

DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an

Al-Qur'an dan Terjemahannya., Al-Fajr: 27-30

Undang-Undang Republik Indonesia

UU RI No.3 Tahun 2005. Tentang Sistem Keolahragaan. Presiden Republik Indonesia; 2005.

Buku

Abdurachman Tsanie, *“Konsep Guided Imajinasi (Imajinasi Terbimbing)”*

Achmad Juntika Nurihsan. (2011). *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung; Refika Aditama.

Aji U. (2020). *Psikologi Olahraga Hubungan Kecemasan Dengan Peak Performance*. Bogor; Guepedia.

Bradley T. Erford, *“40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor”*
Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017, h. 303

Harsono. (1998). *Coaching dan Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta.

Heri Saputro & Intan Fajrin, *Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit: Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit; Proses, Manfaat Dan Pelaksanaannya*, (Ponorogo: Forikes, 2017), Hal. 7

Husdarta, H.J.S. (2011). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.

Jeffrey S. Nevid dkk. 2003. *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Erlangga: Jakarta.

- John W. Santrock. (2002). *Live-Span Development (Perkembangan Masa Hidup) edisi kelima-jilid 2, terj. Achmad Chusairi dan Juda Damanik*. Jakarta; Erlangga.
- Komarudin. (2013). *Psikologi Olahraga*. Bandung; Pt. Remaja Rosdakarya.
- Mohamad Surya. (2013). *Psikologi Guru*. Bandung; Alfabeta.
- Namora L. Lubis. (2011). *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta; Kencana.
- Monty P. Satiadarma (2000). *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga* (Jakarta: Pustaka Sinar Harapan); H.107
- Nevid, Jeffrey S Dkk. (2003). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Erlangga: Jakarta.
- Prayitno. (2004). *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar Dan Profil) (Lanjutan)*. Ghalia Indonesia.
- Prayitno, d. 2017. *Layanan Bimbingan Kelompok & Konseling Kelompok* (pp.99- 104). Penerbit Ghalia Indonesia. Bogor
- Raharjo, Sahid. 2014. *Cara Melakukan Uji Validitas Product Moment dengan SPSS*.
- Raharjo, Sahid. 2014. *Cara Melakukan Uji Reliabilitas Alpha Cronbach's dengan SPSS*.
- Raharjo, Sahid. 2014. *Cara Melakukan Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov dengan SPSS*.
- Raharjo, Sahid. 2014. *Cara Melakukan Uji Homogenitas dengan SPSS*.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah (Metode, Teknik dan Aplikasi)*.

- Savitri Ramaiah. (2003). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta; Pustaka Populer Obor.
- Singgih D. Gunarsa. (2011). *Psikologi Olahraga Prestasi* (Jakarta: Pt Bpk Gunung Mulia), H.103-104.
- Soetjipto. (2017). *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor* (Cet II, Yogyakarta: Pustaka Pelajar), H.271.
- Stuart, Gail W. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syamsu Yusuf dan Juntika Nurikhsan (2010). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung; Remaja Rosdakarya.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*.
- Yusrizal, *Tanya Jawab Seputar Pengukuran, Penilaian, dan Evaluasi Pendidikan*, (Banda Aceh: Syiah Kuala University Press, 2015), h. 182.

Jurnal

- Achmad Rifai, Domi Bustomi, & Sumbara Hambali. (2020). *Perbandingan Latihan Footwork Dan Shadow Terhadap Kelincahan Atlet Tim Bulutangkis Pb. Setia Putra*.
- Ciptaningtyas, T. (2012). *Program Intervensi Imagery Untuk Mengatasi Kecemasan Kompetitif Pada Atlet Bulutangkis Dewasa*.
- I Gede Tresna (2011). “Efektifitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitiasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian”, Jurnal Upi (Online), 1, 93.

- Mardiah. (2022). *Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja Lingkungan Mendo Kelurahan Renteng Lombok Tengah*.
- Marjo, H. K., Chalik, I. C., & Pramuningtias, I. P. (2017). Atlet Sepaktakraw. *Jutnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2), 144–155.
- Mulyono, Lian. *Efek Desensitisasi Sistematis Guna Mengurangi Gejala Kecemasan*, (Tesis: UNIKA Semarang.h. Soegijapranata 2016)
- Putra, M. R. T., & Jannah, M. (2017). *Pengaruh Self Talk Positif Terhadap Konsentrasi Pada Atlet Panahan*.
- Setiawati,D., *Keefektifan Cognitive Restructuring dan Desensitisasi Sistematis Untuk Mengatasi Kecemasan siswa SMP dan SMA*. FIP Unesa. 2009), hlm.10.
- Subarjah, H,. & Hidayat, Y. (2007). *Permainan Bulutangkis. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Sukadiyanto. (1996). *Permainan Tennis Salah Satu Wahana Membina Remaja Untuk Beprestasi dan Berkepribadian*. Yogyakarta; LPKM IKIP Yogyakarta.
- Taylor Janet, “*Taylor Manifest Anxiety Scale*”, dalam Hadi, I., Rosyanti, L. dan Afrianty, N. S. “*Tingkat Kecemasan Narapidana Wanita di Lapas Kendari Dengan Kuisisioner Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)*” Vol. 10 No.2, *Health Information: Jurnal Penelitian*, (2018)

Skripsi

- Affandi, M. (2021). *Pengaruh Mindfulness Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. March, 1–6.
- Halimahtussa'diah. (2020). *Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas X di SMA Al-Hidayah Medan*.
- Hardika, D. (2018). *Bimbingan Kelompok Upaya Pengembangan Pengetahuan Keislaman Anak Jalanan di Komunitas Kandank Jurank Doank Ciputat*.
- I Gede Tresna. (2011). *Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitiasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian*.
- Tim Penyusun, *Pedoman Penyusunan Skripsi*, FEBI IAIN Tulungagung, 2018, hal.30.
- Windiasari, E. (2018). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Peserta Didik di SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun jaran 2018/2019*. Skripsi