

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, A., Korompot, C. A., Patak, A. A., & Asnur, M. N. A. (2018). *Sustainable Teacher Professional Development in English Language Education*. Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar. <https://books.google.co.id/books?id=3YmEDwAAQBAJ>
- Adrian, K. (2020). *Mengenal Anxiety yang Mengganggu dan Berbagai Jenisnya*. Alodokter.Com. <https://www.alodokter.com/mengenal-anxiety-yang-mengganggu-dan-berbagai-jenisnya>
- Adriansyah, M. A., Rahayu, D., & Prastika, N. D. (2015). Pengaruh Terapi Berpikir Positif, Cognitive Behavior Therapy (CBT), Mengelola Hidup dan Merencanakan Masa Depan (MHMMMD) terhadap Penurunan Kecemasan Karir pada Mahasiswa Universitas Mulawarman. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 12(2), 105–125. <https://doi.org/10.18860/psi.v12i2.6403>
- Airunnisah, N., Ratnasari, D., & Mulyadi. (2019). Efektivitas layanan konseling kelompok untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK Islam Wijaya Kusuma. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(3), 134–140. <https://doi.org/10.26539/teraputik.23114>
- al Munajjid, S. M. (2006). *Silsilah Amalan Hati*. Irsyad Baitus Salam.
- Amali, B. A., & Rahmawati, L. E. (2020). Upaya Meminimalisasi Kecemasan Siswa Saat Berbicara di Depan Umum dengan Metode Expressive Writing Therapy. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(2), 109–118. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i2.12306>
- Ananda, L. R., & Suprihatin, T. (2019). Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Unissula. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)*, 87(1,2), 149–200.
- Andinny, Y. (2013). Pengaruh Konsep Diri dan Berpikir Positif terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa. *Jurnal Formatif*, 3(2), 126–135.

- Anggraeni, A. S. D., Ismail, W., & Damayanti, E. (2020). The Effect of Self-Efficacy Through Positive Thinking Ability on Student Achievement. *Jurnal Psibemetika*, 13(2), 105–112. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>.
- Anggraini, Y., Syaf, A., & Murni, A. (2017). Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa. *Psychopolytan (Jurnal Psikologi)*, 1(1), 31–38.
- Anjar, R., & Indra, D. (2019). *Rahasia Kekuatan Pikiran: Melatih Pikiran dengan Afirmasi Positif untuk Meraih Kebahagiaan dan Kesuksesan Hakiki (Pertama)*. Anak Hebat Indonesia.
- Ardiyanto, G. (2013). *Belajar Berpikir (Pertama)*. Elex Media Komputindo.
- Asiah, & Batubara. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring Terhadap Kecemasan Berbicara Siswa Kelas Viii-B Mtsn 1 Tapanuli Tengah. *Guru Kita*, 3(2), 144–157.
- Astuti, B., & Pratama, A. I. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Keterampilan Komunikasi Siswa. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13(2), 147–155. <https://doi.org/10.21831/jpipfip.v13i2.33757>
- Aziz, Moh. A. (2019). *Public Speaking: Gaya dan Teknik Pidato Dakwah* (Suwito, Ed.; Pertama). Prenada Media.
- Basuki. (2021). *Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif* (A. R. Baskara, Ed.; Pertama). Media Sains Indonesia.
- Bayhaqi, A. Z., Murdiana, S., & Ridfah, A. (2017). Metode Expressive Writing untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 2(2), 146–154.
- Bharata, B. (2021). *HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN EMPLOYABILITY PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR* [Skripsi]. Universitas Sanata Dharma.
- Broto, S. (2021). *Crown Of Life: Menjadi Pemenang Sejati Dalam Pertandingan Iman Untuk Menerima Mahkota Kehidupan Abadi* (Suryadi, S. Punang, & T. Widyatmaka, Eds.; Empat). Penerbit ANDI. <https://books.google.co.id/books?id=YIA5EAAAQBAJ>

