

DAFTAR PUSTAKA

- Annie A, & Diana E. (2012). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 8(Desember), 80–89.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Apriliana, I. P. A., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2019). Mereduksi Kecemasan Siswa Melalui Konseling Cognitive Behavioral. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(1), 21–30. <https://doi.org/10.30653/001.201931.46>
- Cahyaningtyas, R. (2020). Hubungan Antara Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua dan *Self Efficacy* Dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa Sma. *Skripsi*.
- Damayanti, R., & Nurjannah, P. A. (2016). Pengaruh Konseling Kognitif Perilaku dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Terhadap Harga Diri Peserta Didik Kelas VIII Di MTs N 2 Bandar Lampung. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 221–234.
- Faried, L., & Nashori, F. (2013). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Kecemasan Menghadapi Masa Pembebasan Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Wirogunan Yogyakarta. *Khazanah*, 5(2), 63–74. <https://doi.org/10.20885/khazanah.vol5.iss2.art6>
- Fiah, R. El, & Anggralisa, I. (2015). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat T.P 2015/2016. *Jurnal Konseli BK Tarbiyah UIN RIL*, Vol 2(1), 43–56.
- Ireel, A. M., Elita, Y., Mishbahuddin, A., Bimbingan, P., & Keguruan, F. (2018). Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian Siswa Kelas VII SMP N 22 Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah BK*, 1, 1–10.
- Hartono & Soemardji B. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta:Kencana Prenada Media Group
- Kifli, I., Sunawan, & Jafar, M. (2019). *Cognitive Behavior Group*

- Counseling To Reduce Academic Anxiety. Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(2), 174–181.
- Musdalifah, A. (2021). Media Daring Layanan Bk Di Masa Pandemi Covid-19. *Ristekdik : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 109. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2021.v6i1.109-113>
- Nasrina Nur Fahmi, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan. *Jurnal Layanan Konseling Kelompok*, 13(1), 69–84.
- Noviandari, H., & Kawakib, J. (2016). Teknik *Cognitive Restructuring* Untuk Meningkatkan Self Efficacy Belajar Siswa. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 76–86.
- Pada, K., & Didik, P. (2020). *Jurnal Visipena*. 11(2), 404–415.
- Pane, A. (2017). Belajar dan Pembelajaran Aprida Pane Muhammad Darwis Dasopang. *Fitrah*, 03(2), 333–352.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas Ix Di Mts Al Hikmah Brebes. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 13(2), 51–68. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-04>
- Rufaidah, A., & Karneli, Y. (2020). Penerapan Teknik *Cognitive Restructuring* dalam Konseling Perorangan untuk Mereduksi Gangguan Kecemasan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan ...*, 4(2), 214–222. <https://doi.org/10.26539/teraputik-42417>
- Safithry, E. A., & Anita, N. (2019). Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 33–41. <https://doi.org/10.33084/suluh.v4i2.624>
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: CV Alfabeta
- Suryabrata, S. (2003). *Metologi Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Suryabrata, S. (2014). *Metode Penelitian*. PT Rajagrafindo Persada
- Vivin, V. (2019). *Kecemasan dan motivasi belajar. Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 240–257. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2276>