

DAFTAR PUSTAKA

- Aimee, et al. (2012). *Cognitive Behavioural Therapy (CBT) For Anxiety In People With Dementia: Study Protocol For A Randomised Control Tial*. *Spector et al trials*. 13(1). 1-7. <http://www.trialsjournal.com/content/13/1/197>.
- Asrida, D. (2017). Strategi Mahasiswa Untuk Menghilangkan Rasa Cemas Ketika Berbicara Bahasa Inggris Di Kelas. *Jurnal Bahasa Lingua Scientia*, 9(1), 27–40. <https://doi.org/10.21274/Ls.2017.9.1.27-40>
- Asrori, A. (2015). Terapi Kognitif Perilaku Untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan (JIPT)*, 03(Vol 3, No 1 (2015)),89–107.
<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/2128>
- Aswida, W., Marjohan, ., & Syukur, Y. (2012). Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Pada Siswa. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 1(2), 1–11. <https://doi.org/10.24036/0201212697-0-00>
- Bandura, Albert. (1986). *Social Foundation of Thought and Action. A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffe: Prentice Hall.
- Barlow, D. H. & Durand, M. V. (2012). *Abnormal Psychology: An Integrative Approach*. 6thEd. Amerika Serikat: Wadsworth, Cengage Learning.
- Christine, Wilding & Aileen, Milne. (2013). *Cognitive Behavior Therapy*. Jakarta: Indeks.
- Corey, G. (2012). *Theory and Practice of group counseling (8th edition)*. *American Board of Professional Psychology: Brooks/Cole*.
- Davidson, G. (2010). *Psikologi Sosial Edisi 10*. Jakarta: Salemba Humanika
- Deacon, B.J. (2011). *Cognitive Defusion Versus Cognitive Restructuring In The Treatment Of Negative Self-Referential Thoughts: An Investigation Of Process And Outcome*. *Journal Of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 25 (3), hlm. 218-232.
- Dyah, A., Setyaningtyas, A., Widyorini, E., Roswita, M. Y., & Letter, M. (2013). Efektivitas Cognitive Behavior Therapy Dengan Media Bermain Untuk Menurunkan Reaksi Kecemasan Di Sekolah Pada Anak Dengan Taraf Intelektual Borderline. *Kajian Ilmiah Psikologi*, 2(1), 24–28.
- Erford, Bradley T. (2017). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Erman, L., & Umari, T. (2015). *Reduction Of Anxiety To Speak In Front Of Class Through Speech On Student Xi Mia 3 Man 2 Model Pekanbaru*. *Jurnal*

BKjurnal BK, 1, 1–7.

Garcia, C. L. 2007. "Dialectic Dialogue for Academic Anxieties in the Dissertation Process." Article. Pepperdine University.

Hake dan Richard, R. 2002. *Relationship of Individual Student Normalized Learning Gains in Mechanics with Gender, High-School Physics, and Pretest Scores on Mathematics and Spatial Visualization*

Hanifa, R., & Santoso, M. B. (2016). Cognitive Restructuring Dan Deep Breathing Untuk Pengendalian Kecemasan Pada Penderita Fobia Sosial. *Share : Social Work Journal*, 6(2), 230. <https://doi.org/10.24198/Share.V6i2.13211>

Hapsari, M. I., & Hasanat, N. U. (2010). Efektivitas Pelatihan Keterampilan Sosial Pada Remaja Dengan Gangguan Kecemasan Sosial. *Psycho Idea*, 18–37.

Harianti, N. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang. *Psikovidya*, 18(1), 80–98.

Haryanthi, L. P. S. (2012). Efektivitas Metode Terapi Ego State Dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Jurnal Insannsan*, 14(5), 32–40.

Ireel, A. M., Elita, Y., & Mishbahuddin, A. (2018). Efektivitas 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.*

Iswahyuni, D. (2016). Pemberian Konseling Behavioristik Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Peserta Didik Kelas Xi Tkr Smk Pgri 4 Kediri Tahun Ajaran 2014/2015. *Artikel Skripsi*, 1, 35–40. <https://doi.org/10.1109/Ciced.2018.8592188>

Kendall, P. C. & Hammen, C. (1998). *Abnormal Psychology: Understanding Human Problem*. Second Edition. New York: Houghten Mifflin Company.

Kholida, S. Ida. & Suprianto. (2020). Ketercapaian Hasil Belajar Mahasiswa Mata Kuliah Strategi Pembelajaran Melalui Model PjBL dengan berbantuan Aplikasi Zoom dan Whatsapp Group. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Fisika. 6(1). 280-286.

Kurniawan, E., Japar, M., & Sutoyo, A. (2019). *Cognitive Behaviour Group Counseling With Cognitive Restructuring And Self-Instruction Techniques To Reduce The Social Anxiety Of Public Senior High School 3 Pati*. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(24), 151–158.

