

DAFTAR PUSTAKA

- A.Jallaleng, R., Nadir, M., & Lauda, H. (2022). Pengaruh kecemasan sosial terhadap keaktifan mahasiswa dalam pembelajaran pada program studi PPKn universitas Al Asyariah Mandar. *Journal Peguruang: Conference Series*, 4(1), 63. <https://doi.org/10.35329/jp.v4i1.2468>
- Achmadi, F., Kautsar, F., & Gustopo, D. (2015). *Uji Validitas dan Reabilitas Hamilton Anxiety Rating Scale Terhadap Kecemasan dan Produktifitas Pekerja Visual Inspektion PT. Widatra Bakti*. SENATEK.
- Aisy, K. R., & Purwanto, S. (2024). *HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ajei. (2023). *Efektivitas Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy Dengan Setting Group Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja Akhir*. UIN Sultan Maulana Hasanudiin Banten.
- American Thoracic Society. (2021). *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HAM-A)*.
- Annisa, D., & Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor Universitas Padang*, 5(2), 93–99.
- Annisa, N. H. E., Minarningtyas, A., & Yusrini. (2022). FAKTOR-FAKTOR KECEMASAN MAHASISWA KEPERAWATAN DALAM MENGHADAPI UJIAN SKILL LABORATORIUM. *Jurnal Ners Widya Husada*, 9(1).
- Apriyanto, T. D., Fanisa, N., & Rahayu, E. D. (2022). Efektivitas Konseling Rasional Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Paedagogy*, 9(4), 734–742.
- Arifiati, R. ., & Wahyuni, E. . (2019). Peningkatan sense of humor untuk menurunkan kecemasan pada lansia. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 69–139.
- Arlington, A. P. A. (2013). *American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition*.
- Arnita, F. (2022). *Efektivitas Konseling Kelompok dengan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Menurunkan Kecemasan Menghadapi Ujian Pada Siswa [Universitas Negeri Padang]*.
- Asrori, A., & Hasanat, N. . (2015). Terapi kognitif perilaku untuk mengatasi gangguan kecemasan sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1), 89–107.
- Astuti, T., Desvianti, R. A., & Bangsawan, M. (2019). Pengaruh Psikoedukasi terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Kanker Payudara. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 121–126.
- Atikah, H. (2022). *Gambaran Kecemasan Sosial, Depresi dan Stigma Gangguan Mental Pada Remaja Di SMAN 4 Padang*. Universitas Andalas.

- Bluth, K., & Eisenlohr-Moul, T. A. (2017). Response to a Mindful Self-Compassion Intervention in Teens: A Within-person Association of Mindfulness, Self-Compassion, and Emotional Well-Being Outcomes. *Journal of Adolescence*, 57, 108–118.
- Brecht, G. (2000). *Sorting Our Stress Mengenal dan Menanggulangi Stress* (Prenhalindo (ed.)). Prenhalindo.
- Clark, D., & Donovan, J. (1994). Reliability and validity of the hamilton anxiety rating scale in an adolescent sample [On-line]. *Journal Of The American Academy Of Child And Adolescent Psychiatry*, 33(3), 60–354.
- Corey, G. (2016). *Theory & Practice of Group Counseling* (9th ed.). Cengage Learning.
- Damayanti, R., Hamid, H., & Ismail, I. (2023). Perbedaan Tingkat Kecemasan Sosial pada Remaja Perempuan di Kota Makassar Ditinjau dari Locus of Control. *Journal of Correctional Issues*, 6(2), 285–296.
- Daulay, M., Neviyarni, Netrawati, N., & Hariko, R. (2025). PENERAPAN BIMBINGAN DAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN BEHAVIOR UNTUK MENGATASI STRES MAHASISWA DALAM PENYELESAIAN TUGAS AKHIR. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 24–37.
- Dilla, Z. (2022). *Hubungan antara Harga Diri dengan Kecemasan Sosial Memilih Pasangan Hidup pada Wanita Dewasa Awal di Kecamatan Sampoiniet Kabupaten Aceh Jaya*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
- Ellis, A., & Dryden, W. (2007). *The Practice Of Rational Emotive Behavior Therapy* (Nachdr.). Springer Pub. Co.
- Erina, T. (2019). *Penerapan Konseling Kelompok Dengan Strategi Reframing Untuk Meningkatkan Motivasi Siswa Mengikuti Pelajaran Di Kelas Di SmpNegeri 1 Kandat*. 01.
- Fakhriyani, D. . (2019). *Kesehatan mental*. Duta Media Publishing.
- Febby, N. (2024). *PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SOSIAL PESERTA DIDIK KELAS VII DI MTs NEGERI 2 BANDAR LAMPUNG*. UIN Raden Intan Lampung.
- Gaho, J., Telaumbanua, K., & Laia, B. (2021). Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik role playing dalam meningkatkan interaksi sosial siswa kelas x SMA Negeri 1 Lahusa tahun pembelajaran 2020/2021. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 13–22.
- Gaol, P. L. (2006). *Hubungan Berfikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Masa Bebas pada Narapidana*. Fakultas Psikologi-Universitas Mercu Buana.
- Greca, L., & Lopez. (1998). Sosial Anxiety among adolescent: Linkages with peer relation and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 83–94.
- Habsy, B. A. (2018). Konseling Rasional Emotif Perilaku: Sebuah Tinjauan Filosofis. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 13(30), 13–30.
- Harahap, J. S., & Silvianetri, S. (2024). Efektifitas Konseling Kelompok dalam Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian pada Siswa. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan*

