

DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, M. A., Rahayu, D., & Prastika, N. D. (2015). Pengaruh Terapi Berpikir Positif, Cognitive Behavior Therapy (CBT), Mengelola Hidup dan Merencanakan Masa Depan (MHMD) terhadap Penurunan Kecemasan Karir pada Mahasiswa Universitas Mulawarman. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 12(2), 105–125.
- Ahmad, H., Syarafuddin, M., & Syafaruddin. (2018). Realita. *Jurnal Realita*, 3(9), 482–493.
- Alabdullah, M., Agha, Q & Abdullah, M. (2025). Building Academic Resilience through Positive Thinking: A study of University Students in Syria. *Asian Journal of Education and Social Studies*. 51 (1), 280-292. [https:// doi.org/ 10.9734/ajess/2025/v51i11747](https://doi.org/10.9734/ajess/2025/v51i11747).
- Anggraini, Y., Syaf, A & Murni, A. (2017). Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Kecemasan Berkomunikasi Pada Mahasiswa. *PSYCHOPOYTAN (Jurnal Psikologi)*. 1 (1), 31-38.
- 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)*, 2, 129-136.
- Andriani, D., dkk. (2015). *Pengembangan Wisata Syariah*. Kemenpar. Jakarta.
- Anggraini, Y., Syaf, A., & Murni, A. (2017). Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa. *Psychopolytan (Jurnal Psikologi)*, 1(1), 31–38.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bukhori, B. (2016). Kecemasan Berbicara di Depan Umum Ditinjau dari Kepercayaan Diri dan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 6(1), hal 159.
- Chesser-Smyth, dkk. (2024). The Relationship Between Confidence and Anxiety in Facing the Workforce Among Final-Semester Students. *Education Specialist*. 2(2), 74-83. <https://doi.org/10.59535/es.v2i2.324>.
- 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.

- DeVito, J.A. (2015). *Human Communication The Basic Course*, ed. 13. England: Pearson Education Limited.
- Dewi, F.U. (2013). *Public Speaking Kunci Sukses Berbicara di Depan Publik Teori & Praktik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- El-Sakka, S. (2016). Self-Regulated Strategy Instruction for Developing Speaking Proficiency and Reducing Speaking Anxiety of Egyptian University Students. *English Language Teaching*, 9 (12), 22-33. Doi : 10.5539/elt.v9n12p22.
- Flick, L., dkk. (2024). Relationships among peer-relatedness, self-confidence, peer victimization, social anxiety and school satisfaction in American high school students. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 29 (6). 573–587, doi: 10.1080/17408989.2022.2135692.
- Gamble, T. K., & Gamble, M. (2014). *Interpersonal communication : building connections together*. Thousand Oaks.
- Hadi, S. (2000). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Hendrati, F. (2014). Hubungan Motivasi Berprestasi dan Harga Diri dengan Kinerja Guru SD di Malang. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 9(2), 151-160.
- Jangir, S K., & Govinda, R B. (2017). Reducing Public Speaking Anxiety with Behavior Modification Techniques among School Students: A Study. *International Journal of Indian Psychology*, 5 (1), DIP: 18.01.011/20170501, DOI: 10.25215/0501.01.
- Joshi, B., Acharya,R., Khan, T & Thomas, S. (2021). A Study on Effectiveness of Positive Thinking Intervention on Reduction of Students's Mental Health and Its Component During Online Classes at Undergraduate Level. *Journal of Education. I*, 36-41. <https://doi.org/10.51767/je1004>.
- Kartika & Sujarwo, S. (2024). The Relationship Between the Ability to Think Positively and Academic Stress in Students Who Are Working on Thesis at Bina Dharma University. *ELS Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*. 7(3), 443-449. <https://doi.org/10.34050/elsjish.v7i3.36727>.
- Khayyirah, B. (2014). *Cara Pintar Berbicara Cerdas di Depan Publik*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Kholisin, K. (2014). Kecemasan Berbicara Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 34(1), 77-102.
- Kim, J.S., Kim, J.H & Park, A.Y. (2022). Positive Thinking as a Mediator of the Relationship between Emotional Expressivity and Public Speaking Anxiety of