- Leigh, E., & Clark, D. M. (2016). Cognitive Therapy For Social Anxiety Disorder In Adolescents: A Development Case Series. *Behavioural And Cognitive Psychotherapy*, 44(1), 1–17. <https://doi.org/10.1017/S1352465815000715>
- Lestari, A. I., Igaa, N., & Saragih, S. (2014). Efektivitas Public Speaking Dengan Pendekatan. *Jurnal BK*, 45, 55–64.
- McCroskey, J. C. (1970). *Speech monograph. The Speech Communication Association. Human Communication Research*, 269-277.
- McCroskey, J. C., Booth-Buttefield, S., & Payne, S. K. (1989). *The impact communication apprehension on collague student retention and success. Communication Quartely*, 100- 107.
- Mikaeli, N., Zare., & Alhashem, A. (2010) *Study Of The Efficacy Cognitive Restructuring Teaching At Atudent's Attribution Style And Academic Performance.Iranianrehabilitation Journal*, 8 (12), 44.
- Nainggolan, T. (2011). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Pengguna Napza. *Sosikonsepsia*, 16, 161–174.
- O'Donohue, William T., & Fisher Jane E. (2017). *Cognitive Behavior Therapy: Prinsip-Prinsip Utama Untuk Praktik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Oemardjodie, Kasandra. (2003). *Pendekatan Cognitive Behavior Therapy*. Jakarta: Kreatif Media.
- Prakosa, B., & Partini. (2014). Berpikir Positif Untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas. *Selamatkan Generasi Bangsa Dengan Membentuk Karakter Berbasis Kearifan Lokal*, 40–47.
- Prabandari, Ni Putu Diah. (2015). Pengaruh CBT terhadap post traumatic stress disorder (PTSD) pada pasien post kecelakaan lalu lintas di RSUD Sangla Denpasar. *Jurnal Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*. 3(2).
- Purwati, Sri; Sugiyo; Tajri, I. (2012). Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Fun Game Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Didepan Kelas. *Jurnal Bimbingan Konseling (Semarang)*, 1(2).
- Rahmawati, F. E., & Nuryono, W. (2014). Penerapan Terapi NLP (Neuro Linguistic Programming) Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Pare. *Jurnal BK*, 04(03), 675–682.
- Roecklein, John E. (2013). *Kamus Psikologi: Teori, Hukum dan Konsep*. Jakarta: Prenada Media Group.

- Safutra, A., Syahruman, & Afriyati, V. (2018). Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa Di Depan Kelas Di Smp N 13 Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah BK*, 1(3), 91–105.
- Setianingrum, A. A. (2015). Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Menggunakan Teknik Relaksasi. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1, 1–12.
- Siska, Sudardjo, & Purnamaningsih, E. H. (2003). Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Di UKRIM Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 2(2), 67–71.
- Situmorang, Dominikus David Biondi. (2017). Mahasiswa Mengalami Academic Anxiety Skripsi? Berikan Konseling Cognitive Behavior Therapy dengan Music. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 02(03), 31-42.
- Slameto. 1995. Belajar Dan Faktor-faktor Yang Mempengaruhinya (Jakarta : Rineka cipta). Edisi revisi
- Sri, M. (2015). Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa X IPS 6 SMA 2 Bae Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 1(2), 1–11.
- Sudjana. (2005). Metode Statistika. Bandung: Tarsito
- Sujarweni, V dan Poly Endrayanto. 2012. Statistika untuk Penelitian. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Syawalina, Fitriani. (2016). Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan *Public Speaking Anxiety* Mahasiswa Prodi *Public Relations*. *Jurnal Bimbingan Konseling*.
- Wallach, Hellen S, dkk. (2009). *Virtual Reality Cognitive Behavior Therapy for Public Speaking Anxiety: A Randomized Clinical Trial*. *Behavior Modification*. 314-338.
- Werhadiantivi, P. A. (2012). Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Instruction* Untuk mengurangi Tingkat Glossophobia Pada Siswa Kelas Xi Ips-1 Di Sma Negeri 1 Gedangan. *Jurnal Ilmiah BK*, 489–498.
- Winarni, Reni. (2013). Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Komunikasi di Depan Umum pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. 1-8.

Yasa, Arnelia Dwi. (2020). Pengembangan Multimedia Pembelajaran Pada Mahasiswa PGSD dengan menggunakan Aplikasi *Zoom Meeting*. Jurnal Pengabdian Masyarakat. 4(2). 82-86.

Yusuf. Umar. & Patrisia Reisa (2011). Pengaruh Terapi *Cognitive Behavior Therapy* terhadap Kontrol diri pada residivis. Jurnal Intervensi Psikologi Vol 3. No 2 Yogyakarta.

