

## DAFTAR PUSTAKA

- Alimul Hidayat, A. A. (2009). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- American Music Therapy Association. (2019). *What is music therapy?* AMTA. <https://www.musictherapy.org/about/musictherapy/>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- Andani, Y., Effendy, C., Sutanto, A., & Suwandi, T. (2025). Effects of traditional music therapy on the psycho-neuro-immuno-endocrine aspect of burnout syndrome: A randomized controlled trial. *Journal of Integrative and Complementary Medicine*, 31(2), 87–95. <https://doi.org/10.1089/jicm.2025.0030>
- Anwas, O. M. (2013). *Pemberdayaan masyarakat di era global*. Alfabeta.
- Anggraini, R., & Fitriana, I. (2020). Kecemasan sosial pada remaja ditinjau dari faktor budaya dan lingkungan. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 123–134. <https://doi.org/10.22146/jpsi.2020.18.2>
- Astuti, D. N. (2025). Gambaran pelayanan promotif fisioterapi di Puskesmas: Upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. *Jurnal Terapi Wicara dan Bahasa*, 3(2), 336–343.
- Azwar, A. (2010). *Pengantar administrasi kesehatan*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Bradt, J., & Dileo, C. (2022). Music interventions for anxiety and stress reduction in young people: A systematic review. *Journal of Music Therapy*, 59(3), 256–278.
- Bruscia, K. E. (1998). *Defining music therapy* (2nd ed.). Barcelona Publishers.
- Bunt, L. (1994). *Music therapy: An art beyond words*. London: Routledge.
- Citasehat. (2022). Kesehatan mental remaja di Indonesia. *Citasehat.org*. <https://citasehat.org/kesehatan-mental/>
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Corey, G. (2016). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Belmont, CA: Cengage Learning.
- Dewi, N. P. A. R., Santosa, I. G. N. A., & Wulandari, I. G. A. A. (2024). Effectiveness of Balinese Selonding Gamelan music intervention on anxiety and blood pressure in elderly with hypertension. *Bali Medical Journal*, 13(1), 56–63. <https://doi.org/10.15562/bmj.v13i1.4305>

- Effendi, F. (2009). *Keperawatan kesehatan masyarakat*. Jakarta: Salemba Medika.
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). *Health program planning: An educational and ecological approach*. New York: McGraw-Hill.
- Handayani, T., & Lestari, D. (2023). Musik tradisional sebagai media terapi non-farmakologis untuk kesehatan mental remaja. *Jurnal Seni dan Terapi*, 5(1), 15–27.
- Handayani, R., & Lestari, D. (2023). Edukasi kesehatan mental remaja melalui pendekatan partisipatif. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(2), 128–138.
- Hasibuan, M. S. P. (2016). *Manajemen: Dasar, pengertian, dan masalah*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hidayat, R. (2019). *Manajemen organisasi seni dan budaya: Strategi pengembangan sanggar seni di Indonesia*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hidayat, A. (2023). Pendekatan humanis dalam pendampingan remaja. Dalam D. Lestari (Ed.), *Intervensi sosial berbasis remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Hofmann, S. G., Curtiss, J., & McNally, R. J. (2018). A complex network perspective on clinical science. *Perspectives on Psychological Science*, 13(5), 572–584.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Jamalus. (1998). *Pengajaran musik melalui pengalaman musik*. Jakarta: Depdikbud.
- Jannah, R., Munawaroh, E., & Eva, N. (2025). Tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 11(2), 112–124.
- Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. *PLoS ONE*, 15(9), e0239133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239133>
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2024). *Upaya*. Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 77 Tahun 2015 tentang Pedoman Penyelenggaraan Upaya Kesehatan Jiwa Masyarakat*. Jakarta: Kemenkes RI.

- Kindon, S., Pain, R., & Kesby, M. (2021). *Participatory action research approaches and methods: Connecting people, participation and place* (Updated ed.). Routledge.
- Koentjaraningrat. (1984). *Kebudayaan Jawa*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Lestari, D. (2023). *Sanggar seni sebagai media pendidikan karakter dan terapi psikososial bagi remaja*. Yogyakarta: Deepublish.
- Lestari, S. (2023). Peran seni tradisional dalam pemberdayaan masyarakat. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 15(1), 33–47. <https://doi.org/10.24832/jpk.v15i1.445>
- Maulana, N. (2023). Upaya promotif dan preventif penyakit hipertensi serta kesehatan mental pada usia lanjut. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Martabe*, 6(2), 543–547. <https://doi.org/10.31604/jpm.v6i2.9676>
- Maramis, M. M., Budiharto, I., & Wibisono, Y. (2021). Effects of playing angklung and practicing silence on emotion, cognition, and social cognition. *Journal of Religion and Health*, 60(5), 3551–3567. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01268-y>
- Merriam, A. P. (1964). *The anthropology of music*. Northwestern University Press.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2014). *Psikologi abnormal* (6th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Ningrum, W. (2020). *Kecemasan sosial pada mahasiswa dan dampaknya terhadap prestasi akademik*. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 7(2), 134–142.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurdiansyah, R. (2021). Hubungan tingkat kecemasan mahasiswa dengan hasil pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19. *Repository Universitas Siliwangi*. <https://repository.unsil.ac.id/4575>
- Nurul, N. H., Widyaningsih, R., & Pratiwi, A. (2025). Implementasi upaya promotif kesehatan jiwa pada masyarakat Desa “D” Kabupaten Klaten. *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 77–84.
- Pavlicevic, M., & Ansdell, G. (2004). *Community music therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Pratama, A. (2022). *Pengelolaan lembaga seni dan budaya: Teori dan praktik*. Bandung: Alfabeta.
- Pratama, D. (2022). Upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi Terapan*, 10(2), 145–158. <https://doi.org/10.25077/jpt.10.2.145-158.2022>