- University Freshmen's. 125-133. Diunduh dari <https://doi.org/10.22678/JIC.2022.20.6.125>.
- Kong, K. (2020). Academic Resilience of Pupils from Low Socioeconomic Backgrounds. *The Journal of Behavioral Science*. 15 (2), 70-89.
- Lestari, L., Rosra, M., & Nayasari, S. (2019). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Siswa SMP.
- Mardhika, R. (2016). Hubungan Pola Pikir Negatif dan Kecemasan Terhadap Cara Bicara Di Depan Umum Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga. *Jurnal Buana Pendidikan*, 12 (22), 88-98.
- Maulida, S.R & Dhini, R.D. (2012). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Orang Tua Dengan Motivasi Berwirausaha Pada Siswa SMK. *Jurnal Psikologi Undip*, 1(2).
- Meneghel, dkk. (2019). Promoting Academic Satisfaction and Performance : Building Academic Resilience Through Coping Strategies. *Psychologies In The Schools*, 56 (6). 875-890.
- Muslimin, K. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berkomunikasi Di Depan Umum. *Jurnal Interaksi*, 2(2), 42-52.
- Muslimin, K., Maswan, & Laila, A. F. (2013). *Mengatasi Cemas Dalam Berkomunikasi Di Depan Publik*. Yogyakarta: Lingkar Media.
- Naseem, Z., & Khalid, R. (2010). Positive thinking in coping with stress and health outcomes: literature review. *Journal of Research & Reflections in Education*, 4(1). Diunduh dari : https://www.researchgate.net/profile/RuhiKhalid/publication/265060811_Positive_Thinking_in_Coping_with_Stress_and_Health_outcomes_Literature_Review/links/5670f7d508aececf5533b2c/Positive-Thinking-in-Coping-with-Stress-and-Health-outcomes-Literature-Review.pdf.
- Nurhasanah, N. (2021). Self Efficacy Dan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10 (2), 106–112. <https://doi.org/10.52657/jik.v10i2.1477>
- Pangastuti, M. (2014). Efektifitas Pelatihan Berpikir Positif Untuk Menurunkan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional (UN) Pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2): 32-33.
- Prakosa, B., & Partini. (2015). Berpikir Positif untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas. *Jurnal Psikology: Proceeding Seminar Nasional*, 40–47.

- Qin, dkk. (2024). Effect of Physical Exercise on Negative Emotions in Chinese University Students: The Mediating Effect of Self Efficacy. *Heliyon*, 10, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e37194>.
- Rajitha, K & Alamelu, C. (2020). A Study of Factors Affecting and Causing Speaking Anxiety. *Procedia Computer Science*. 172, 1053-1058. Doi : 10.1016/j.procs.2020.05.154.
- Rakhmat, J. (2015). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset.
- Rengganawati, H. (2024). Kecemasan Dalam Berbicara Di Depan Umum Pada Kalangan Mahasiswa Berusia 17-22 Tahun. *Indonesian Journal Of Public Relations (IJDPR)*. 2 (2), 60-76.
- Ririn., Asmidir, I., & Marjohan. (2013). Hubungan antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(1), 273-278.
- Rogers, N. (2008). *Berani Bicara di Depan Publik*, Edisi Revisi. Bandung : Penerbit Nuansa.
- Sampathirao, P. (2016). Self-Concept and Interpersonal Communication. *The International Journal of Indian Psychology*, 3, 177-189.
- Saputri, V.F., & Indrawati, E.S. (2017). Hubungan antara Konsep Diri dan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Sukoharjo. *Jurnal Empati*, 6(1), 425-430.
- Selwen, L. & Rahena, S. (2021). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan Public Speaking Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Budha Dan Isu Sosial Kontemporer*. 3(2), 63-69. <https://doi.org/10.56325/sh.v2i1.10691>.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supratiknya, A. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif Dalam Psikologi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Taly, B.C & Paramasivan, S. (2020). Speaking Anxiety Among Postgraduate International Students in the Academic Context of a University in Malaysia. *International Journal of Linguistic*. 12 (1), 198-219. Doi : 10.5296/ijl.v12i1.16053.
- Tee, X.T., Joanna,T & 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. Doi : 10.5593/elt.v13n10p57.

- Toyama, M., & Yamazaki, Y. (2021). Classroom interventions and foreign language anxiety: A systematic review with narrative approach. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 614184.
- Wahyuni, S. (2014). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum pada Mahasiswa Psikologi. *E Jurnal Psikologi*, 2(1), 50-64.
- Widiasworo, E. (2019). *Menyusun penelitian kuantitatif untuk skripsi dan tesis*. Yogyakarta: Araska.
- Young, D.J. (1991). "Creating a Low Anxiety Classroom Environment: What Does Anxiety Research Suggest?". *Modern Language Journal*, 75, 426-439.
- Yuniarti, K. W., Anggawijayanto, E., & Rinaldi, M.R. (2025). Conquering Future Worries : How Positive Thinking Training Helps Students Overcome Anxiety. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 13-1. 19-26. DOI:10.22219/jipt.v13i1.33883.

