, 16(1), 31–46.
- Santrock, J. W. (2002). *Adolescence: perkembangan Remaja* (6th ed). Erlangga.
- Saputra, D. (2019). Penerapan Art Therapy Untuk Mengurangi Perilaku Menyakiti Diri Sendiri (Self-Injurious Behavior) Pada Dewasa Muda yang Mengalami Distress Psikologis. *Jurnal ilmiah Psikologi*, 10(1), 26–40.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons Inc.
- Selye, H. (1957). *Stress*.
- Septiani, A. N., Wuryaningsih, E. W., & Kurniyawan, E. H. (2019). Gambaran Distres Psikologis pada Petani Tembakau Di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember. *E-Journal Pustaka Kesehatan*, 7(3).
- Setiawan, J. L. (2006). Willingness to seek counselling, and factors that facilitate and inhibit the seeking of counselling in Indonesian undergraduate students. *British Journal of Guidance & Counselling*, 34(3).
- Setiawan, R. (2012). Keyakinan-keyakinan Utama Mahasiswa Pengguna Mobil ke Kampus. *Jurnal Transportasi*, 12(2), 113–122.
- Steinberg, L. (2013). *Laurence Steinberg-Adolescence-McGraw-Hill Education (2013)* (Tenth Edit). McGraw-Hill.

- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif* (Sutopo (ed.); Edisi 2). Alfabeta.
- Suharnan. (2012). Pengembangan Skala Kemandirian. *Jurnal Psikologi Persona*, 1(2).
- Syafitri, D. U. (2021). Behavior Seeking Psychological Assistance to Students of Sultan Agung Islamic University Semarang: Perilaku Mencari Bantuan Psikologis Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1), 1–8.
- Syafitri, D. U., & Kusumaningsih, L. P. S. (2021). Sikap terhadap bantuan psikologis (tatap muka dan daring) ditinjau dari penyembunyian diri, harapan pengungkapan, dan stigma diri pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 9(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v9i1.14151>
- Thompson, A., Hunt, C., & Issakidis, C. (2004). Why wait? Reasons for delay and prompts to seek help for mental health problems in an Australian clinical sample. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 39, 810–817.
- Wafiq, A. A. (2019). *Hubungan Antara Mindfulness Dengan Distres Psikologis Pada Penyandang Diabetes Melitus Tipe Ii Skripsi*. 40–43.
- Warsito, L. I. S. S. H. (2013). Perbedaan Tingkat Kemandirian dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantauan Suku Batak Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Character-Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 1–6.
- Widjono. (2007). *Bahasa Indonesia: Mata Kuliah Pengembangan Kepribadian di Perguruan Tinggi*. PT Grasindo.
- Wilson, C. J., Rickwood, D. J., Bushnell, J. A., Caputi, P., & Thomas, S. J. (2011). The effects of need for autonomy and preference for seeking help from informal sources on emerging adults' intentions to access mental health services for common mental disorders and suicidal thoughts. *Advances in Mental Health*, 10(1), 29–38. <https://doi.org/10.5172/jamh.2011.10.1.29>
- Zuchdi, D. (1995). *Pembentukan Sikap*. November, 51–63.