

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Karimuddin, Misbahul Jannah, Ummu Aiman, Suryadin Hasda, Zahara Fadilla, Taqwin, Masita, Ketut Ngurah Ardiawan, and Meilida Eka Sari. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Edited by Nanda Saputra. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini Anggota IKAPI, 2021.
- A.Clark, David, and Aaron T.Beck. *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders*. New York: The Guilford Press, 2010.
- Albert, Ellis. *Overcoming Destructive Beliefs, Feelings, and Behaviors*. New York: Prometheus Books, 2001. <https://archive.org/details/overcomingdestru00albe>.
- . *Reason and Emotion in Psychotherapy*. Third. New York: Lyle Stuart, 1963.
- Amalia, Wini, Hadi Abdillah, and Kartika Tarwati. “Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners.” *Jurnal Malahayati Health Student* 3, no. 10 (2023): 3326–37.
- Anasti, Ririn, Lawe Anasta, Harnovinsah, and Lin Oktris. *Sukses Menyelesaikan Skripsi Dengan Metode Penelitian Kuantitatif Dan Analisis Data SPSS*. Edited by Aklia Suslia. Jakarta: Salemba Empat, 2022.
- Ania, Al Izza, and Lailiyah Syifaul. “Literature Review: Factors Affecting Final Year Students’ Anxiety In Preparing A Thesis In Indonesia Tinjauan Literatur: Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi Di Indonesia.” *Journal of Community Mental Health and Public Policy* 6, no. 2 (2024): 114–25.
- Anita, Anggraeni. “Upaya Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Meminimalisir Quarter Life Crisis Di Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Uin Raden Intan Lampung.” Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2023.
- Astiti, Shofi Puji. “Efektivitas Konseling Sebaya (Peer Counseling) Dalam Menuntaskan Masalah Siswa” 1, no. 2 (2019): 249.
- Aulia, Ika, and N Nurjannah. “Teori Klasik Dan Kontemporer : Rebt (Rational Emotif Behavior Therapy) Hingga Self Talk (Positive Self Talk Dalam Pandangan Islam) Classic And Contemporary Theory : Rebt (Rational Emotive Behavior Therapy) To Self Talk (Positive Self Talk In The Is.” *Jurnal Al-Isyraq* 6, no. 1 (2023): 57–58.
- Beck, Aaron T. *Cognitive Therapy And The Emotional Disorders*. New York: Penguin Group, 1979.
- Beck, Aaron T, Norman Epstein, Gary Brown, and Robert A Steer. “An Inventory for Measuring Clinical Anxiety : Psychometric Properties.” *Journal of Consulting and Ckinical Psychology* 56, no. 6 (1988): 895.

- Bradley T., Erford, Eaves Susan H., Bryant Emily M., and Young Katherine A. 35 *Techniques Every Counselor Should Know*. New Jersey: Pearson Education, Inc, 2010. <https://archive.org/details/35techniquesever0000unse>.
- Cahyani, Ratih Dwi, and Dudung Burhanuddin. "Anxiety Figures Ichi Prihatini in the Script of Monologue Drama Wanci Works From Imas Sobariah: Psychological Analysis of Literature." *Journal Article // Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, 2018, 1–10.
- Chairul, Nabila, Niken Widi Astuti, and Astri Anggraini. *Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Burnout Akademik Pada Mahasiswa Skripsi*. 17, no. 2 (2024).
- Chaerunisa, Sephia, Sarita Candra Merida, and Rospita Novianti. "Intervensi Perilaku Untuk Mengurangi Gejala Kecemasan Pada Lansia Di Desa Mekarsari RW 12 Tambun Selatan." *Jurnal Pengabdian Psikologi* 1, no. 1 (2022): 21–40.
- Dewi Roesmala, Iriani Fransisca. *Intervensi Kemampuan Regulasi Diri*. I. Yogyakarta: Penerbit ANDI (ANGGOTA IKAPI), 2019.
- Diswanti, Noviana. "Efektivitas Teknik Self-Talk Dalam Pendekatan Konseling Kognitif Untuk Meningkatkan Disiplin Diri Peserta Didik." *Jurnal Lentera* 1 (2016): 15.
- Ellis, Rusnawati, and Prisca Diantara Sampe. "Efektivitas Konseling Teman Sebaya Untuk Mengurangi Stres Pembimbingan Skripsi Pada Mahasiswa." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 8, no. 21 (2022): 442.
- Fais Nur Aini. "Implementasi Teknik Self Talk Untuk Meningkatkan Self Awareness Pada Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya." Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2021.
- Hardi Prasetiawan. "Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 4 (2016): 6.
- Hilinti, Yatri, Lezi Yowita Sari, Nimas Ayu Lestari Nurjanah, and Desi Aulia Umami. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja Dan Perimenopause*. Bojong Pekalongan, Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management, 2024.
- Hunainah. *Teori Dan Implementasi Model Konseling Sebaya*. Edited by Yunus Abidin. Bandung: Rizqi Press, 2019.
- Ika, Aulia, and Nurjannah N. "Teori Klasik Dan Kontemporer: REBT (Rational Emotif Behavior Therapy) Hingga Positive Self Talk Dalam Pandangan Islam." *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam* 6, no. 1 (2023): 61.
- Joseph, Mario Carl. "Penerapan Terapi Penerimaan Dan Komitmen Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Narapidana Menjelang Pembebasan Bersyarat Di Lapas X." *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni* 1, no. 2 (2018): 239.

