

DAFTAR PUSTAKA

- Antony, M. M., & Swinson, R. P. (2021). *The shyness and social anxiety workbook: Proven, step-by-step techniques for overcoming your fear*. New Harbinger Publications.
- Dewi, Rahmania. (2023). *Psikologi Konselin*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Djiwandono, P. I., & Yulianto, W. E. (2023). *PENELITIAN KUALITATIF ITU MENGASYIKKAN: Metode Penelitian untuk Bidang Humaniora dan Kesusastraan*. Penerbit Andi.
- Dr, P. (2022). Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. *CV. Alfabeta, Bandung*.
- Erford, T. (2017). Bradley. 40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Fernanda, M. U. H. (2022). Penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif.
- Folastri, S., & Rangka, I. B. (2020). *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Panduan Praktis Menyeluruh)*. Mujahid Press.
- Hartanti, J. (2022). Bimbingan kelompok.
- Laut Mertha Jaya, I., & Husaini, F. (2020). Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif: teori, penerapan, dan riset nyata.
- Lumongga, D. N. (2019). *Konseling kelompok*. Kencana.
- Maulida, M. (2020). Teknik pengumpulan data dalam metodologi penelitian. *Darussalam, 21(2)*.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2020). Psikologi abnormal edisi kesembilan jilid 1. *Jakarta: Erlangga*.
- Pati, W. C. B. (2022). *Pengantar Psikologi Abnormal: Definisi, Teori, Dan Intervensi*. Penerbit Nem.
- Ramdhan, M. (2021). *Metode penelitian*. Cipta Media Nusantara.
- Rasimin, M. P., & Hamdi, M. (2021). *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Bumi Aksara.
- Sugiyono, (2022) *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Vee Katrin. (2023). *Menjadi Introvert yang Bahagia: Panduan Praktis untuk Menemukan Kebahagiaan di Dalam Diri Sendiri*. Yogyakarta: CV Andi Harapan: Hal 34-3
- Asih, S. S. A. S. S., Purwati, P., & Sugiyadi, S. (2022). Teknik Behavioral Reherasal Terhadap Peningkatan Tanggung Jawab Belajar Di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi, 5(2)*, 104-115.

- Dianti, T. M., & Karneli, Y. (2024). Analysis Of Cognitive Behavior Therapy Techniques In Counseling. *Jurnal Ilmiah Konseling Pendidikan*, 3(1), 29-39.
- Elfariani, I., & Anastasya, Y. A. (2023). Regulasi Diri dan Kecemasan Sosial pada Remaja. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 5(1), 57-67.
- Febriani, Y., & Taherong, R. (2023). Efektifitas Konseling Kelompok Teknik Behavioral Rehearsal Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Siswa Kelas Viii Smp Negeri 3 Batauga. *Frame (Jurnal Ilmiah Mahasiswa)*, 2(01), 81-86.
- Hafiva, W., Yusri, F., & Aprison, W. (2020). Efektivitas Pendekatan Ego Untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa di SMAN 2 Padang Panjang. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2), 223-236.
- Jatmiko, A. (2021). Sense of place dan social anxiety bagi Mahasiswa Baru Pendetang. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 161-170.
- Kholifah, N. (2020). Peran teman sebaya dan kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 3(2), 60-68.
- Mahmudah, F., Erawati, D., & Mz, I. (2021). Hubungan kepribadian introver dengan kecemasan sosial pada mahasiswa IAIN Palangka Raya. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 4(2), 145-162.
- Mahmudah, F., Erawati, D., & Mz, I. (2021). Hubungan kepribadian introver dengan kecemasan sosial pada mahasiswa IAIN Palangka Raya. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 4(2), 145-162.
- Mareti, N. Z., Suryati, S., & Fitri, H. U. (2023). Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Rehearsal Untuk Membentuk Kemandirian Remaja Di Panti Asuhan Bunda. *Social Science and Contemporary Issues Journal*, 1(2), 377-389.
- Mulkiyan, M. (2022). Mengatasi masalah kepercayaan diri siswa melalui konseling kelompok. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 136-142.
- National Institute of Mental Health. (2019). Social Anxiety Disorder: More Than Just Shyness. *National Institute of Health (NIH)*.
- Pratiwi, U., & Karneli, Y. (2024). Pemahaman Mendasar tentang Konseling Kelompok bagi Praktisi Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Siber Nusantara*, 2(2), 60-66.
- Rachmawaty, F. (2021). Peran pola asuh orang tua terhadap kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 10(1).

- Sari, W. K., Jannah, N., & Afriyanti, V. (2022). Identifikasi Permasalahan Kecemasan Sosial dan Penanganannya Pada Remaja di Panti Asuhan. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 204-208.
- Sitompul, L. K. (2021). Implementasi Teknik Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 5(2), 501-512.
- Swasti, I. K., & Martani, W. (2020). Menurunkan kecemasan sosial melalui pemaknaan kisah hidup. *Jurnal Psikologi*, 40(1), 39-58.
- Ulandari, P., Razzaq, A., & Marianti, L. (2023). Peran Peran Konseling Individual Dengan Metode Mindfulness Dalam mengatasi Kecemasan Pada Remaja Di LPKA Kelas I Palembang. *Journal of Society Counseling*, 1(1), 62-68.
- Widiyanti, P. (2024). Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Scaling terhadap Pengambilan Keputusan Karir. *Jurnal Educazione: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran dan Bimbingan dan konseling*, 12(1), 44-56.
- Azis, L. (2024). *Konsep Sabar dan Relevansinya dalam Kehidupan Kontemporer Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah* (Bachelor's thesis).
- Dewi, F. R. (2020). *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas Xi SMK SMTI Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2020/2021* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Hardiansyah, F. (2022). *Desain pelatihan dalam mengurangi kecemasan sosial pada mahasiswa berkepribadian introvert dengan teknik behavioral rehearsal* (Doctoral dissertation, IAIN Palangka Raya).
- Hutagaol, T. (2020). *Penanganan Kasus Kecemasan Sosial Siswa dalam Layanan Bimbingan dan Konseling (Studi Kasus di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 3 Terpadu Pekanbaru)* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU).
- KIRANA, K. D. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Bedah Saraf Di Rsud Dr. Chasbullah Abdul Madjid Bekasi* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Lestari, A. M. (2023). *Pengaruh Bimbingan Psikososial Untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Klien Di Balai Pemasyarakatan (Bapas) Kelas Ii Pekanbaru* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Pairunan, I. K. (2023). Pengaruh Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Pada Siswa Smp Negeri 1 Rantepao.
- Rahmawati, A., & Imanti, V. (2023). *Teknik Behavioral Rehearsal Untuk Menurunkan Kecemasan Interaksi Sosial Pada Remaja Di Panti Asuhan Keluarga Yatim Aisyiyah Bekonang* (Doctoral dissertation, UIN Surakarta).

- Ricky, D. S. (2023). *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Rehearsal Terhadap Self Confidence Peserta Didik Kelas Viii Mts Negeri 2 Bandar Lampung* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung).
- RIMA, D. S. (2022). *Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Di Smk Persada Bandar Lampung* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung).
- Syahrir, I. D. N. (2023). *Hubungan Self Adjustment Dengan Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Tingkat Awal Di Kota Makassar* (Doctoral Dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Yanni Febri. (2020). *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Pendekatan Realitas Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Siswa Di Kelas Xi Rpl Smk Negeri 1 Binjai Tahun Ajaran 2019/2020*.
- Yudianfi, Z. N. (2022). *Kecemasan Sosial Pada Remaja di Desa Selur Ngrayun Ponorogo* (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo).
- Tafsir Web, Surat Al-Fath Ayat 4. <https://tafsirweb.com/37260-surat-al-fath-lengkap.html> Diakses Pada Tanggal 18 Desember 2024 Pukul 22.06 WIB
- Website resmi Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam, Sejarah singkat, <https://bpi.radenfatah.ac.id/pages/10-sejarah-singkat.html>. Diakses pada tanggal 20 Desember 2024 Pukul 19.49.
- Subjek Peneliti, Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Tahun 2024. Wawancara Langsung Pada Tanggal 22 November 2024.