

DAFTAR PUSTAKA

- Ardianto, E. (2020). Komunikasi massa: Suatu pengantar. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2020). Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
- Effendy, O. U. (2020). Ilmu teori dan filsafat komunikasi. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- Febryansyah, M. (2021). Komunikasi digital dalam perkembangan teknologi informasi. *Jurnal Komunikasi Digital*, 5(2), 112–120.
- Grotberg, E. H. (1995). A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit. Den Haag: Bernard Van Leer Foundation.
- Gurgen, E. T. (2021). The effects of music on emotions and emotional intelligence. *International Journal of Humanities and Social Science*, 6(4), 85–90.
- Hidayat, R. (2023). Pengalaman mendengarkan lagu sedih sebagai media pelepasan emosi. *Jurnal Komunikasi Humanis*, 6(1), 21–30.
- Hitiyahubessy, M. (2020). Resiliensi individu dalam menghadapi tekanan psikologis. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(2), 45–52.
- Lestari, D. (2024). Musik dan ekspresi emosi pada pengguna media sosial generasi Z. *Jurnal Komunikasi Indonesia*, 9(1), 45–56.

- Mulyana, D. (2020). Ilmu komunikasi: Suatu pengantar. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nasrullah, R. (2021). Media sosial: Perspektif komunikasi, budaya, dan sosioteknologi. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Nisa, K., & Muis, T. (2021). Hubungan antara resiliensi dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4(1), 1–10.
- Osmanoglu, D. E., & Yilmaz, H. (2021). The effect of music on emotional development and psychological well-being. *Educational Research and Reviews*, 14(10), 1–7.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2022). Human development (11th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Putri, A. (2021). Penggunaan musik sebagai media ekspresi emosi pada remaja di era digital. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 7(2), 101–112.
- Rahayu, S., Maryani, E., & Gemiharto, I. (2021). Komunikasi digital dalam perkembangan media baru. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 9(1), 45–56.
- Rakhmat, J. (2020). Psikologi komunikasi. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rakhmat, J. (2020). Metode penelitian komunikasi. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ramadhan, M. (2022). Makna musik sedih bagi mahasiswa dalam mengelola emosi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 10(1), 33–44.

- Reivich, K., & Shatte, A. (2020). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. New York: Broadway Books.
- Rogers, E. M., & Kincaid, D. L. (1981). *Communication networks: Toward a new paradigm for research*. New York: Free Press.
- Sari, N. (2020). Musik sebagai sarana emotional regulation pada generasi Z. *Jurnal Psikologi Remaja*, 5(2), 77–88.
- Strongman, K. T. (2020). *The psychology of emotion: From everyday life to theory* (5th ed.). New York: Wiley.
- Wijaya, A., & Rahmanto, A. (2022). Komunikasi digital dalam era media baru. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 10(2), 123–135.
- Wright, C. R. (1993). *Mass communication: A sociological perspective*. New York: Random House.
- Wulandari, R., Sari, P., & Nugroho, A. (2020). Resiliensi pada remaja dalam menghadapi tekanan sosial. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 120–130.
- Yourlanda, F., Ageng, R., & Cindoswari, A. (2023). Peran komunikasi digital dalam kehidupan masyarakat modern. *Jurnal Komunikasi dan Media*, 7(1), 55–67.