- Cahyadi, W. (2022). *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Keberhasilan* (B. Nasution & R. J. Siregar, Eds.; Pertama). PT Inovasi Pratama Internasional.
- Cahyati, I. (2017). *Konsep Berpikir Positif dalam Buku Terapi Berpikir Positif Karya Dr. Ibrahim Elfiky dan Relevansinya dengan Pembentukan Karakter Muslim*.
- Canfield, N. (2016). *Dahsyatnya Kekuatan Berpikir Positif: Chicken Soup for The Soul* (Pertama). Banana Books.
- Chatton, A. N. (2016). *Ampuhnya Berpikir Positif* (J. Gress, Ferdika, I. Setiyani, & Wardi, Eds.; Pertama). Serambi Semesta Distribusi.
- Cherry, K. (2020). *Benefits of Positive Thinking for Body and Mind*. Verywell Mind. <https://www.verywellmind.com/benefits-of-positive-thinking-2794767>
- Chomaria, N. (2018). *Bye Bye Stress* (Pertama). Elex Media Komputindo.
- Christiningsih, A. W. A., & Widyana, R. (2017). Hubungan antara Berpikir Positif dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi. *Jurnal Psikologi*, 13, 14–25.
- Cubukcu, F. (2008). A Study on the Correlation between Self Efficacy and Foreign Language Learning Anxiety. *Online Submission*, 4(1), 148–158.
- Dale Carnegie & Associates. (2019). *Petunjuk Hidup Bebas Stres dan Cemas* (F. Ilyas, M. Hidajat, & Ameen, Eds.; Kedua). Gramedia Pustaka Utama.
- Dharmawan, B., & Purnomosidi, F. (2016). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sahid Surakarta. *Jurnal Talenta Psikologi*, 6(1), 52–68.
- Dije, A., & Pawitri, A. (2020). *Rasakan 6 Manfaat Berpikir Positif*. SehatQ. <https://www.sehatq.com/artikel/rasakan-manfaat-berpikir-positif>
- Doanh, D. C. (2021). The Moderating Role of Self-Efficacy on the Cognitive Process of Entrepreneurship: An Empirical Study in Vietnam. *Journal of Entrepreneurship, Management, and Innovation: JEMI*, 17(1), 147–166. <https://doi.org/https://doi.org/10.7341/20211715>
- Faculty of Humanities Binus. (2020). *Mengapa Perlu Berpikir Positif?* Binus University. <https://psychology.binus.ac.id/2020/03/23/mengapa-perlu-berpikir-positif/>

- Fadilah, R. N., & Rafsanjani, M. A. (2021). Pengaruh efikasi diri siswa terhadap hasil belajar ekonomi dalam pembelajaran daring. *Jurnal Paradigma Ekonomika*, 16(3), 2085–1960.
- Faisal, A., & Zulfanah. (2013). *Menyiapkan ANAK Jadi JUARA*. Elex Media Komputindo.
- Fatmah, N., Anward, H. H., & Mayangsari, M. D. (2021). Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri Mahasiswa PGSD terkait Kecemasan Berbicara di Depan umum. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 1(1), 31–40.
- Fitri, A., & Pratama, M. (2020). PENGARUH MENDENGARKAN MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP KECEMASAN PUBLIC SPEAKING PADA MAHASISWA JURUSAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI PADANG. *Jurnal Riset Psikologi Universitas Negeri Padang*, 2020(3), 1–12.
- Fitri, D. (2017). Efektivitas Cognitive Behavior Therapy Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiwa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma*, 10(1), 65–73. <https://doi.org/10.35760/psi>
- Fitriyanti, K., & Wilani, N. M. (2019). Pengaruh pelatihan efikasi diri terhadap tingkat kecemasan berkomunikasi pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 771–781.
- Goleman, D. (2007). *Primal Leadership: Kepemimpinan Berdasarkan Kecerdasan Emosi* (R. Lestari, Ed.; Kelima). Gramedia Pustaka Utama.
- Haerazi. (2011). *Pendekatan Pembelajaran Bahasa (Approach Of Language Learning)* (Kasyadi, Ed.; Pertama). Samudra Biru.
- Hapsari, D. A. (2010). PENGARUH TARI KONTEMPORER TERHADAP KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA REMAJA (Studi Eksperimental di SMP Negeri 34 Semarang). *Naskah Publikasi Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro*, 1–19.
- Harianti, N. (2017). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang. *Psikovidya Universitas Wisnuwardhana Malang*, 18(1), 80–98.

