

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Azkiyah H., Karnita R., and Resmisari G., “Perancangan Buku Visual Journal sebagai Upaya Meningkatkan Kesadaran pada Dewasa Awal terhadap Quarter Life Crisis,” *Fakultas Arsitektur dan Desain, ITENAS*, vol. 2, no. 1, pp. 1–12, Aug. 2023, [Online]. Available: <https://eproceeding.itenas.ac.id/index.php/fad/article/view/2084>
- [2] N. Mahardika, *Buku Ajar Kesehatan Mental*, 1st ed. Kudus: Badan Penerbit Universitas Muria Kudus, 2017.
- [3] Hapsari J. and Krianto T., “The Indonesian Journal of Health Promotion MPPKI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia Maskulinitas dan Perilaku Mencari Bantuan Kesehatan Mental pada Laki-laki di Negara Berkembang: Literature Review,” *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, vol. 6, no. 3, pp. 373–383, Mar. 2023, doi: 10.31934/mppki.v2i3.
- [4] Vebiana D. and Ariana A. D., “Maskulinitas dan Intensi Mencari Bantuan pada Laki-Laki Dewasa Awal: Stigma Diri sebagai Mediasi,” *Proceeding of “International Conference of the Apply Psychology on SDGs and The Annual Meeting,”* vol. 1, no. 2, pp. 11–19, Jul. 2023, [Online]. Available: <https://orcid.org/0000-0003-1889-9651>
- [5] Damajanti I., Riswarie A., Fitri L. L., Wachuni R. S., and Wedyaswari M., “Distance Therapeutic Artmaking: Creating a Video Guide to Encourage Therapeutic Experience,” *Journal of Visual Art and Design*, vol. 13, no. 2, pp. 131–143, Feb. 2022, doi: 10.5614/j.vad.2021.13.2.4.
- [6] Wijaya Y., “Penanganan Kecemasan pada Remaja Menggunakan Intervensi Art Therapy,” *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia*, vol. 1, no. 1, pp. 1–45, Aug. 2022, [Online]. Available: <https://journal.binawan.ac.id/index.php/jkmi/article/view/591>

- [7] G. Daruhadi and P. Sopiati, “Pengumpulan Data Penelitian,” *Jurnal Cendekia Ilmiah*, vol. 3, no. 5, pp. 5423–5443, Aug. 2024, [Online]. Available: <https://doi.org/10.56799/jceki.v3i5.5181>
- [8] Halizah L. R and Faralita E., “Budaya Patriarki dan Kesetaraan Gender,” *Jurnal WASAKA HUKUM*, vol. 11, no. 1, pp. 19–32, Feb. 2023, [Online]. Available: <https://ojs.stihsa-bjm.ac.id/index.php/wasaka/article/view/84>
- [9] Swari P. R., “Budaya Patriarki dan Tantangan Dalam Kebebasan Berekpresi (Analisis Menggunakan Teori Konflik Ralf Dahrendorf),” *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, vol. 25, no. 2, pp. 213–218, Dec. 2023, [Online]. Available: <https://doi.org/10.26623/jdsb.v25i4.7166>
- [10] Aprianto E. and Wiibawani S., “Representasi Laki-Laki pada Film Boys Don’t Cry dan Kaitannya dengan Toxic Masculinity,” *Prosiding Seminar Nasional Daring: Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, vol. 3, no. 1, pp. 866–877, Jul. 2023, [Online]. Available: <https://prosiding.ikipgribojonegoro.ac.id/index.php/SPBSI/article/view/2090>
- [11] Ichwan J. Q. and Karnita R., “Perancangan Buku ‘Therapeutic Art’ sebagai Alat Bantu untuk Mengendalikan Stress di Kalangan Mahasiswa,” *Fakultas Arsitektur dan Desain, ITENAS.*, vol. 3, no. 2, pp. 1–19, Jul. 2024, [Online]. Available: <https://eproceeding.itenas.ac.id/index.php/fad/article/view/2904>
- [12] Hamidah W. and Falah A. M., “Analisis Indikator Keberhasilan Proses Terapi Seni sebagai Alternatif Metode Penyembuhan Kesehatan Mental,” *Jurnal ATRAT*, vol. 11, no. 2, pp. 194–204, May 2023, [Online]. Available: <https://doi.org/10.26742/atrat.v11i2.3187>
- [13] Ashil Z. A. and Tanjung M. R., “Perancangan Journal Kit Sebagai Media Untuk Membantu Mengelola Rasa Cemas Pada Remaja,” *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, vol. 7, no. 3, pp. 8637–8643, Jun. 2024, [Online]. Available: <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>

