

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, D. K. (2019). Penerapan Cognitive Behaviour Therapy dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 39(1), 70. <https://doi.org/10.21580/jid.v39.1.4432>
- Ainin, M. (2013). Penelitian Pengembangan Dalam Pembelajaran Bahasa Arab. *Okara, II*, 95–110.
- Aisyatin Kamila. (2022). Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(1), 40–49. <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i1.363>
- Andri, A., & Purnamawati, Y. D. (2007). Teori Kecemasan Berdasarkan Psikoanalisis Klasik dan Berbagai Mekanisme Pertahanan terhadap Kecemasan. *Journal of the Indonesian Medical Association*, 57(7), 233–238.
- Ardimansyah, M. I., & Bagenda, D. N. (2014). Prototipe Alat Sortir Bola Berdasarkan Perbedaan Warna Menggunakan Led Rgb Dan Ldr Berbasis Mikrokontroler. *Prototipe Alat Sortir Bola Berdasarkan Perbedaan Warna Menggunakan Led Rgb Dan Ldr Berbasis Mikrokontroler*, 5(2), 1–6. <http://jurnal.lpkia.ac.id/index.php>
- Aryani, F. (2008). *Efektifitas Pendekatan Kognitif Behavioral Modification (CBM) Untuk Mengelola Stres Belajar Siswa*. Disertasi. Malang: Program Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Asrori, A., & Hasanat, N. ui. (2022). Terapi Kognitif Perilaku Intuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1), 89–107.
- Azhari, & Sulistianingsih. (2020). *Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Cognitive Beh. At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 48–59.
- Aziz, M. A., Dharsana, I. K., & Suranata, K. (2020). Konseling Kognitif Behavioral Dengan Teknik Restrukturisasi Pikiran Untuk Meningkatkan Self Defference Siswa Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(1), 74–80. <https://doi.org/10.24036/XXXXXXXXXX-X>
- Beck, J. S., & Fleming, S. (2021). A brief history of Aaron T. Beck, MD, and cognitive behavior therapy. *Clinical Psychology in Europe*, 3(2), 1–7. <https://doi.org/10.32872/CPE.6701>
- Elmerbrink, Scielzo, & C. (2015). The Impact of Social and Relational Victimization on Depression, Anxiety, and Loneliness: A Meta-Analytic Review. *Journal of Bullying and Social Aggression*, 1(1). <http://sites.tamuc.edu/bullyingjournal/the-impact-of-peer-victimization/>
- Fitria, L., , N., , N., & Karneli, Y. (2020). Cognitive Behavior Therapy Counseling Untuk Mengatasi Anxiety Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Al-Irsyad*, 10(1), 23. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i1.7651>

- Gading, I. K., Suarni, N. K., & Suranata, K. (2024). The Effectiveness of Cognitive Behavior Group Counseling Restructuring Technique to Reduce the Social Anxiety of Cyber-Bullying Victim. *KnE Social Sciences*, 2024, 232–242. <https://doi.org/10.18502/kss.v9i2.14850>
- Gatria, R. (2024). Penanganan Kecemasan Sosial dan Penurunan Prestasi Akibat Prilaku Bullying Pendekatan Cognitive Behavior Therapy. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Menengah*, 3(3), 111–114. <https://doi.org/10.31960/dikdasmen-v3i3-2420>
- Gunarsa, G. &. (2008). *Psikologi Peraawatan*. Gunung Mulia.
- Hayati, S. A., & Tohari, S. (2022). Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam Menurunkan Social Anxiety Disorder (SAD) dan Obsessive Compulsive Disorder (OCD) Pada Remaja. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 153–159. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.163>
- Jaya, I., Soendjojo, R. P., Pujiastuti, H., & Wahyuni, M. (. (2018). Prosedur Operasi Standar Pendidikan Anak Usia Dini Inklusif. *Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Dan Pendidikan Masyarakat Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini.*, 021.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2013). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 53(1 SUPPL), S13–S20. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.09.018>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Mulyatiningsih, E. (2015). PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN Endang. *Islamic Education Journal*, 35, 110, 114, 120, 121.
- Nadiarenita, A. A. (2024). Pengembangan Paket Bimbingan Perencanaan Studi Lanjut dengan Model Creative Problem Solving Bagi Siswa Sekolah Menengah Atas | Nadiarenita | Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1). <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/372/pdf>
- Naraswari, I. A. M. D., Dantes, N., & Suranata, K. (2020). Pengembangan Buku Panduan Konseling Cognitive Behavior Untk Meningkatkan Self Esteem Siswa SMA: Studi Analisis Validitas Teoretik. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1), 9–16. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Nurkia, S., & Sulkifly, S. (2020). Penerapan Teknik Konseling Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, 1(1), 14–30. <https://doi.org/10.37411/jgcj.v1i1.133>
- Nursalim, M. (2013). *Strategi dan Intervensi Konseling*. UNESA University Press.

- Paramartha, W. E., & Dharsana, I. K. (2025). *A HOLISTIC APPROACH OF TRANSPERSONAL COUNSELING IN EDUCATIONAL SETTINGS TO IMPROVE ADOLESCENTS ' PSYCHOLOGICAL WELL -BEING*. 67–76.
- Prafista Wulan Sari. (2015). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Diploma IV Bidan Pendidik UNS. *Universitas Sebelas Maret Surakarta*, 89.
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan, bagaimana mengatasi penyebabnya*. Yayasan Obor Indonesia.
- Sartika, E. (2020). Reduksi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Melalui Islamic Brief Counselling Pada Siswa. *Syi'ar: Jurnal Ilmu Komunikasi, Penyuluhan Dan Bimbingan Masyarakat Islam*, 3(2), 81–92. <https://doi.org/10.37567/syiar.v3i2.618>
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Suranata, K., Ifdil, I., ... I. G.-C.-E. T., & 2021, undefined. (n.d.). Self-help online psychoeducation to overcome anxiety during covid-19 outbreak. *Journal.Konselor.or.Id*. Retrieved January 24, 2022, from <https://journal.konselor.or.id/index.php/counsedu/article/view/340>
- Suranata, K., Series, I. I.-J. of P. C., & 2020, undefined. (n.d.). The Psychometric Properties of Acceptable, Accessibility, and Feasibility Scale for Web-based School Resilience Training Program: A Rasch Analysis. *Iopscience.Iop.Org*. Retrieved January 24, 2022, from <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1742-6596/1539/1/012064/meta>
- Yulianti, S., & Karneli, Y. (2020). Studi literatur teknik restrukturisasi kognitif dan relaksasi dalam mereduksi stress seorang istri dalam hubungan pernikahan. *Jurnal Terapeutik Bimbingan Dan Konseling*, 4 (2)(2), 363–372. <https://doi.org/10.26539/terapeutik.42419>
- Zuraidah Zuraidah. (2023). Peran teknik CBT (Cognitive Behavior Therapy) dalam mengelola stres remaja. *Journal Innovation In Education*, 1(4), 01–21. <https://doi.org/10.59841/inoved.v1i4.342>