- Hasmyati, Suwardi, & Arafah, A. A. (2018). *Effective Learning Models In Physical Education Teaching* (Pertama). Deepublish.
- Hasson, G. (2020). *Positive Thinking: Find Happiness and Achieve Your Goals Through the Power of Positive Thought* (Kedua). Gramedia Pustaka Utama.
- Hojanto, O. (2013). *Public Speaking Mastery* (Suprianto & S. Sioe, Eds.; Kedua). Penerbit PT Gramedia.
- Ihhammadin, & Muallifah. (2019). *Psikologi Anak Sukses: Cara Orang Tua Memandu Anak Meraih Sukses* (Tim UB Press, Ed.; Pertama). Universitas Brawijaya (UB) Press.
- Indrawijaya, I. P. B. (n.d.). *Seni Untuk Tidak Cemas*.
- Irfan, & Suprpti, V. (2014). HUBUNGAN SELF-EFFICACY DENGAN PENYESUAIAN DIRI TERHADAP PERGURUAN TINGGI PADA MAHASISWA BARU FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS AIRLANGGA. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(3), 172–178.
- Jendra, A. F., & Sugiyo, S. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Presentasi Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Wuryantoro. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling,"* 4(1), 138–159. <https://doi.org/10.21043/konseling.v4i1.5992>
- Kasih, D., & Sudarji, S. (n.d.). HUBUNGAN SELF EFFICACY TERHADAP KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS BUNDA MULIA. *Psibernetika*, 2007, 46–58.
- Khaerunnisa, P., Nugraha, A., & Arumsari, C. (2020). PROFIL KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM SISWA SMA. *Quanta*, 4(3), 107–113. <https://doi.org/10.22460/q.v2i1p21-30.642>
- Khairunisa. (2019). Kecemasan Berbicara di Depan Kelas pada Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(2), 212–222.
- Kristiyani, T. (2016). *Self-Regulated Learning: Konsep, Implikasi dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia* (Y. Y. Taum, Ed.; Pertama). Sanata Dharma University Press.

- Kurnia, G. M. (2019). *Berpikir Positif Jadi Kunci Manajemen Emosi*. UNAIR News. <http://news.unair.ac.id/2019/09/23/berpikir-positif-jadi-kunci-manajemen-emosi/>
- Kurniawati, N. I. (2020). *Buku Ajar Teknik Presentasi: Rahasia Tampil Memukau Saat Presentasi* (T. Lestari, Ed.; Pertama). Jakad Media Publishing.
- LanduJawa, M., & Soetjiniingsih, C. H. (2022). Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Etnis Sumba. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(1), 1–7.
- Lestari, B. S., Parung, J., & Sinambela, F. C. (2021). Public Speaking Anxiety Reviewed from Self- Efficacy and Audience Response on Students: Systematic Review. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 530(Icpsyche 2020), 75–81.
- Mahmoudi, S., Gheisari, R., & Rabbanizadeh, M. (2021). Role of Positive Thinking and Personality Traits in Predicting Satisfaction with Nasal Surgeries. *Journal of Research & Health*, 11(1), 45–52. <https://doi.org/10.32598/jrh.11.1.1632.1>
- Manuntung, A. (2019). *TERAPI PERILAKU KOGNITIF PADA PASIEN HIPERTENSI* (Pertama). WINEKA MEDIA.
- Matindas, D. (2003). *Menghilangkan Grogi di Depan Umum*. Kompas.Com. <http://www.kompas.com/kesehatan/news/0302/28/020443.htm>
- Mawaddah, H. (2019). Analisis efikasi diri pada mahasiswa psikologi unimal. *Jurnal Psikologi Terapan*, 2(2), 19–26.
- McCroskey, Booth-Butterfield, & Payne. (1989). The Impact Of Communication Apprehension On College Student Retention And Succes. *Communication Qouarterly*, 100–107.
- McCroskey, James. C. (1984). *Self-Report Measurement*.
- Meria, L., & Tamzil, F. (2021). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kesiapan Untuk Berubah Dan Kinerja Karyawan. *Forum Ilmiah Universitas Esa Unggul*, 18, 279–290.
- Modesta Siagian, U., & Adam. (2017). An Analysis of Students' Anxiety in Speaking. *JOURNAL ANGLO-SAXON*, 8(1), 3–6.

- Murdiningsih, Hindun, S., Rohaya, & Lodra, A. R. A. (2022). PENGARUH HIPNO NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING UNTUK MENGATASI STAGE FRIGHT PADA MAHASISWA. *Jurnal Aisyiyah Medika*, 7(1), 35–42. <https://doi.org/10.36729>
- Muslimin, K., & Maswan. (2021). *KECEMASAN KOMUNIKASI: Mengatasi Cemas Berkomunikasi di Depan Publik* (K. Muslimin, Ed.). UNISNU PRESS.
- Myers, D. G. (2012). *Psikologi Sosial Jilid 2*. Salemba Humanika.
- Nevid, J. S. (2003). *Psikologi Abnormal (Jilid 1)*. Erlangga.
- Ningias, R. A. (2021). EFL Students ' Perspectives on Their Self -efficacy in Speaking During Online Learning Process. *Englie: English Learning Innovation*, 2(1), 28–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/englie.v2i1.14965>
- Nugrahini, R. I. S., Mauludiyah, U. N., Utami, A. B., & Pratitis, N. (2019). Hubungan Kemampuan Komunikasi Interpersonal dan Percaya Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Remaja. *Seminar Nasional Multidisiplin 2019*, 254–257.
- Nurhasanah. (2021). SELF EFICACY DAN BERPIKIR POSISTIF DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 106–112.
- Opt, S. K., & Loffredo, D. A. (2000). Rethinking Communication Apprehension: A Myers-Brigs Perspective. *The Journal Psychology*, 134(5), 556–570.
- Paradewari, D. S. (2017). INVESTIGATING STUDENTS' SELF-EFFICACY OF PUBLIC SPEAKING. *International Journal of Education and Research*, 5(10), 97–108.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX di MTS Al Hikmah Brebes. *Jurnal Hisbah*, 13(1), 51–68.
- Prakosa, B., & Partini. (2015). Berpikir Positif untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas. *Jurnal Psikology: Proceeding Seminar Nasional*, 40–47.

- Prasetyoningsih, L. S. A., Arief, N. F., & Muttaqin, K. (2021). *KETERAMPILAN BERBICARA: Tinjauan Deskriptif dan Penerapannya dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia* (A. Ariyanto, Ed.; Pertama). Literasi Nusantara. <https://books.google.co.id/books?id=e7FCEAAAQBAJ>
- Pratdita, I. N. (2020). *HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA*.
- Příbyl, C. B., Keaten, J., & Sakamoto, M. (2001). The effectiveness of a skills-based program in reducing public speaking anxiety. *Japanese Psychological Research*, 43(3), 148–155.
- Puspita, R. Y. (2017). *Cara Praktis Belajar Pidato, MC, dan Penyiar Radio*. Anak Hebat Indonesia.
- Rachmat, N. (2021). *Optimasi Performa Kualitas Hidup pada Pasien Post Amputasi Transfemoral* (Pertama). Gracias Logis Kreatif.
- Rahadiano, A. I., & Yoenanto, N. H. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy dan Motivasi Berprestasi dengan Kecemasan Akademik pada Siswa Program Sekolah RSBI di Surabaya. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 3(3), 123–128.
- Rahayu, A., & Anfajaya, A. (2019). SELF-EFFICACY DENGAN MINAT BERWIRAUSAHA YANG DIMEDIASI OLEH KREATIVITAS PADA MAHASISWA/I FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG. *Naskah Prosiding Temilnas XI IPPI*, 20–21.
- Rahma, S., & Hidayah, N. (2020). Penerapan Guided Mental Imagery untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 002(2715–7121), 8–20.
- Rahmah, H. (2021). KONSEP BERPIKIR POSITIF (HUSNUZHON) DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN SELF HEALING. *Al Qalam: Jurnal*



- Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 15(1), 12.  
<https://doi.org/10.35931/aq.v15i2.732>
- Riani, W. S., & Rozali, Y. A. (2014). Hubungan Antara Self Efficacy dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 1–9.
- Rieder, A., Eseryel, U. Y., Lehrer, C., & Jung, R. (2021). Why Users Comply with Wearables: The Role of Contextual Self-Efficacy in Behavioral Change. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 37(3), 281–294.  
<https://doi.org/10.1080/10447318.2020.1819669>
- Rifcka. (2021). *THE ART OF POSITIVE THINKING Seni Mengatasi Kegagalan dengan Berpikir Positif* (Burhan, Ed.; Pertama). Araska Publisher.
- Rosmaulina, & Nasution, F. Z. (2021). Hubungan Berpikir Positif dengan Harga Diri pada Mahasiswa/I Fakultas Ilmu Hukum Universitas Potensi Utama. *Jurnal Mahasiswa Fakultas Psikologi*, 2(1), 72–79.
- Safrudin, Mulyati, S., & Lubis, R. (2018). *PENGEMBANGAN KEPRIBADIAN DAN PROFESIONALISME BIDAN* (Pertama). WINEKA MEDIA.
- Saputro, A. A. (2021). PENGARUH SELF-EFFICACY TERHADAP SETRES MAHASISWA DALAM PEMBELAJARAN JARAK JAUH SELAMA PANDEMI. *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PORKES)*, 4(2), 81–86.
- Schwarzer, R., Jerusalem, M., & Born, A. (1995). *The General Self-Efficacy Scale (GSE)*. <http://userpage.fu-berlin.de/~health/selfscal.htm>
- Setiawan, B. A., Tobroni, Cholily, Y. M., & Khozin. (2021). *Al-Islam dan Kemuhammadiyah: Kajian Riset Metakognisi, Efikasi Diri, dan Motivasi Siswa dalam Efektivitas Pembelajaran* (I. Zumrotin & M. Z. Abidin, Eds.; Pertama). Academia Publication.
- Subhayni, Sa'aidah, & Armia. (2017). *Keterampilan Berbicara* (Azhari, Ed.; Pertama). Syiah Kuala University Press.
- Suciono, W. (2021). *BERPIKIR KRITIS (Tinjauan Melalui Kemandirian Belajar, Kemampuan Akademik dan Efikasi Diri)* (Kodri, Ed.; Pertama). Penerbit Adab.

