

## DAFTAR PUSTAKA

- Adams, Kathleen. (2013). *It's Easy to W.R.I.T.E : Expressive Writing*. Toronto: Rowman & Littlefield Publisher, Inc.
- Anderson dkk. 2005. Cognitive behavioral therapy for public-speaking anxiety using virtual reality for exposure. *Brief Report: Public-Speaking Anxiety and Virtual Reality*. 22.
- Andrianto, B. 2008, Kecemasan Presentasi ditinjau dari Ketrampilan Komunikasi dan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa, Skripsi Tidak dipublikasikan Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Anwar, A.I.D. 2009, *Hubungan antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara*. Sumatra Utara: Skripsi Tidak dipublikasikan Universitas Sumatra Utara.
- Apollo. 2007, Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Berkomunikasi Secara Lisan pada Remaja. *Manasa* . Vol 1, No 1, Juni 2007 (17-32).
- Adams, Kathleen. 1999. *Writing as therapy: Counseling and Human Development*. ProQuest Education Journals. pg. 1
- Baikie, K. A., & Wilhelm, K. (2005). Emotional and physical health benefits of expressive writing. *Advances in Psychiatric Treatment*, 11(11), 338–346. <https://doi.org/10.1192/apt.11.5.338>
- Baikie, K. A., Geerligs, L., & Wilhelm, K. (2012). Expressive writing and positive writing for participants with mood disorders : An online randomized controlled trial. *Journal of Affective Disorders*, 136(3), 310–319. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.11.032>
- Bayhaqi, dkk. (2017). Metode expressive writing untuk menurunkan kecemasan komunikasi di depan umum pada mahasiswa. ISSN:2548- 4044. Psikoislamedia Jurnal Psikologi Volume 2 Nomor 2. Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar
- Bolton, G; Howlett S; Lago C.; & Wright J.K. (Editor). (2004). *Writing cure : An introductory handbook of writing in counseling and therapy*. New York : Brunner-Routledge
- Bolton, dkk (editor). (2004). *Writing Cures: An Introductory Handbook of Writing in Counseling And Therapy*. New York: Brunner-Rout (online) (<https://epdf.tips/writing-cures-an-introductory-handbook-of-writing-in-counselling-and-psychothera.html>)

- Bukhori, B. (2018). Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Kepercayaan Diri Dan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 06(01), 159–186.
- Bandura. (1997). *Self efficacy the exercise of control*. New York: W.H Freeman and Company.
- Bodie, G. D. (2010). A racing heart, rattling knees, and ruminative thoughts: Defining, explaining, and traiting public speaking anxiety. *Communication Education*, 59(1), 69-105.
- Bukhori, B. (2016). Kecemasan berbicara di depan umum ditinjau dari kepercayaan diri dan keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 6(1), 158-186.
- Bolton G. (2011). *The therapeutic of creative writing, writing myself*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Chaplin, J.P. 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Chaplin, J. P. (2000). *Kamus Lengkap Psi-kologi*. Penerjemah Kartini Kartono. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Davison, Gerald C., John M. Neale., & Ann M. Kring. (2014). *Psikologi Abnormal, Edisi ke-9*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Danarti, dkk. (2018). Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Depresi, Cemas, Dan Stres Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa Volume 1 No 1*.
- Dewi, Andrianto. (2013). Hubungan antara pola pikir negatif dan kecemasan komunikasi di depan umum pada mahasiswa psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Darajdat, Z. (1969). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung
- Depdiknas. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Depdikbud. (2003). *Undang-Undang RI Nomor 20, Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*
- Devito. 1997. *Komunikasi Antarmanusia*. Professional Books: Jakarta..
- De Vito, J.A 1995. *The Interpersonal Communication Book*. Fourth Edition, New York : Harper and Row Edition

- Fikri, H. T. (2012). Pengaruh Menulis Pengalaman Emosional Dalam Terapi Ekspresif Terhadap Emosi Pada Remaja. *Humanitas*, 9 (2), 103-122
- Gregory, H. (2010). *Public speaking for college & career*. USA: McGraw-Hill.
- Greenberger, D., dan Padesky, 2004, Manajemen Pikiran: Metode Ampuh Menata Pikiran Untuk Mengatasi Depresi, Kemarahan, Kecemasan, dan Perasaan Merusak Lainnya, Terj. Bambang Margono, dari *Mind Over Mood; Change How you Feel by Changing the way You Think*, Bandung: PT Mizan Pustaka
- Haryono. 2017. *Book Writing For Popularity and Personal Branding*. Jakarta : Kelompok gramedian
- Herdiani, W.S. (2012). Pengaruh Expressive Writing pada kecemasan menyelesaikan skripsi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*
- Harianti, N. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang. *Psikovidya*, 18(1), 80–98.
- Hamdiyah, 2019. Konseling Kelompok Melalui Teknik *Expressive Writing* Untuk Meningkatkan *Self Disclosure* Remaja. *Skripsi*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Nahdlatu Ulama Al-Ghazali.
- Ibrahim, H. 2020. Penerapan teknik *Expressive Writing* Untuk Meningkatkan Pengendalian Emosi Marah Siswa Di SMP Negeri 40 Makassar. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Makassar.
- Kusnanto, M. E. 2014. *Konseling Kelompok*. Bandung: ALFABET CV
- Kholisin. (2015). Kecemasan berbicara ditinjau dari konsep diri dan kecerdasan emosional. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 34(1), 77–102. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.11.032>
- Malchiodi, C.A. (2005). *Expressive Therapies*. New York: The Guilfor Press (online)([https://www.psychologytoday.com/files/attachments/231/malchiodi\\_3.pdf](https://www.psychologytoday.com/files/attachments/231/malchiodi_3.pdf))
- Mubarack, dkk. (2015). Ilmu dasar keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- McCroskey, J.C. & Richmond, V.P. (1990). Willingness to Communicate: A Cognitive View. *Journal of Social Behavior and Personality*, Vol 5. 19-37.
- Ningsih, V.N & Christina, E. 2017. Penerapan Teknik *Expressive Writing* Untuk Meningkatkan Pengendalian Emosi Marah Siswa Kelas X Jurusan Teknik Elektro SMKN 1 Driyorejo. *Jurnal Bimbingan & Konseling*. 3(2), 163-164.

