

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, S., Hitipeuw, I., & Mappiare, A. (2019). Keefektifan teknik expressive writing untuk mereduksi emosi negatif siswa SMA. *Jurnal Pendidikan*, 4(1), 36–39. <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/article/view/11849>
- Baikie, K. A. & W. (2018). *Emotional and physical health benefits of expressive writing*. Cambridge University Press.
- Danarti, N. K., Sugiarto, A., & Sunarko. (2018). Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Depresi, Cemas, dan Stres. *Journal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 1(1), 48–61.
- Fikri, H. T. (2012). Pengaruh Menulis Pengalaman Emosional Dalam Terapi Ekspresif Terhadap Emosi Marah Pada Remaja. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(2). <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.339>
- Hasyim et al. (2018). Jurnal psikologi. *Jurnal Psikologi*, 43(3), 248 – 263. <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/17801/15824>
- King, L. A. (2012). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiasi Buku 2*. Salemba Medika.
- Komalasari, K. (2011). *Pembelajaran Konstektual Konsep dan Aplikasi*. PT. Refika Aditama.
- Lovheim, H. (2012). A new three-dimensional model for emotions and monoamine neurotransmitters. *Medical Hypotheses*, 78, 341–348.
- Maulida, N. H., Annatagia, L., Indonesia, U. I., & Injury, S. (2019). Terapi menulis ekspresif untuk menurunkan depresi pada remaja yang melakukan self injury. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 4(1), 74–88. <https://jurnal.ipkindonesia.or.id/index.php/jpki/article/view/jpki-4-1-2019-74>
- Niles, A. N., Haltom, K. E., Mulvenna, C. M., Lieberman, M. D., & Stanton, A. L. (2014). Effects of Expressive Writing on Psychological and Physical Health: The Moderating Role of Emotional Expressivity. *Anxiety Stress Coping*, 27(1), 1–19. <https://doi.org/10.1080/10615806.2013.802308>.Effects
- Nursalam, M. (2020). *Penulisan Literatur Review dan Systematic Review pada Pendidikan Keperawatan/ Kesehatan* (D. Priyantini (ed.); 1st ed.). Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Pennebaker, J.W., & S. J. . (2016). *Opening up by writing it down: How Expressive Writing Improves Health and Eases Emotional Pain*. The Guilford Press.
- Qonitatin, N. (2011). Pengaruh Katarsis dalam Menulis Ekspresif sebagai Intervensi

- Depresi Ringan pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, 9, 1.
- Riska okty saputry, anis prabowo, W. (2019). Pengaruh terapi menulis ekspresif terhadap penurunan stress pada remaja. *Jurnal Diii Keperawatan Its Pku*. <http://repository.itspku.ac.id/120/>
- Rohmadani, Z. V. (2017). Relaksasi dan Terapi Menulis Ekspresif sebagai Penanganan Kecemasan pada Difabel Daksa. *Journal of Health Studies*, 1, 1.
- Saputri, R. O., Prabowo, A., & Wijayanti. (2019). Pengaruh terapi menulis ekspresif terhadap penurunan stress pada remaja. *Jurnal Diii Keperawatan Its Pku*.
- Sarwono, S. W. (2011). Psikologi Remaja. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). Rajagrafindo Persada.
- Smk, A., & Kutorejo, P. (2014). *Hubungan Penggunaan Terapi Ekspresif dengan Pengungkapan Emosi Marah pada Remaja SMK Pemuda Kutorejo Relation the Use of Expressive Therapy with Disclosure of Angry Emotion in.* 139–143.
- Soetjiningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. SagungSeto.