

DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, M. A., Rahayu, D., & Prastika, N. D. (2015). Pengaruh Terapi Berpikir Positif dan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Mahasiswa Universitas Mulawarman. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 4(2). 105-125.
- AD, Yahya & Egalia. (2016). Pengaruh Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan Teknik *Self Control* untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 3(2). 133-146 diakses pada tanggal 14 Mei 2021 DOI: <https://doi.org/10.24042/kons.v3i2.561> .
- Adzibah, U. (2019). *Efektivitas cognitive behavior therapy (CBT) terhadap peningkatan forgiveness narapidana yang akan bebas* . Skripsi psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Diakses pada tanggal 12 Desember 2020 melalui: <https://etheses.uin-malang.ac.id/15790/1/15410160.pdf> .
- Agustini. (2018). Penerapan *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Mengurangi Fobia Darah Pada Usia Dewasa Awal. *Biopsikososial*. 2(1). 89-105 Di akses pada tanggal 26 September 2020 melalui : <http://publikasi.mercubuana.ac.id/index.php/biopsikososial/article/download/7225/3015> .
- Aini, D.K. (2019). Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 39(1). 70-90.
- Ambarita. T.F.A. (2016). Terapi Desensitisasi Sistematis Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Fobia Jarum Suntik. *Majalah Ilmiah Methode*. 6(1). 20-28.
- Annisa, D.F & Irdil. (2016). Konsep Kecemasan (*Anxiety*) pada Lanjut Usia (LANSIA). *E-journal UNP*. 5(2). 93-99 diakses pada tanggal 20 September 2020 melalui: <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/download/6480/5041> .
- Asyanti, S. (2019). *Cognitive Behavioral Therapy Teori dan Aplikasi*. Edisi 1. Muhammadiyah University Press. Surakarta.
- Azmarina, R. (2015). Desensitisasi Sistematis dengan Dzikir Tasbeeh untuk Menurunkan Gejala Kecemasan pada Gangguan Fobia Spesifik. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 12(2). 90-104.

- Azwar, S. (2018). *Metode Penelitian Psikologi*. (Edisi 2). Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Firosad, Ahmad M., Nirwana., & Syahmiar. (2016). Teknik Desensitiasi Sistematis untuk Mengurangi Fobia Mahasiswa. *Konselor*. 5(2). 100-107 diakses pada tanggal 22 Oktober 2020 melalui <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/download/6546/5126>.
- Fitriani, dkk. (2020). Pengaruh Strategi *Coping* Terhadap Tingkat Stres Pada *Caregiver* Informal yang Merawat Penderita Skizofrenia Di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta Barat. *Jurnal Delima Harapan*. 7(2). 128-133.
- Fuad, E., Gunawan, R., Amien, J. A., & Elviani, U. (2019). Perangkat Media Terapi Bagi Anak Penderita Fobia Jarum Suntik (*TRYPANOPHOBIA*) Menggunakan Teknologi *Augmented Reality*. *Jurnal Fasilkom*. 8 (1). 305-314.
- Groves, G. (2016). *Systematic Desensitization*. E-book *Psychotherapy Guidebook*. Internasional Psychotherapy Institute di akses pada tanggal 25 Maret 2021 melalui : <https://id1lib.org/dl/11740808/e6be19>.
- Halgin, R. P., & Whitbourne, S. K. (2009). Psikologi Abnormal Perspektif Klinis pada Gangguan Psikologi Edisi 6 Buku 1. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hamilton & Ellinwood. (1991). *Case Report of A Needle Phobia*. *The Journal of Family Practice*. 32(4). 420-422.
- Harahap, N. (2020). Penelitian Kualitatif. E-book. Medan: Wal Ashri Publishing. Diakses pada tanggal 15 Agustus 2021 melalui <https://book.asia/book/11700142/76e0b9>.
- Hariyati, R. T. S & Mutianingsih. (2018). Penggunaan *Virtual Reality Exposure Therapy* pada Klien dengan Gangguan Kecemasan : Fobia Sosial. *Jurnal Kesehatan Bhakti Husada*. 4(2). 36-41.
- Hayatussofiyya, dkk. (2017). Efektivitas Terapi Kognitif Perilaku Religius untuk Menurunkan Depresi pada. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(1). 42-54.
- Hermawan, Dea N & Rais, Zaini. (2014). Aplikasi Teknik Olah Reka Latar Dengan Tema *Phobia* Pada Produk Fashion. *Jurnal Tingkat Sarjana Bidang Seni Rupa dan Desain*. 1(2). 1-8.
- Hurlock, E. B. (1991). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi 5). Jakarta : Erlangga.