- Sulistiono, H. (2022, February 7). 7 SMK Terbaik di DKI Jakarta Versi LTMPT untuk Referensi PPDB 2022, Sekolah Impianmu di Posisi Berapa? *Seputar Lampung*.
- Supardi. (2017). *Statistika Penelitian Pendidikan (Pertama)*. Rajawali Pers.
- Supraminto. (2022). *Modul Bimbingan Konseling Kelas X (Pertama)*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Supriyadi, A. A. (2019). *Airmanship* (I. Febrianto & Mulyono, Eds.; Pertama). PT Gramedia Pustaka Utama.
- Suryana, I. (2021). *Sebuah Seni Berpikir Positif: Menggali Rahasia dari Berpikir dan Bersikap Positif*. Anak Hebat Indonesia.
- Syahril, M. F., Alwi, N. M., & Thalib, S. B. (2020). Sequentially Planned Integrative Counseling For Children Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 4(2), 160–168. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31100/jurkam.v4i2.728>
- Tahsildar, N. D., & Kabiri, A. (2019). THE RELATIONSHIP BETWEEN AFGHANISTAN EFL STUDENTS' ACADEMIC SELF-EFFICACY AND ENGLISH LANGUAGE SPEAKING ANXIETY. *Academy Journal of Educational Sciences*, 3(2), 190–202. <https://doi.org/10.31805/acjes.636591>
- Taly, B. C., & Paramasivam, S. (2020). Speaking Anxiety Among Postgraduate International Students in the Academic Context of a University in Malaysia. *International Journal of Linguistics*, 12(1), 198–219. <https://doi.org/10.5296/ijl.v12i1.16053>
- Tarjo. (2019). *Metode Penelitian Sistem 3x Baca* (T. Yuliyanti, Ed.; Pertama). Deepublish.
- Tee, X. T., Tan Joanna, T. A., & Kamarulzaman, W. (2020). A Systematic Review of Self-Coping Strategies Used by University Students to Cope with Public Speaking Anxiety. *English Language Teaching*, 13(10), 57–73. <https://doi.org/10.5539/elt.v13n10p57>
- Triantoro, S. (2012). *Managemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. PT Bumi Aksara.

- Ubaedy, A. N. (2007). *Kedashyatan Berpikir Positif* (Pertama). PT Visi Gagasan Komunika.
- Usman, O., & Marsofiyati. (2019). *Metodologi Penelitian* (M. Nasrudin, Ed.; Pertama). PT Nasya Expanding Management.
- Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2017). Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54–65. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.18419>
- Utami, E. S., & Oktarisa, F. (2021). Virtual Reality Berbasis Cognitive Behavior Therapy Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 2(2), 259–267. <https://doi.org/10.32806/jkpi.v2i2.45>
- Wulandari, P., Priyono, D., & Herman. (2021). HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA BIDIKMISI S1 KEPERAWATAN UNTAN DALAM MENJALANI PERKULIAHAN. *Jurnal ProNers*, 1(1).
- Yang, X., Zhang, M., Kong, L., Wang, Q., & Hong, J. C. (2021). The Effects of Scientific Self-efficacy and Cognitive Anxiety on Science Engagement with the “Question-Observation-Doing-Explanation” Model during School Disruption in COVID-19 Pandemic. *Journal of Science Education and Technology*, 30(3), 380–393. <https://doi.org/10.1007/s10956-020-09877-x>
- Yunus. (2014). *Mindset Revolution* (D. B. Nurcahyo, Ed.; Pertama). Galangpress Publisher.
- Zahiri, A., Sibarani, B., & Sumarsih. (2017). To What Extent Do Anxiety and Self-Efficacy Effect the Efl Students ’ English Monologue Speaking Skill? *International Journal of Education and Reseaerch*, 5(9), 151–160.
- Zain, N., Marsofiyati, & Ramadhanty, J. (2020). Pengaruh Efikasi Diri dan Bimbingan Karir Terhadap Kesiapan Kerja Siswa Kelas X dan XI SMK Negeri di Jakarta. *Rnal Pendidikan Ekonomi, Perkantoran, Dan Akuntansi: JPEPA*, 1(1), 34–43. <http://103.8.12.68/index.php/jpepa/article/view/14>