

DAFTAR PUSTAKA

- Erford, Bradley T. 2016. *40 Teknik yang Harus Diketahui Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Erlina, Lina. 2020. *Efikasi Diri dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien*. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
- Fattah, Hussein. 2017. *Kepuasan Kerja dan Kinerja Pegawai*. Yogyakarta: Elmatera.
- Gafur, Harun. 2015. *Mahasiswa dan Dinamika Dunia Kampus*. Bandung: CV Rasi Terbit.
- Hartanto, Frans Mardi. 2009. *Paradigma Baru Manajemen Indonesia Menciptakan Nilai dengan Bertumpu pada Kebajika dan Potensi Insani*. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Komalasari, Gantina dan Eka Wahyu, dan Karsih. 2011. *Asesemen Teknik Non Tes dalam Perspektif BK Komprehensif*. Jakarta: PT Indeks.
- Kusumastuti, Adhi dan Ahmad, Mustamil Khoiron. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif*. Semarang: Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo.
- Kristiyani, Titik. 2016. *Self-Regulated Learning Konsep, Implikasi, dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Manuntung, Alfeus. 2018. *Terapi Perilaku Kognitif pada Pasien Hipertensi*. Malang: Wineka Media.
- Komalasari, Gantina dan Eka Wahyu, dan Karsih. 2011. *Asesemen Teknik Non Tes dalam Perspektif BK Komprehensif*. Jakarta: PT Indeks.

- Oemarjoedi, Kasandra. 2018. *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. Jakarta: Kreativ Media Jakarta.
- Rizki, Avuan Muhammad. 2018. *7 Jalan Mahasiswa*. Sukabumi: CV Jejak.
- Putri, Hafiziani Eka dan Idat Muqodas. 2019. *Pendekatan Concrete-Pictorial-Abstract (CPA), Kecemasan Matematis, Self-Efficacy Matematis, Instrumen dan Rancangan Pembelajaran*. Sumedang: UPI Sumedang Press.
- Siyoto, Sandu dan M, Ali Sodik. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sukirno, Agus. 2018. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. Serang: A-Empat.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yusuf, A. Muri. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.

Internet

- Afnan, Rahmi Fauzia dan Meydisa Utami Tanau. 2020. “*Hubungan Efikasi Diri dengan Stress pada Mahasiswa yang Berada dalam Fase Quarter Life Crisis*”. *Jurnal Kognisia*. Vol. 3, No. 1. <https://doi.org/10.20527/jk.v3i1.1569>. Diakses pada tanggal 30 November 2021.
- Alifah, Nur dan Asep Supena. 2021. “*Analisis Attention Siswa Sekolah dalam Pembelajaran Jarak*”. *Jurnal Basicedu*. Vol. 5, No. 3.
- Apriliana, I Putu Agus, dkk. 2019. “*Mereduksi Kecemasan Siswa Melalui Konseling Cognitive Behavioral*”. *Indonesian Journal of Educational Counseling*. Vol. 3, No. 1. <https://doi.org/10.30653/001.201931.46>.

- Ayun, Qurrotu dan Nurhida Rahmalia W. 2020. “*Teknik Cognitive Behavioral Therapy untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Mahasiswa*”. Jurnal Magister Psikologi UMA. Vol. 12. DOI: <http://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.3701>. Diakses pada tanggal 12 Januari 2022.
- Faiziyah, Nur Vita. 2021. *Efektivitas Layanan Konseling Individu dengan Teknik Behavior Contract Untuk mengatasi Perilaku Membolos Sisw: Literature Review*. Jurnal Bikoketik. Vol. 05, No. 01.
- Fahrurrazi,dan Nurjannah. 2021. *Penerapan Cognitive Behavior Therapy Berbasis Islam Bagi Pecandu Alkohol*. *Journal of Behavior and Mental Health*. Vol. 2, No. 1. <http://journal.iain-manado.ac.id/index.php/JIVA/article/view/1522> diakses pada tanggal 26 September 2021.
- Hasanah, Nazilatul. 2016. *Konsep Self Efficacy dalam Al-Qur’an*. (Surabaya: Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya).
- Heryana, Ade. 2018. “*Informan dan Pemilihan Informan dalam Penelitian Kualitatif*”.
- Hidayatullah, Risky Maulana. 2021. *Efektivitas Self-Talk Terhadap Pengelolaan Kesehatan Mental di Tengah Pandemi COVID-19*. Jurnal Penelitian Psikologi. Vol. 1, No. 1.
- Idat Muqodas. *Cognitive Behavior Therapy: Solusi Pendekatan Praktek Konseling di Indonesia*.
- Imawati, Diyah. 2021. *Implementasi Konseling Kelompok Teknik Self Talk Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Peserta Didik*

Kelas XI SMA Negeri 1 Way Serdang Mesuji Lampung. (Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung).

Mamlu'ah, Aya. 2019. *Konsep Percaya Diri dalam Al-Qur'an Surat Ali Imran Ayat 139.* Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman. Vol. 1, No. 1.

Mekarisce, Arnild Augia. 2020. "Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat". Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat. Vol. 12, Edisi 3.

Nadhirah, Yahdinil Firda. 2006. *Hubungan antara Self-Efficacy, Konsep Diri, dan Konformitas terhadap Kelompok Sebaya dengan Perilaku Menyontek: Penelitian pada Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Adab IAIN "SMH" Banten.* (Depok: Universitas Indonesia).
<http://www.digilib.ui.ac.id/detail?id=97029&lokasi=lokal> diakses pada tanggal 22 Maret 2022 pada pukul 10.50 WIB.

Ningsih, Wahyu Fitra. Dkk. 2020. "Dampak Efikasi Diri Terhadap Proses & Hasil Belajar Matematika". *Journal On Teacher Education.* Vol. 1. No. 2.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jote/article/view/514> diakses pada tanggal 17 Desember 2021 pada pukul 21.53 WIB.

Nugrahaini, Farida. 2014. "Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa". Surakarta.

Nur, Safwan. 2021. "Penerapan Cognitive Behavioral Therapy Setting Group dalam Kecanduan Social Media pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah Kualasimpang". (Medan: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara).

- Nuryakin. 2021. *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Behavior Therapy Terhadap Tingkat Body Shame pada Peserta Didik Kelas VIII MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung*. (Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung).
- Oktariani. 2018. “Peranan Self Efficacy dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa”. *Kognisi Jurnal*. Vol. 3 No.1. <http://e-journal.potensi-utama.ac.id/ojs/index.php/KOGNISI/article/view/492> diakses pada tanggal 17 Desember pada pukul 21.48 WIB.
- PA, Heslin dan Klehe, UC. 2006. “Self-Efficacy”. (ed.). *Encyclopedia of Industrial/Organizational Psychology*. Vol. 2. https://www.researchgate.net/publication/228210952_Self-efficacy diakses pada tanggal 30 November 2021 pada pukul 21.47 WIB.
- Romadi, Amad. 2021. *Efektivitas Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy dengan Teknik Bibliotherapy untuk Meningkatkan Sikap Empati Peserta Didik MTs Negeri 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2020/2021*. (Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung).
- Rini, Noorma. 2018. “Effectiveness Of Self-Talk Techniques to Increase Verbal Communications Ability In Class IX B Students In SMP Negeri Banjarmasin”. *Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling*.
- Safitri, Riska Cahaya. 2021. *Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self-Talk Dalam Mengembangkankepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII Di Smp It Smart Insani Terbanggi Besar Lampung Tengah*. (Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung).

Salim, Frensen dan M, Fakhurrozi. 2020. *Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi Pada Mahasiswa*. Jurnal Psikologi. Vol. 16, No.2. DOI: <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9718>.

Sari, Syska Purnama. 2022. *Bimbingan dan Konseling Bermain dengan Pendekatan Cognitive Behavioral untuk Mengembangkan Relisiensi Mahasiswa*. Jurnal Mahasiswa BK An-Nur. Vol. 8, Np. 11.

Sopiyah, dkk. 2020. “*Efektivitas Teknik Konseling Cognitive Behavioral untuk Meningkatkan Self-Efficacy Siswa Pada Pelajaran Matematika*”. Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP). Vol. 11. No. 2. <http://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/jip/article/view/128> diakses pada tanggal 3 Desember 2021 pada pukul 22.16 WIB.

Via Al-Qur’an Indonesia <https://quran-id.com>

Wahid, Mulyadi. 2019. *Penerapan Terapi Positive Self Talk Dan Doa Melalui Pendekatan Cognitive Behaviour Therapy (Cbt) Dalam Menangani Masalah Prokrastinasi Pada Seorang Mahasiswi Di Uin Sunan Ampel Surabaya*. (Surabaya: Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya).

Yuliyani, Rahmawati. 2017. “*Peran Efikasi Diri (Self Efficacy) dan Kemampuan Berpikir Positif Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika*”, Jurnal Formatif. Vol. 7. No. 2. <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/formatif/article/view/2228/1688> diakses pada tanggal 30 November pada pukul 21.55 WIB.

Zakiah, Ilma. 2020. *Efektivitas Program Terapi Perilaku Kognitif/ Cognitive Behavior Therapy (CBT) Bagi Penyandang Tunagrahita di SLB Al-Azhar Medan*, (Medan: Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara Medan).

Wawancara

Wawancara dengan SNH, 19 Th, Mahasiswa BKI Semester 2 pada 30
Maret 2022. 14.00.

Wawancara dengan RSLU, 19 Th, Mahasiswa BKI Semester 2 pada 29
Maret 2022. 13.00.

Wawancara dengan MR, 19 Th, Mahasiswa BKI Semester 2 pada 7
April 2022. 13.30.

Wawancara dengan NA, 19 Th, Mahasiswa BKI Semester 2 pada 6
April 2022. 20.00.

Wawancara dengan PP, 20 Th, Mahasiswa BKI Semester 2 pada 8
April 2022. 13.00.

LAMPIRAN-LAMPIRAN