- Jaswadi,T.(2008). Efektivitas Terapi Behavioral Terhadap Inkontinensia Urin Pada Usila Di PSTW Budi Luhur Yogyakarta. Skripsi Keperawatan. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Yogyakarta. Di akses pada tanggal 18 Mei 2021 melalui :<https://adoc.tips/download/efektivitas-terapi-behavioral-terhadap-inkontinensia-urin-pa.html> .
- Khan,dkk.(2015).*Prevalence of Needle Phobia among Young Patients Presenting to Tertiary Care Government Hospitals of Karachi,Pakistan.International Journal of Research(UR).2(1).127-135* di akses pada tanggal 20 September 2020 melalui: <https://journals.pen2print.org/index.php/ijr/article/view/1300/1225> .
- Kumbara,H.,Metra,Y., & Ilham,Z.(2017). Analisis Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuasin pada PORPOV 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan.17(2)*. 28-35.
- Manna,M.(2019). Teknik *Self-Talk* untuk Mengurangi Kecemasan Pada Lansia dengan Gangguan Cemas Menyeluruh. *Jurnal Mapro Psikologi.117-120* diakses pada tanggal 28 Juli 2021 melalui: https://docplayer.info/storage/104/164429465/1628957466/kw4_cpH_HJNH2tpnz8s_kQ/164429465.pdf .
- Maryam, Siti.(2017). Strategi *Coping*. Teori dan Sumber Dayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa. 1(2)*. 101-107.
- Maslim,Rusdi.(2013). Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkasan PPDGJ-III dan DSM-V. PT. Nuh Jaya: Jakarta.
- Melianawati.(2014). Penerapan CBT Pada Penderita Fobia Spesifik. *Jurnal Mahasiswa Universitas Surabaya.3(1)*. 1-12 diakses pada tanggal 27 Oktober 2020 melalui: <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/download/1661/1354/> .
- Nevid,J., Rathus,S.P, & Greene,B.(2014). *Abnormal Psychology in a Changing World* (Ninth ed). Pearson Education,Inc: USA.
- Prastianingrum,G & Purnomo,A.S.(2019). Sistem Pakar Diagnosa Fobia Menggunakan Metode Certainty Factor. *JMAI (Jurnal Multimedia & Artificial Intelligence)*, 3(2), 73-80.
- Pratisti,W.D & Yuwono,S.(2018). PSIKOLOGI EKSPERIMEN: Konsep, Teori, dan Aplikasi. Muhammadiyah University Press: Surakarta.
- Prayetno,A, dkk.(2020). Efektivitas Desensitisasi Sistematis untuk Menurunkan Tingkat Fobia Spesifik. Tesis. Program Studi Magister Psikologi Profesi.

Universitas Sumatera Utara. Diakses pada tanggal 8 April 2021 melalui: <http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/28587/167029007.pdf?sequence=1&isAllowed=y> .

- Putranto, A.K.(2016). Aplikasi *Cognitive Behavior* dan *Behavior Activation* dalam Intervensi Klinis. Jakarta : Grafindo Books Media.
- Purwaningtyas, F. D.(2020). Intervensi Psikologi Perilaku Maladaptive : Metode CBT pada Penderita Fobia Kolam Renang atau Pantai (Air). *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)*. 15(1). 1-31.
- Raghvendra,dkk.(2010).*Trypanophobia-an Extreme and Irrational Fear of Medical Procedures: An Overview. Internasional Journal of Pharmaceutical Sciences Review and Research*.4(1).18-21.ISSN 0976-044X.
- Rahman,A.(2014). Konsep Terapi Perilaku dan *Self-Efficacy*. *Jurnal Kependidikan Islam*. 4(2). 408-432.
- Rizkiawati,R & Asiah,Dessy H.S.(2016). Mengatasi Masalah Distorsi Kognitif Pada Klien Usia Remaja Dengan Metode *Cognitive Restructring Form*. *Social Work Journal*.6(2). 244-251 di akses pada tanggal 27 September 2020 melalui : <https://doi.org/10.24198/share.v6i2.13212> .
- Sa'adah,F.M & Rahman,I.K.(2015). Konsep Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* dengan Pendekatan Islam Untuk Meningkatkan Sikap Altruisme Siswa. *Jurnal Hisbah*. 12(2). 49-59.
- Siregar.(2013).Penerapan *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* Terhadap Pengurangan Durasi Bermain *Games* pada Individu yang Mengalami *Games Addiction*. *Jurnal Psikologi*.9(1).17-24.
- Sundari,S.(2005). Kesehatan Mental dalam Kehidupan. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sugiyono.(2019). Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung : CV.ALFABETA.
- Utomo, K. D. M.(2019). *Cognitive Behavioral Therapy* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Akademis pada Siswa SMA Korban Bullying Relasional. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 1(1).40-50.
- William & Jane.(2017). *Cognitive Behavior Therapy* Prinsip-prinsip Utama untuk Praktik. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Yusuf,S.(2009).*Mental Hygine: Terapi Psikopiritual* untuk Hidup Sehat Berkualitas. Bandung: Maestro.

Zakiah.(2014). Pengaruh Efektivitas *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Berbasis Komputer Terhadap Klien Cemas dan Depresi. *E-Journal WIDYA Kesehatan dan Lingkungan*. 1(1). 75-80. diakses pada tanggal 20 September 2020 melalui: <https://media.neliti.com/media/publications/36801-ID-pengaruh-dan-efektifitas-cognitive-behavioral-therapy-cbt-berbasis-komputer-terh.pdf> .