

DAFTAR PUSTAKA

- Abimanyu, Soli dan Marinho. 1996. *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Jakarta: Proyek Pendidikan Tenaga Akademik Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Anwar, Zainul. 2012. *A-Z Psikologi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Blackburn, Marie (penerjemah: Dra. Rusda Koto Sutadi). 1994. *Terapi Kognitif Untuk Depresi Dan Kecemasan Suatu Petunjuk Bagi Praktisi*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Corey, Gerald. 2005. *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Ibrahim. 2007. *Ilmu dan Aplikasi Pendidikan*. Bandung: Pedagogiana Press.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greena, B. 2005. *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Nursalim, Mochamad. 2013. *Strategi Intervensi dan Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Prawitasari, Johana E. 2011. *Psikologi Klinis: Pengantar Terapan Mikro dan Makro*. Jakarta: Erlangga.
- Riduwan. 2012. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Riyanti, Astutik. 2012. *Upaya Menurunkan Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Menggunakan Teknik Desensitisasi Sistematis pada Siswa Kelas VIII Unggulan SMP Negeri 1 Abung Semuli Lampung Utara Tahun Pelajaran 2010-2011* (Skripsi). Bandar Lampung: Universitas Lampung.
- Rokhyani, Esti. 2011. *Efektivitas Konseling Rasional Emotif dengan Menggunakan Teknik Relaksasi untuk Membantu Siswa Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian* (Online). <http://ebookbrowse.net/>. Diakses pada 2 Maret 2014.
- Santrock, John W. 2009. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Spielberger, C.D. dan Sarason, J. G. 2005. *Stress and Anxiety*. Washington D.C.: Hemisphere Publishing Corp (Online). Vol. 5
<http://www.psych.uw.edu/research/sarason/files/TestAnxietyScale.pdf>.
Diakses pada 4 April 2014.

- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suyamto. 2009. *Pengaruh Relaksasi Otot dalam Menurunkan Skor Kecemasan T-TMAS Mahasiswa Menjelang Ujian Akhir Program di Akademi Kperawatan Notokusumo Yogyakarta* (Online). Vol. 25. Diakses pada 2 Maret 2014.
- Swasti, Keksi G. 2013. *Penurunan Ansietas dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Kelas XII SMAN X Melalui Pemberian Terapi Suportif* (Online). Vol. 8. <https://www.google.co.id/> Diakses pada 2 Maret 2014.
- Tresna, I Gede. 2011. *Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian* (Online). <http://ebookbrowsaa.net/>. Diakses 2 Maret 2014.
- Wahyuni, Sri. 2012. *Mengurangi Kecemasan Konseli Mengikuti Ujian Nasional Melalui Konseling Kelompok Dengan Strategi Relaksasi*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan* (Online). Vol. 13. <http://ejournal.unesa.ac.id>. Diakses 29 Desember 2013.