<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.965>.

Judith S. Beck. *Cognitive Behavior Therapy: Basic and Beyond*. Second Edi. New York: The Guilford Press, 2011.

Kadarsih, Sri. *Implementasi Peer Counseling*. Cet. Pertama. Bengkulu: Penerbit Buku Literasiologi, 2020.

Kesyha, Putri, Tamora Br Tarigan, Ledi Wayoi, and Elsa Novita. "Stigma Kesehatan Mental Dikalangan Mahasiswa." *Journal on Education* 06, no.02 (2024): 13206–7.

Keith S., Dobson. *Handbook of Cognitive-Behavioral Therapies*. Third Edit. New: The Guilford Press, 2010.

Kristiani, Sula, and Kristianingsih Sri Aryanti. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Akademik Terhadap Ujian Praktik Pada Mahasiswa Akhir." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 5, no. 2 (2023): 4524.

M. Khatami Maulana. "Efektivitas Teknik Self Talk Dalam Menurunkan Kecemasan Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Angkatan 2020 (Studi Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Suska Riau) SKRIPSI." Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2024.

Meliala, Sinarsi, Laksana Tobing, Dwi Nursiti, and Krisnatalina Lumbanraja. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Pgsd Tingkat Akhir Universitas Sari Mutiara Indonesia." *JURNAL PSYCHOMUTIARA* 4, no. 2 (December 2021): 92–114. <https://doi.org/10.51544/psikologi.v4i2.3327>.

Mila Rosyta Noor Awalina. "Pengaruh Konseling Teman Sebaya Terhadap Hopeleness Santriwati Remaja Awal." UIN Raden Mas Said Surakarta, 2022.

Muallifah. *Model Peer Counseling (Tinjauan Teori & Implementasi)*. Cetakan 1. Malang: Edulitera, 2023.

Nuha, Moch. Syihabudin, Nur Hidayah, and Fitri Wahyuni. "Model Pelatihan Peer-Counseling Pada Mahasiswa: Tinjauan Literatur Sistematis." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 8, no. 2 (2024): 818–40.

Nuryadi, Tutut Dewi Astuti, Endang Sri Utami, and M. Budiantara. *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*. Cetakan ke. Yogyakarta: SIBUKU MEDIA, 2017.

Oktamarin, Lidia, Fika Kurniati, Maratus Sholekhah, Silpa Nurjanah, Sri Wahyuni Oktaria, Sukmawati Sukmawati, and Tantri Apriyani. "Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini." *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1, no. 02 (2022): 119–34. <https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i02.192>.

Putri Ayu Febryani Br S Meliala. "Kesehatan Mental Mahasiswa Menghadapi Tekanan

Akademik Dan Sosial.” *Jurnal Psikologi* 1, no. 4 (2024): 4–5.

Putri, Marsella Apriola Dwi, Andik Matulesy, and Nindia Pratitis. “Kecemasan Masa Depan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Adakah Peranan Internal Locus Of Control?” *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia* 02, no. 2 (2024): 395.

Razali, Geofakta, Ahmad Syamili, Roberta Hurit Uron, Aulia Asman, Lestariningsih, Elizabeth Louise Radjawane, Christina Bagenda, et al. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi*. Edited by Syaiful Bahri. Bandung: CV. MEDIA SAINS INDONESIA, 2023.

Retno Basitotur Rizkiyati. “Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Di Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Iain Purwokerto Angkatan 2015.” IAIN Purwokerto, 2019.

Rizky Janwal. “Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique Dalam Menurunkan Kecemasan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 Dan 2019.” Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2023.