- Putri, U. A. (2022). Efektivitas pelayanan preventif dan rehabilitatif pada masyarakat Kelurahan Kampung Bugis terhadap pelayanan BPJS Kesehatan. *Psikoneo: Jurnal Psikologi*, 4(2), 81–92.
- Rahyono, F. X. (2017). *Musik tradisional Sunda: Perspektif budaya dan pendidikan*. Bandung: UPI Press.
- Rahmawati, D. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Siliwangi angkatan 2019. *Repositori Universitas Siliwangi*. <https://repositori.unsil.ac.id/14458>
- Rahmawati, F., & Putri, N. A. (2021). Peran kegiatan seni dalam pengembangan self-efficacy remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 10(1), 39–48.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35(8), 741–756.
- Rebecchini, L., & Mancini, L. (2021). Music, mental health, and immunity: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 12, 713541. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.713541>
- Rosidi, A. (2018). *Seni tradisi dan masyarakat modern*. Bandung: Pustaka Jaya.
- Salsabila, S., Anggita, F. A., Pasha, Y. H., Anggraeni, S. D., Cahyaningrum, D. N. P., Arfiani, S., & Ririanty, M. (2024). Peningkatan kesehatan jiwa melalui upaya promotif dan preventif dengan melibatkan mahasiswa sebagai agent of change di wilayah Jember. *JPPM*, 8(3), 419–426. <https://doi.org/10.30595/jppm.v8i3.22642>
- Saragih, R. (2021). *Efektivitas terapi musik dalam mengurangi kecemasan: Tinjauan literatur*. Universitas Sumatera Utara.
- Setiawan, H., & Lestari, I. (2023). Kecemasan sosial sebagai prediktor kesehatan mental pada remaja. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(1), 45–56. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i1.38921>
- Sinaga, F. S. H. S., & Winangsit, E. (2023). Terapi musik untuk meningkatkan kesehatan mental: Tinjauan literatur dalam perspektif psikodinamika. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 2(1), 1–12.
- Sudjana, D. (2010). *Pendidikan nonformal: Wawasan, sejarah perkembangan, falsafah, dan teori pendukungnya*. Falah Production.
- Sulastris, L., & Nurhayati, N. (2022). Pengaruh terapi audio musik tradisional Sunda terhadap tekanan darah pada lansia. *Jurnal Nursing Practice and Education*, 2(1), 34–42.
- Suryana, Y. (2021). Terapi melalui seni gamelan Sunda: Studi pada mahasiswa ISBI Bandung. *Paraguna: Jurnal Pendidikan Seni*, 3(2), 77–89.
- Tang, X., Liu, Q., Cai, F., Tian, H., Shi, X., & Tang, S. (2022). Prevalence of social anxiety disorder and symptoms among children, adolescents and young

- adults in China: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 792356.
- Terry, G. R. (2006). *Principles of management*. Illinois: Richard D. Irwin.
- Thaut, M. H., & Hodges, D. A. (2019). *The Oxford handbook of music and the brain*. Oxford University Press.
- The Conversation. (2022). Data bicara: Hanya 2,6% remaja dengan masalah kesehatan mental di Indonesia yang mengakses layanan bantuan atau konseling. *Theconversation.com*. <https://theconversation.com/data-bicara-hanya-2-6-remaja-dengan-masalah-kesehatan-mental-di-indonesia-yang-mengakses-layanan-bantuan-atau-konseling-196593>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 185. Sekretariat Negara Republik Indonesia.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78. Sekretariat Negara Republik Indonesia.
- World Health Organization. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. WHO Regional Office for Europe.
- World Health Organization. (2022). *Mental health: Strengthening our response*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Yuliana, R., & Syahputra, A. (2022). Literasi kesehatan mental dan strategi koping remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(1), 80–90.
- Yuliana, R., & Syahputra, E. (2022). Musik tradisional dan kesehatan mental remaja: Perspektif etnomusikologi terapan. *Jurnal Seni dan Kesehatan*, 4(2), 135–145.