- Ngalimun. (2017). *Ilmu Komunikasi Sebuah Pengantar Praktis*. Pustaka Bary Press.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Osborne, J. W. (2004). Kiat Berbicara di Depan Umum Untuk Eksekutif Jalan Menuju Keberhasilan. Jakarta: BumiAksara.
- Pennebaker, J. W., & Francis, M. E. (1996). Cognitive, emotional, and language processes in disclosure. *Cognition and Emotion*, 10(6), 601–626. <https://doi.org/10.1080/026999396380079>
- Pennebaker, J. W., Mayne, T. J., & Francis, M. E. (1997). Linguistic predictors of adaptive bereavement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(4), 863–871. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.4.863>
- Pennebaker, J. W., Colder, M., & Sharp, L. K. (1990). Accelerating the coping process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(3), 528–537. <http://doi.org/10.1037//0022-3514.58.3.528>
- Pennebaker, J. W., & Evans, J. F. (2014). *Expressive Writing: Words to Heal*. Enumclaw: Idyll Arbor, Inc.
- Pennebaker, J. (2013). *Expressive writing Foundation of Practice*. United Kingdom: Rowman & Littlefield Education.
- Pennebaker, James W. (2002). *Ketika diam bukan emas : Berbicara dan menulis sebagai terapi*. Bandung : Mizan
- Pennabaker, J.W & Chung, C.K. (2007). *Expressive writing: Connection to Physical and Mental health*. The University of Texas at Austin (online) ([http://excedrin.media.mit.edu/c3po/wpcontent/uploads/sites/45/2016/01/PennebakerChung\\_FriedmanChapter.pdf](http://excedrin.media.mit.edu/c3po/wpcontent/uploads/sites/45/2016/01/PennebakerChung_FriedmanChapter.pdf))
- Rogers, N. (2004). *Berani Bicara di Depan Publik*. Bandung: Nuansa.
- Susanti, Reni., Sri Supriyantini. (2013). Pengaruh Expressive Writing Therapy terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara di Muka Umum pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, Vol. 9 No. 2, Desember 2013.
- Susilowati, Theresia Genduk., Nida Ul Hasani. (2011). Pengaruh Terapi Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Depresi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi* Vol. 38, No. 1, Juni 2011.
- Saputri, Indrawati. (2017). Hubungan antara konsep diri dan kecemasan komunikasi di depan umum pada siswa kelas xi sma negeri 3 sukoharjo.



- Jurnal Empati, Januari 2017, Volume 6(1), 425-430. Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
- Setianingrum, dkk. (2013). Upaya mengurangi kecemasan komunikasi di depan umum menggunakan teknik relaksasi. Universitas Lampung
- Sri Wahyuni. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi. *Jurnal ilmiah psikologi*. Vol 1, No 4, 220- 227.
- Semium, Y. (2006). *Kesehatan Mental* (2nd ed.). Penerbit Kasinus.
- Siallagan, DF. (2011). “*Fungsi dan Peranan Mahasiswa*”, [www.academia.edu](http://www.academia.edu), diakses pada 02 Oktober 2020
- Singgih. D. Gunarsa. (1989). Pengantar Psikologi. Jakarta: PT Gunung Mulia
- Susilawati, N. 2020. Peranan Orang Tua Dalam Mengembangkan Potensi Anak Berbakat (Gifted). *Jurnal Sikola: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(2), 135–146. <https://doi.org/10.24036/Sikola.V2i2.102>
- Spielberger, C.D. (1971). *Anxiety Current Trends in Theory and Research Vol. II*. London: Academic Press.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Stuart, Gail Wiscarz. 2013. Principles and Practice of Psychiatri Nursing.
- Spielberger, C. D. (1972). *Research on stress and anxiety*. Washington: Office Of Education.
- Stuart, G.W & Laraia, M.T. (2005). *Principles and practice of psychiatric nursing*. (8th ed). St. Louis: Mosby.
- Utami, F.P & dkk. 2019. Tingkat Kemampuan Kelola Emosi Marah Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan*. 4(2), 262-266.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 1961 Tentang Perguruan Tinggi
- Vllar, C (2010). *Beginning Filipino students' attributions about oral communication anxiety*. *Journal Media and Communication Studies Vol. 2(7)*. University of the Philippines.
- Wahyuni. (2015). Hubungan Self Efficacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *Jurnal Komunikasi Islam*, 52-82.

Wahyuni, I. N. (2014). *Komunikasi Massa*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Wright, J.K. (2004). The passion of science, the precision of poetry: therapeutic writing- a review of the literature. Dalam G. Bolton, S. Howlett, C. Lago, & J.K. Wright (Ed.) *Writing Cures: An Introductory Hand book of Writing in Counseling and Therapy* (h. 7-17). New York: Brunner Routledge.

Universitas Bina  
Dharma