Robert J, Havighurst. *Developmental Tasks and Education*. New York: Longman Inc, New York, 1972. <https://archive.org/details/developmentaltas0000havi>.

Rokom. “Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa Di Indonesia.” Kementrian Kesehatan RI, 2021.

Romiaty, Esty Pan Pangestie, Dony Apriatama, Nonsihai, and Susi Sukarningsi. *Teori Konseling REBT, Behavior Dan Realita*. Sleman, Yogyakarta: Deepublish Digital, 2023.

Saat Sulaiman, and Sitti Mania. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Cet. Kedua. Gowa: Pusaka Almaida, 2020.

Sahir, Syafrida Hafni. *Metodologi Penelitian*. Edited by Try Koryati. Bantul-Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia, 2022.

Savitri, Lia Luthfi, M. Ramli, and Widya Multisari. “Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Dengan Teknik Self-Talk Untuk Mengurangi Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Dalam Penyelesaian Skripsi.” *Buletin Konseling Inovatif* 3, no. 1 (2023): 42. <https://doi.org/10.17977/um059v3i12023p37-44>.

Savitri, Lia Luthfi, M Ramli, and Widya Multisari. “Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Dengan Teknik Self-Talk Untuk Mengurangi Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Dalam Penyelesaian Skripsi.” *Buletin Konseling Inovatif* 3, no. 1 (2023): 37–44. <https://doi.org/10.17977/um059v3i12023p37-44>.

Sembiring, Tamaulina Br, Irmawati, Muhammad Sabir, and Indra Tjahyadi. *Buku Ajar Metodologi Penelitian (Teori Dan Praktik)*. Cet. Pertama. Karawang: CV Saba Jaya Publisher, 2023.

- Setiani, Widiyati, Chandra Anita, and Purwadi. "Analisis Kecemasan Anak TK Di Awal Masuk Sekolah Dalam Interaksi Didalam Kelas Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang." *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 3, no. 2 (2019): 92.
- Siti Aini Manurung. "Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir." Universitas Medan Area, 2023.
- Sugiharno, Ramadhan Trybahari, Wibowo Hanafi Ari Susanto, and Frengki Wospakrik. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir." *Jurnal Keperawatan Silampari* 5, no. 2 (2022): 1190.
- Sugiono, Noerdjanah, and Afrianti Wahyu. "Uji Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur SG Posture Evaluation." *Jurnal Keterampilan Fisik* 5, no. 1 (2020): 55–61.
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung: ALFABETA, 2020. *Statistika Untuk Penelitian*. Edited by Endang Mulyatiningsih. Bandung: CV Alfabeta, 2007.
- Suratmi, Rukman Abdullah, and M Taufik. "Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Hasil Belajar Mahasiswa Di Program Studi Pendidikan Biologi Untirta." *Jurnal Pembelajaran Biologi* 4, no. 1 (2019): 1,11,15.
- Susilo, Tri Endra Pramanda, and Eldawaty. "Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Di Prodi PENJASKESREK Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang." *Jurnal Ilmiah BK* 4, no. 2 (2021): 105–13.
- Syawaluddin, Nurfarida Deliani, Halida, and Fendahapsari Singgih Sedayu. *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stress Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Iain Bukittinggi*. 4, no. 6 (2022): 11383.
- Tambunan, Syafrianto. "Self Talk Untuk Motivasi Belajar Siswa Dalam Layanan Konseling (Sebuah Elaborasi Konseptual Menuju Model Alternatif Bimbingan Konseling Islam)." *AL-IRSYAD: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 1, no. 1 (2019): 98.
- Tanjung Sari, Denfiet, Evi Afianti, and Arga Satrio Prabowo. "Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Mengerjakan Skripsi (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Sultan Ageng Tirtayasa)." *Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan* 5, no. 3 (2024): 738.
- Tiyas, Ifadhah Soffa Ning, and Onny Fransinata Anggara. "Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Liberosis* 16, no. 1 (2025).
- Tri, Puji Astuti, and Sri Hartati. "Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi (Studi Fenomenologis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Undip)." *Jurnal Psikologi Undip* 12, no. 1 (2013): 69–81.

Winda, Lestari, and Wulandari Dyah Astorini. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19 Semester Genap Tahun Ajaran 2019/2020." *Jurnal PSIMPHONI* 1, no. 2 (2021): 97.

Wulanndari, Novie Indah, Saiful Gunardi, and Emi Yuliza. "Hubungan Self-Talk Dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Semester Akhir Universitas Indonesia Maju Jakarta Tahun 2023." *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran* 1, no. 3 (2024): 10.