

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, H. N., Purwati, & Putro, H. E. (2022). The effect of reality therapy group counseling with the WDEP technique on increasing student academic resilience. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 9(2), 215–222. <https://doi.org/10.24042/kons.v9i2.12984>
- Andini, S. D., Rakhmawati, D., & Ajie, G. R. (2023). PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN REALITA UNTUK MENGATASI STRESS AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR. *Jurnal Psikoedukasia*, 1(2), 356–376.
- Astuti, E., Latif, S., & Pandang, A. (2022). *Penerapan Konseling Realitas Untuk Mengurangi Dampak Stres Belajar Pada Siswa di SMA Negeri 3 Soppeng*.
- Barseli, M., Ifdil, & Nikmarijal. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (9 ed.). Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Group Counseling* (9 ed.). Cengage Learning.
- Febriyanti, D. I., & Winingsih, E. (2025). SCHOOL COUNSELORS' STRATEGIES FOR REDUCING ACADEMIC STRESS. *International Conference on Guidance and Counseling*. www.proceeding.unesa.ac.id/index.php/icgc
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). AN ANALYSIS OF THE CATEGORIES IN THE STUDENT-LIFE STRESS INVENTORY. *AMERICAN JOURNAL OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH*, 1(1).
- Hidayatullah, A. S., Pandang, A., & Harum, A. (2024). Penerapan Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa di Sekolah Menengah Kejuruan (Application of Reality Counseling to Increase Student Resilience in Vocational High Schools). *Pinisi Journal of Education*, 4(4). <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>
- Kamtoni, A. G., & Yunanto, C. M. (2024). CYBERCOUNSELING REALITY APPROACH IN THE REDUCTION OF STUDENT ACADEMIC STRESS: A LITERATURE REVIEW. *INTERNATIONAL CONFERENCE ON GUIDANCE AND COUNSELING*. www.icgc.unesa.ac.id
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. PT Indeks Jakarta.
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>

- Naru, W. N. (2022). Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Antara Siswa SMA Dan SMK Surabaya. *Jurnal Fenomena*, 31(2). <https://doi.org/10.30996/fn.31i2.8621>
- Nuraini, V. M., Dwianing, Y. N., & Asmira, R. W. (2024). Analysis of Academic Stress Measuring Instruments in Students. *PSYCHOLOGICAL SAFETY IN THE PERSPECTIVE OF INDIGENOUS PSYCHOLOG*, 1(2).
- Pardede, N., & Dalimunte, S. N. (2020). EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA SMP MUHAMMADIYAH 29 PADANGSIDIMPUAN. *Ristekdik (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 5(1), 7–13.
- Prayitno. (2004). *Layanan Bimbingan dan Konseling*.
- Pulungan, A. S., & Nurhayani. (2024a). Pengaruh Penerapan Konseling Kelompok untuk Menurunkan Stress Akademik Siswa di Sekolah Vokasi. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(1), 67–73. <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i1.82500>
- Pulungan, A. S., & Nurhayani. (2024b). Pengaruh Penerapan Konseling Kelompok untuk Menurunkan Stress Akademik Siswa di Sekolah Vokasi. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(1), 67–73. <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i1.82500>
- Puspita, P., & Setiawat, D. (2014). PENERAPAN KONSELING KELOMPOK REALITA TEKNIK WDEP UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU BERTANGGUNG JAWAB DALAM MEMATUHI TATA TERTIB SEKOLAH PADA SISWA KELAS VIII-A SMP NEGERI 1 WONOAYU. *Jurnal BK UNESA*, 4(3).
- Putri, V., Sari Pratiwi, Y., & Sona, D. (2025). EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK REALITAS DENGAN TEKNIK WDEP UNTUK MENGURANGI PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 2 SAMARINDA. *Sindoro Cendekia Pendidikan*, 12(6). <https://doi.org/10.9644/sindoro.v3i9.252>
- Rahmah, A. D., Abdi, S., Hasna, A., Putri K, A. C. D., Putri, N., & Isnianty, N. (2025). Peran Konseling Kelompok Realita Terhadap Stres Akademik Siswa SMA. *JURNAL ILMIAH NUSANTARA (JINU)*, 2(5), 848–855. <https://doi.org/10.61722/jinu.v2i5.5596>
- Rahman, K. F., & Pratiwi, Y. S. (2025). Effectiveness of Reality Approach Group Counseling with WDEP Procedure to Reduce Students' Academic Procrastination. *MOTIVA: JURNAL PSIKOLOGI*, 8(1), 1–13. <https://doi.org/10.31293/mv.v8i1.8584>

- Sommers-Flanagan, J., & Sommers-Flanagan, R. (2014). *Counseling and Psychotherapy Theories in Context and Practice: Skill, Strategies, and Techniques*. John Wiley & Sons, Inc.
- Sugiyono. (2013). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF, DAN R & D*. Alfabeta.
- Wubbolding, R. E. (2010). *Reality Therapy (Theories of Psychotherapy Series)* (1 ed.). American Psychological Association.
- Wubbolding, R. E. (2013). Reality Therapy For the 21st Century. Dalam *Reality Therapy for the 21st Century*. Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203768457>
- Wubbolding, R. E. . (2017a). *Counselling with reality therapy*. Routledge, Taylor and Francis Group.
- Wubbolding, R. E. . (2017b). *Reality therapy and self-evaluation : the key to client change*. American Counseling Association.
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Nur-Mawakhira-Yusuf_Faktor-faktor-yang-Mempengaruhi-Stres-Akademik. *Psyche 165 Journal*, 13(2), 235–239.
- Zamzam, E. (2025). Terapi realita untuk menurunkan tingkat stres remaja. *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 13(3), 226–232. <https://doi.org/10.22219/procedia.v13i3.37013>
- Zulfa, M. L. (2023). *HUBUNGAN ANTARA STRATEGI COPING DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA MA NURUL HAROMAIN*. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.