

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Cresswell, J. W., & Cresswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). California: SAGE Publications.
- Graver, A., & Jura, B. (2012). *Best practices for graphic designers, grids and page layouts: An essential guide for understanding and applying page design principles*. Beverly, MA: Rockport Publishers.
- Guan, B. A. (2012). *Book design*. Shenyang: Liaoning Science & Technology Publishing House.
- Harrington, R. (2012). *Stress, health and well-being: Thriving in the 21st century*. Belmont: Wadsworth Publishing.
- Hungerford, C., Hodgson, D., Clancy, R., Monisse-Redman, M., Bostwick, R., & Jones, T. (2016). *Mental health care: An introduction for health professionals in australia*. Milton: John Wiley & Sons.
- Kotler, P., & Keller, K. L. (2016). *Marketing management* (15th ed.). Pearson Education.
- Landa, R. (2014). *Graphic design solutions*. Clark Baxter.
- Noam, E. M. (2019). *Managing media and digital organizations*. New York: Springer International Publishing AG.
- Pitaloka, S. (2023). *Berhenti memenuhi ekspektasi orang lain*. Yogyakarta: Solusi Multi Digital.
- Shaw, M. (2012). *Copywriting: Successful writing for design, advertising, and marketing*. London: Laurence King Publishing.
- Sutton, T. (2020). *The pocket complete color harmony*. Beverly, MA: Rockport Publishers.

Zeegen, L. (2005). *The fundamentals of illustration*. AVA Book.

Jurnal

Kaligis, F., Ismail, R. I., Wiguna, T., Prasetyo, S., Indriatmi, W., Gunardi, H., . . . Magdalena, C. C. (2021). Mental Health Problems and Needs among Transitional-Age Youth in Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2.

Manafe, L. A., Kandou, G. D., & Posangi, J. (2014). Hubungan antara Pengetahuan, Sikap, Peran Guru, Media Informasi (Internet) dan Peran Teman Sebaya dengan Tindakan Pencegahan HIV/AIDS pada Siswa di SMA Negeri 4 Manado. *JIKMU*, 4(4), 651.

Nova, S. P. (2018). Efektivitas Komunikasi Aplikasi Telegram Sebagai Media Informasi Pegawai PT.Pos Indonesia (PERSERO) Kota Pekanbaru. *JOM FISIP*, 5(1), 7.

Website

BPS Provinsi DKI Jakarta. (2022). *Jumlah Penduduk Provinsi DKI Jakarta Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin 2020-2022*. Retrieved from Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta:
<https://jakarta.bps.go.id/indicator/12/111/1/jumlah-penduduk-provinsi-dki-jakarta-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin.html>

Dhini, V. A. (2022, July 15). *41% Warga SES A Memiliki Literasi Digital Rendah*. Retrieved from databoks:
<https://databoks.katadata.co.id/index.php/datapublish/2022/07/15/41-warga-ses-a-memiliki-literasi-digital-rendah>

Fernanda, E. (2021, November 27). *Mengenal people pleaser, psikolog ungkap penyebab sulitnya menolak permintaan orang lain*. (M. K. Daruwati, Editor) Diambil kembali dari Parapuan:
<https://www.parapuan.co/read/533015606/mengenal-people-pleaser-psikolog-ungkap-penyebab-sulitnya-menolak-permintaan-orang-lain>

Huntington, C. (t.thn.). *People pleasing: Definition, quotes, & psychology*.

Diambil kembali dari The Berkeley Well-Being Institute:

<https://www.berkeleywellbeing.com/people-pleasing.html>

Kemenkes. (2013). *Laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2013 dalam Bentuk Angka*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kemenkes. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).

Makarim, F. R. (2022, October 19). *7 Cara Bangun Personal Boundaries untuk Kesehatan Mental*. Diambil kembali dari Halodoc:

<https://www.halodoc.com/artikel/7-cara-bangun-personal-boundaries-untuk-kesehatan-mental>

Stoneson, A. (2018, December 6). *What causes people pleasing?* Diambil kembali dari Labyrinth Healing: <https://labyrinthhealing.com/codependency/what-causes-people-pleasing>

UNICEF. (t.thn.). *Apa itu stres?* Diambil kembali dari UNICEF:

<https://www.unicef.org/indonesia/id/kesehatan-mental/artikel/stres>

UMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA