

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Babbie, E. (2016). *The practice of social research* (14th ed.). Cengage Learning.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 105–117). SAGE Publications.
- Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Vocate, D. R. (Ed.). (1994). *Intrapersonal communication: Different voices, different minds*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). SAGE Publications.

Jurnal

- Adisya, S. R., Satiadarma, M. P., & Subroto, U. (2025). Hubungan antara *self-compassion* dan resiliensi pada mahasiswa perantau tingkat akhir. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 257–272. <https://ojs.pseb.or.id/index.php/jmh/article/view/1161>
- Afifah, N. P., & Wardani, I. Y. (2023). Resiliensi pada mahasiswa yang merantau: Studi literatur. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Habitasi*. <https://jurnal.habi.ac.id/index.php/JPK/article/view/862>
- Al Izzami, Z., dkk. (2023). Pentingnya komunikasi intrapersonal dalam menentukan makna hidup. *Jurnal Ilmiah dan Karya Mahasiswa*, 1(4).

- Ariati, J., & Irene. (2023). Komunikasi intrapersonal dan konsep diri pada mahasiswa rantau: Studi kasus mahasiswa STARKI. *Jurnal Ilmu Komunikasi dan Bisnis*, 8(2). <https://ejournal.starki.id/index.php/jik/article/view/174>
- Axelfa, Aprilia, Wibawa, & Suharti. (2024). Resiliensi mental remaja melalui komunikasi intrapribadi: Studi fenomenologi resiliensi mental pada remaja di masa transisi. *Jurnal Digital Media dan Relationship*, 6(2). <https://doi.org/10.51977/jdigital.v6i2.2036>
- Baroroh, E. Z., dkk. (2023). *Psikologi komunikasi*. CV Eureka Media Aksara.
- Fauzia, N., Asmaran, A., & Komalasari, S. (2020). Dinamika kemandirian mahasiswa perantauan. *Jurnal Al Husna*, 1(3).
- Fitria. (2023). Proses komunikasi intrapersonal untuk meningkatkan *self worth* setelah mengalami *toxic relationship* pada perempuan dewasa. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2(1). <https://www.jurnalprisanicendekia.com/index.php/jbc/article/view/133>
- Gunawan, Nasichah, & Firdaus. (2023). Peran komunikasi intrapersonal dalam meningkatkan motivasi diri mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Harmoni: Jurnal Ilmu Komunikasi dan Sosial*, 1(3). <https://doi.org/10.59581/harmoni-widyakarya.v1i3.902>
- Halim, M. S., & Dariyo, A. (2021). *Psychological well-being* mahasiswi perantauan: Peran dukungan sosial dan resiliensi. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(2), 112–125.
- Insani, M. F., & Yuliana, N. (2023). Komunikasi intrapersonal dalam proses penerimaan diri mahasiswi korban *body shaming*. *Jurnal Common*, 7(2), 176–188. <https://doi.org/10.34010/common.v7i2.11482>
- Kustiawan, W., dkk. (2022). Komunikasi intrapersonal. *Journal Analytica Islamica*, 11(1). <https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/analytica/article/view/11930>
- Maharani, K. D., & Muntafi, R. (2024). Gambaran resiliensi pada mahasiswa rantau tingkat akhir di Kota Malang dan Surabaya. *Prosiding PsychoNutrition Student Summit*, 1(1), 22–33.
- Nadhirah, A. A., & Aviani, Y. I. (2025). Studi fenomenologis tentang pengalaman remaja yang sekolah dan bekerja. *SHES: Conference Series*, 8(4), 716–723.
- Naluri. (2023). *Southeast Asia workplace mental health report 2023*. Naluri Digital Health.

- Noviariski. (2021). Peran komunikasi intrapersonal sebagai *self healing*. *NIVEDANA: Jurnal Komunikasi dan Bahasa*. <https://jurnal.radenwijaya.ac.id/index.php/NIVEDANA/article/view/326>
- Putri, K. Y. S., Fazli, L., Iskandar, I., Gumelar, G., & Pandjaitan, R. H. (2024). Analysis of the agenda setting strategy applied by Narasi TV's creative team towards the 2024 presidential and vice-presidential election issue through Musyawarah Program. *Studies in Media and Communication*, 12(1). <https://redfame.com/journal/index.php/smc/article/view/6861>
- Rapiadi & Kasrah. (2024). Pengaruh komunikasi intrapersonal terhadap konsep diri pemuda Karang Taruna. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 3(4). <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v3i4.2723>
- Saoqillah, A. (2022). Peranan komunikasi intrapersonal dalam proses pembentukan konsep diri mahasiswa KPI IUQI. *At-Tawasul*, 1(2), 83–92.
- Septiyani, E., & Rahmasari, D. (2023). Resiliensi pada mahasiswa yang memiliki masalah keluarga dan bekerja namun lulus tepat waktu. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character>
- Sri Indah Sari, O., Komalasari, S., & Musfichin, M. (2023). Hubungan resiliensi dan *work-study conflict* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Kota Banjarmasin. *Jurnal Al-Husna*, 4(1), 15–28.
- Tsalis, Fitri, & Sulistyani. (2024). Pola komunikasi intrapersonal untuk pengembangan kepercayaan diri dalam berdakwah pada mahasiswa Fakultas Dakwah IAI AL-AZIS. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(3). <https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i3.4130>
- Wulandari, R., & Rahayu, S. (2023). Hambatan struktural dan kultural perempuan dalam partisipasi ekonomi: Perspektif gender. *Jurnal Kajian Gender*, 15(1), 22–38.
- Yanuar, D. R. (2024). Indonesian migrant women workers in Türkiye and media representation at home. *Turkish Journal of Diaspora Studies*, 4(2), 180–202. <https://doi.org/10.52241/TJDS.2024.0077>
- Zhang, Y., & Li, M. (2023). Gendered experiences of internal migration and economic precarity. *Journal of Gender Studies*, 32(4), 412–426. <https://doi.org/10.1080/09589236.2023.2187459>

Situs Web

- Antara. (2026). *Tekanan media sosial hingga karier picu burnout pekerja muda*. Antara News.
<https://sumbar.antaranews.com/berita/761260/tekanan-media-sosial-hingga-karir-picu-burnout-pekerja-muda>
- Bloomberg Technoz. (2025). *Depresi di Jakarta tinggi, pekerja minta asuransi mental*. Bloomberg Technoz.
<https://www.bloombergtechnoz.com/detail-news/83665/depresi-di-jakarta-tinggi-pekerja-minta-asuransi-mental>
- detikHealth. (2026). *Curhat pekerja di Jakarta overwork, kena mental, tak haid 6 bulan negara kena PCOS*. Detik.com.
<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-8329213/curhat-pekerja-di-jakarta-overwork-kena-mental-tak-haid-6-bulan-gegara-kena-pcos>



Intelligentia - Dignitas