- [14] Puspita F. K. C., “Visual Journaling sebagai Media Emotional Release bagi Kesehatan Mental Remaja di Banyumas,” Thesis (Skripsi), Institut Teknologi Telkom Purwoketo, Purwokerto, 2023.
- [15] Sari W. I. N. and Aryanto H., “Perancangan Buku Ilustrasi Self-Healing sebagai Upaya Mengatasi Stres pada Remaja Perempuan di Kota Pasuruan,” *Jurnal Barik*, vol. 4, no. 2, pp. 49–64, Aug. 2022, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/JDKV/>
- [16] Safariyani Y. T., “Perancangan Buku Ilustrasi Art Therapy Seni Rupa sebagai Metode Reduksi Stres,” Thesis (Skripsi), Institut Seni Indonesia Yogyakarta, Yogyakarta, 2022. [Online]. Available: <https://digilib.isi.ac.id/12547/>
- [17] Setiadi A. A. and Toshiko C., “Guerari Galeri,” <https://www.instagram.com/guearigaleri?igsh=ZjVrdmQwbmtrdW5w>. [Online]. Available: <https://www.instagram.com/guearigaleri?igsh=ZjVrdmQwbmtrdW5w>
- [18] Lang, “Hirono by langswork,” <https://www.instagram.com/langswork?igsh=aGd6YWthNnNhcmw4>. [Online]. Available: <https://www.instagram.com/langswork?igsh=aGd6YWthNnNhcmw4>
- [19] Poppy’s Dream, *The Book Of Dreams by Poppy’s Dream dan Mengenaldiri.id*, 2nd ed. Jakarta: Mengenaldiri.id, 2023. [Online]. Available: www.linktr.ee/mengenaldiri.id
- [20] Ginting A. I., “Psychologist for Everyone,” <https://www.instagram.com/psychologist.for.everyone/>.
- [21] Davis W., “Wd Willy Illustration,” <https://www.instagram.com/wd.willy/>.
- [22] Tas’adi R. and Dewi Y. S., “Teknik ‘Journaling’ Dalam Konseling,” *3rd International Conference on Education 2018*, pp. 243–246, Sep. 2018.

- [23] Nurjannah, “Gender Perspektif Teori feminisme, Teori Konflik dan Teori Sosiologi Nurjannah,” *Al-Wardah: Jurnal Kajian Perempuan, Gender dan Agama*, vol. 16, no. 1, pp. 71–82, 2021, doi: 10.46339/al-wardah.xx.xxx.
- [24] Gunadhi L. P. and Salsabila N. R., “Teknik Manajemen Stres yang Efektif pada Remaja,” *Journal for Management Student (JFMS)*, vol. 3, no. 1, pp. 1–4, Jan. 2023, [Online]. Available: <https://journal.unsika.ac.id/index.php/jfms>
- [25] M. P. Dewi, “Studi Metaanalisis: Musik Untuk Menurunkan Stres,” vol. 36, no. 2, pp. 106–115, Dec. 2009, [Online]. Available: www.ugm.lib.ac.id,
- [26] Amira I., Sriati A., Hendrawati, and Chaerani A., “Literature Review: Intervensi dalam Menurunkan Kecemasan pada Mahasiswa,” *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, vol. 21, no. 2, pp. 286–302, Jul. 2021, [Online]. Available: <https://doi.org/10.36465/jkbth.v21i2.760>
- [27] Lestari D. D. and Yudiarso A., “Studi Meta Analisis: Pelatihan Regulasi Emosi untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan,” *Jurnal Psikologi Udayana*, vol. 9, no. 1, pp. 40–49, Apr. 2022, doi: 10.24843/JPU/2022.v09.i01.p05.
- [28] Yusa I. M. M. *et al.*, *Ilustrasi Digital Teori dan Penerapan*, 1st ed. Denpasar: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024. [Online]. Available: www.buku.sonpedia.com
- [29] Jayanegara I. N. *et al.*, *DKV Creativepreneur: Prospek Kerja Lulusan Desain Komunikasi Visual*, 1st ed. Bali: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024. [Online]. Available: www.buku.sonpedia.com
- [30] Yasa I. W. A. P. *et al.*, *Desain Komunikasi Visual Teori dan Perkembangannya*, 1st ed. Denpasar: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024. [Online]. Available: www.buku.sonpedia.com
- [31] Negoro A. T. *et al.*, *Buku Ajar Desain Grafis*, 1st ed. Yogyakarta: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024. [Online]. Available: www.buku.sonpedia.com