Konseling Islam, 8(2), 107–122.

Hasnida, N. L. L. (2016). *Konseling Kelompok*. Kencana.

Ismail, L., Sridewi, S., & Aminah, A. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial dan Self-Efficacy Terhadap Kecemasan Dunia Kerja Bagi Mahasiswa Pendidikan Tingkat Akhir. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 17(3), 1849–1860.

Jarnawi. (2020). Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona. *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 60–73.

Jatmiko, A. (2017). Sense Of Place Dan Social Anxiety bagi Mahasiswa Baru Pendatang. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 161–170. <https://doi.org/10.24042/kons.v3i2.563>

Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Social Anxiety in Young People: A Prevalence Study in Seven Countries. *Plos One*, 15(9).

Komalasari, D. (2018). *Teori dan Teknik Konseling*. Indeks.

Lestari, S. (2022). Analisis kualitas kepribadian konselor pada pelayanan bimbingan dan konseling. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349–1358.

Martin, & Richard. (2017). *The Shyness & Social Anxiety Workbook*. New Harbinger Publications.

Muyasaroh, H., Baharudin, Y. H., Fadjhrin, N., Pradana, T. ., & Ridwan, M. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam Menghadapi Pandemi Covid 19. *Lp2m Unugha Cilacap*, 3.

Nadhifa, F., Habsy, B. A., & Ridjal, T. (2020). Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Madrasah Ibtidaiyah, Efektifkah? *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 34(1), 49–58.

Neenan, & Dryden. (2010). *Cognitive Therapy in a Nutshell : Second Edition*. Sage.

Nevid, J. et al. (2005). *Psikologi Abnormal*. Erlangga.

Nurhikmah, M. D., & Ananda, S. D. (2022). EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY MENGGUNAKAN TEKNIK SIMBOLIS DAN LIVE MODELING DALAM MEMINIMALISIR KECEMASAN KARIR MAHASISWA AKHIR. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 16(1), 40–51.

Oktapiani, N., & Putri, A. (2018). GANGGUAN KECEMASAN SOSIAL DENGAN MENGGUNAKAN PENDEKATAN RASIONAL EMOTIF TERAPI. *Fokus*, 1(6), 227–232.

Pratiwi, D., Mirza, R., & Akmal, M. E. I. (2019). Social Anxiety In Terms Of Self-Esteem In Adolescents With Low Socio-Economic Status. *Journal of Education and Counseling*, 9(1), 21–22. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/download/6734/2966>

Prayitno, K. (2018). *Konseling Profesional yang Berhasil: Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Rajawali Pers.

