

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, Iman Yazid, Dedah Ningrum, Rafika Rosyda, and Dewi Dolifah. "Gambaran Tingkat Citra Tubuh Remaja Pertengahan (Middle Adolescent) Pada Usia 16-18 Tahun Siswa." *Jurnal Ners Universitas Pahlawan* 7, no. 2 (2023): 1694.
- AD, Yahya, and Megalia Megalia. "Pengaruh Konseling Kognitif Behavior Therapy (CBT) Dengan Teknik Self Control Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017." *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 3, no. 2 (2017): 135. <https://doi.org/10.24042/kons.v3i2.561>.
- Agung Widhi Kurniawan, Zarah Pspitaningtyas. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Edited by Agyng WKurniawan. Pandiva Buku, 2016.
- Ahmad Yusuf, Haslinda. "IMPLEMENTASI TEKNIK SELF TALK UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 1 PANGKEP." *Dikdas Matapa Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar* 2, no. 1 (2019): 161.
- Ajhuri, Kayyis Fithri. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Lukman. Yogyakarta: Penebar Media Pustak, 2019.
- Amanullah, Akhmad Syah Roni. "Pendekatan Konseling Kognitif Perilaku." *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 3, no. 1 (2019): 8–9.
- Amodeo, John. "What It Really Means to Love Yourself." *Psychology Today*, 2015. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/intimacy-path-toward-spirituality/201510/what-it-really-means-love-yourself>.
- Arsini, Yenti. "Mengembangkan Sikap Self Love Melalui Konten Media Sosial Terhadap Mentalitas Kalangan Remaja." *Journal of Student Research (JSR)* 1, no. 1 (2023): 272.
- Fajriyah, Munadziratul. "Self-Love Pada Santriwati Penghafal Al-Qur'an Di PPTQ Darul Muftadi-Aat Kediri," 2020, 21–24. <http://etheses.iainkediri.ac.id/id/eprint/4370>.
- Fatmawaty, Riryn. "Memahami Psikologi Remaja." *Jurnal Reforma* 2, no. 1 (2017): 56. <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>.
- Iman Yazid Abdillah, Dedah Ningrum, Rafika Rosyda, Dewi Dolifah. "Psikologi

- Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.” *Jurnal Ners* 7 (2023): 1664.
- JASMINE, KHANZA. “Teori Perkembangan Remaja Slameto.” *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu*, 2014, 10–41.
- Kadir, Kadir. *Satistika Terapan: Konsep, Contoh Dan Analisis Data Dengan Program SPPSS/Lisrel Dalam Penelitian*. Nucl. Phys. Vol. 13, 2015.
- Kementrian Agama Reipublik Indonesia. “Qur’an Kemenag.” CV Diponogoro, 2013. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/95?from=4&to=4>.
- King, Vex. *Good Vibes, Good Life*. Tangerang Selatan: Pt Bentara Aksara Cahaya, 2018.
- Mutiwasekwa, Sarah-Len. “Self-Love.” *Psychology Today*. Accessed November 2, 2023. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-upside-things/201911/self-love>.
- Na, D E Conduto, and Crise Hipertensiva. “PENGARUH COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY (CBT) PADA PENINGKATAN HARGA DIRI REMAJA: LITERATURE REVIEW.” *Keperawatan Komprehensif* 7 (2021): 32.
- Prabandari, Ni Putu Diah, I Made Sukarja, and Ni Luh Gde Maryati. “Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Terhadap Post Traumatic Stress Disorder (Ptd) Pada Pasien Post Kecelakaan Lalu Lintas Di Rsup Sanglah Denpasar.” *COPING NERS (Community of Publishing in Nursing)* 3, no. 2 (2015): 22.
- Prof. Dr. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2022.
- Psy.D., Deborah Khoshaba. “A Seven-Step Prescription for Self-Love.” *Psychology Today*, 2012. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/get-hardy/201203/seven-step-prescription-self-love?amp>.
- Rahmadaningtyas, Febryanita, and Herlan Pratikto. “Efektivitas Self Talk Therapy Pada Perilaku Self Injury.” *Jurnal BK Pendidikan Islam* 1, no. 2 (2020): 9–20.
- Res, Sadarilah Ada. “The Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy: A Review of Meta-Analyses.” *National Libray of Medicine*, 2012. <https://doi.org/10.1007/s10608-012-9476-1>.
- Rika Widianita, Dkk. “Self-Love Dalam Perspektif Islami: Menjaga Kesehatan Mental Dan

- Mengoptimalkan Potensi.” *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam* VIII, no. I (2023): 1–19.  
<https://ejournal.uinfabengkulu.ac.id/index.php/nuansa/article/download/4047/3248>.
- Rizky, Muhammad, and Yeni Karneli. “Efektifitas Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Untuk Mengatasi Depresi.” *Jurnal Literasi Pendidikan* 1, no. 2 (2022): 273–74.  
<https://journal.citradharma.org/index.php/eductum/indexDOI:https://doi.org/10.56480/eductum.v1i2.748%0Ahttps://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.
- Ryan, Cooper, and Tauer. “Penerapan Teknik Self Talk Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa.” *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 2020, 23.
- SA’AD, SUADI. *BUKU PEDOMAN PENULISAN KARYA ILMIAH Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun Anggaran 2021*. Tim revisi. Serang: Rektor Dekan Fakultas Dakwah, 2021.
- Sadha Timorora P, Sri Hartati, Nailul Fauziah. “HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA TAHUN PERTAMA SMA KRISTA MITRA SEMARANG.” *Jurnal Psikologi* 1 (2012): 52.
- Saputra, Dwi Karunia, and Dian Ratna Sawitri. “Pola Asuh Otoriter Orang Tua Dan Agresivitas Pada Remaja Pertengahan Di Smk Hidayah Semarang.” *Jurnal Empati* 4, no. 4 (2015): 321.
- Setia Asyanti., SPsi., M.Si., Psikologi. *Cognitive Behavior Therapy Teori Dan Aplikasi*. Rininta Ra. Surakarta: Muhammadiyah University Press, 2019.
- Shanon Martin, DSW, LCSW. “Pentingnya Self-Love Dan Cara Menerapkannya.” *Psychology Today*, 2023. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/conquering-codependency/202306/the-power-of-self-love>.
- Suryana, Ermis, Amrina Ika Hasdikurniati, Ayu Alawiya Harmayanti, and Kasinyo Harto. “Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan.” *Jurnal Ilmiah Mandala Education* 8, no. 3 (2022): 1917–28.  
<https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>.
- Viera Valencia, Luis Felipe, and Dubian Garcia Giraldo. “Cognitive–Behavioural Therapies for Children and Adolescents.” *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 2 (2019): 1–39.

Yanti, Karmila, Fakultas Dakwah, D A N Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-raniry, and Banda Aceh. “Analisis Fungsi Self-Talk Dalam Merasionalkan Pikiran Negatif,” 2023, 35–38. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/30430/>.