- [32] Soedarso N., “Perancangan Buku Ilustrasi Perjalanan Mahapatih Gajah Mada,” *Humaniora BINUS University*, vol. 5, no. 2, pp. 561–570, Oct. 2014, [Online]. Available: <https://doi.org/10.21512/humaniora.v5i2.3113>
- [33] Sapmayada A. S., “Membangun Narasi Visual melalui Desain Karakter: Studi Kasus Karakter Ikonik,” *VisART Jurnal Seni Rupa & Desain*, vol. 2, no. 2, pp. 491–501, Dec. 2024, [Online]. Available: <https://ejournal.lapad.id/index.php/visart>
- [34] Tresnayasa I. P. T., Purwita D. G., and Yasa G. P. P. A., “Animasi Bondres 2D sebagai Daya Tarik Remaja terhadap Kesenian Bondres,” *Jurnal Nawala Visual*, vol. 2, no. 2, pp. 52–60, Oct. 2020, [Online]. Available: <https://jurnal.std-bali.ac.id/index.php/nawalavisual>
- [35] Basiroen V. J. *et al.*, *Dasar-Dasar Desain Komunikasi Visual (DKV)*, 1st ed. Jakarta: PT. Green Pustaka Indonesia, 2024. [Online]. Available: www.greenpustaka.com
- [36] Monica and Luzar L. C., “Efek Warna dalam Dunia Desain dan Periklanan,” *Humaniora BINUS University*, vol. 2, no. 2, pp. 1084–1096, Oct. 2011, [Online]. Available: <https://doi.org/10.21512/humaniora.v2i2.3158>
- [37] Harsari N. *et al.*, *Dasar-Dasar Desain grafis: Teori dan Panduan Dasar bagi Pemula*, 1st ed. Tangerang: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024. [Online]. Available: www.buku.sonpedia.com
- [38] Safitri D., “Pemanfaatan Copywriting untuk Meningkatkan Brand Awareness Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM),” *Wijayakusuma National Conference (WiNCo) 2022*, no. 2, pp. 30–34, Nov. 2022, [Online]. Available: <https://proceeding.winco.cilacapkab.go.id/index.php/winco>
- [39] Mona N. and Pramulia R. R. F., “Peran Copywriter dalam Membangun Brand Awareness Sarimi Puass di Instagram,” *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, vol. 5, no. 1, pp. 109–120, Mar. 2023, doi: 10.7454/jsht.v5i1.1019.

- [40] Abubakar R., *Pengantar Metodologi Penelitian*, 1st ed. Yogyakarta: Suka-Press, 2021.
- [41] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 19th ed. Bandung: Alfabeta, Cv., 2013.
- [42] Nirwana A., Maharani N., and Handoko L., “Analisis SWOT Program Studi Desain Komunikasi Visual Universitas Ma Chung untuk Merumuskan Grand Strategy dan Pertimbangan Penyusunan Kurikulum DKV,” *Mavis : Jurnal Desain Komunikasi Visual*, vol. 3, no. 1, pp. 1–11, Mar. 2021, [Online]. Available: <https://doi.org/10.32664/mavis.v3i1.540>
- [43] Krisdianto N. and Pahlevi A. S., “Optimalisasi Visual Identity dalam Memperkuat Eksistensi NYCKI Group,” *JoLLA Journal of Language Literature and Arts*, vol. 4, no. 8, pp. 850–865, Jul. 2024, doi: 10.17977/um064v4i82024p850-865.
- [44] Aprilianti P., Sutrisna A., and Lestari S. P., “Pengaruh Positioning dan Lokasi terhadap Keputusan Pembelian (Survei pada Konsumen Kedai Caffee Wartel),” *Jurnal Ekonomi, Manajemen Pariwisata dan Perhotelan*, vol. 2, no. 3, pp. 16–33, Sep. 2023, [Online]. Available: [hΣp://ejurnal.sOe-trianandra.ac.id/index.php/jempper](https://ejurnal.sOe-trianandra.ac.id/index.php/jempper)