- Puspitasari, H., & Aristawati, E. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Wanita Pra Menopause dengan Masa Pra Menopause di MI Miftakhul Ulum Kabupaten Pasuruan Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 15.
- Ramdan, I. M. (2019). Reliability and Validity Test of the Indonesian Version of the Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) to Measure Work-related Stress in Nursing. *Jurnal Ners*, 14(1), 33.
- Rauf, U. A., Sinring, A., Latif, S., & Sosial, T. (2023). *Penerapan Teknik Reframing dalam Konseling Kelompok sebagai Solusi Meningkatkan Toleransi Sosial Siswa Sekolah Menengah Atas di Kota Pare-Pare*. 3(4), 43–51.
- Santrock, J. (2011). *Life-Span Development, Perkembangan Masa Hidup*. Erlangga.
- Sartika, W., Said, A., & Ibrahim, I. (2013). Masalah-masalah interaksi sosial siswa dengan teman sebaya di sekolah. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(1), 141–145.
- Sarwono, S. (2011). *Psikologi Remaja Edisi Revisi*. PT Rajagrafindo Pesada.
- Sayekti, W., & Al, E. (2019). *Kecemasan Sosial*. CV Semiotika.
- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental 1*. Kanisius.
- Setiani, I. B., Taufiq, A., & Suherman, S. (2024). Bimbingan Kelompok dengan Pengajaran Formula ABCDE Pendekatan Rasional Emotif Behavior untuk Meningkatkan Self Efficacy Mahasiswa Calon Guru. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 12.
- Sigarlaki, M. ., & Nurvinkania, A. . (2022). Hubungan kecemasan sosial dengan pengungkapan diri dalam hubungan pertemanan. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 6(3), 345–362.
- Siregar, A. H. (2019). Teknologi Informasi dan Pengaruhnya Terhadap Tingkat Kecemasan Bekerja Karyawan di Bank. *Jurnal Ilmiah SMAR*, 3(2), 47–59.
- Sugara, G. S., Arumsari, C., & Novianti, D. (2023). Hubungan Antara Keyakinan Irasional Dengan Penerimaan Diri Pada Siswa. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 7(1), 33–48.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT Alfabeta.
- Syafitri, D. U., & Rahmah, L. (2021). Pelatihan Konselor Sebaya Daring Untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Siswa di SMA Islam XY Semarang. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 7(1).
- Syarkawi, A. (2019). Teknik relaksasi untuk membantu siswa mengatasi kecemasan menghadapi ujian. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 5(1), 69–79.
- Wahyudi, I., Bahri, S., & Handayani, P. (2019). *Aplikasi Pembelajaran Pengenalan Budaya Indonesia. 1*, 135–138.
- Wardiati, W. (2017). Penerapan PendekatanKonseling kelompok Rational EmotivePerilaku (KREP) untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas VII G di SMP Negeri 5 Pamekasan. *Jurnal: BK Unesa*, 7.
- Widiyanto. (2013). *Pengertian Paired Sample T-Test*.

- Widiyawati, E. (2023). *Kecemasan Sosial Pengguna Instagram Pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri Di Masa Pandemi Covid-19*. IAIN Kediri.
- Wirtati, I., & Rohman, F. (2024). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik REBT Untuk Menurunkan Kecemasan Siswa Menghadapi Pembelajaran Daring. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(3), 3585–3592.
- Wulandari, N. S., Firman, F., Netrawati, N., & Nazri, M. (2024). Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan REBT Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa dan Meningkatkan Kepercayaan Siswa Kelas XII Dalam Mengikuti Ujian Masuk Perguruan Tinggi Negeri di MAN 1 Aceh Tenggara. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 2(1), 107–110.
- Yandri, H., & Al, E. (2019). Penerapan Perilaku Altruistik Dalam Layanan Konseling Individu Oleh Guru Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah. *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 15(1).
- Yudianfi, Z. N. (2022). *Kecemasan Sosial Pada Remaja Di Desa Selur Ngrayun Ponorogo*. IAIN Ponorogo.
- Yunita, Y. (2020). Pentingnya Layanan Konseling Kelompok Terhadap Harga Diri Remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 1(3), 253–259.

