

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2019. *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Beck, J.S.2011 . *Cognitive Behavior Therapy Basics and Beyond*. New York: The Guilford Press.
- Carver,C.S & Scheier. 2002. *Optimism, In C.R.L. Synder & S.J. Lopez: Handbook of Positive Psychology*. :Oxford University Press.
- Darminiasih,N.W.E, Dharsana,I.K. & Suranata,K. (2014). *Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Pembantuan untuk Meningkatkan Sikap Optimis pada Siswa Kelas VIII B8 SMP Negeri 4 Singaraja*. Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Undiksha, 2(1). Tersedia di Undiksha.ac.id.
- Dawama, F. (2018). *Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Optimisme Keberhasilan Belajar Siswa di MTS Istiqlal Delitua*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Erford, B.T.2015. *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Grotberg, E.H. 2000. *The International Resilience Project*. Birmingham: International Project
- Gufron, N & Risnawati, R. 2019. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Halal, Rizqon.2020. *Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran*. Jurnal Sosial Dan Budaya 5(20): 395-402. Doi10.15408/sjsbs.v7i5.15314.
- Hardani, Dwi. 2020. *Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19*. Jurnal ilmiah Univeristas Batanghari Jambi 20(2): 541-544. Tersedia online di.ji.ubari.ac.id.
- Hendriani, Wiwin. 2019. *Resiliensi Psikologis:Sebuah Pengantar*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Hurlock, Elizabeth B. 1990. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan* (Edisi Kelima). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Lubis,N.L. 2016. *Memahami Dasar-Dasar Konseli Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana.
- McLeod, J. 2008. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*. Jakarta: Kencana.

- Menanti, Asih. 2013. *Penelitian Eksperimen (Sebuah Pengantar)*. Medan Universitas Negeri Medan.
- Mugiarso, H,dkk.2004. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.
- Murad, Abdul. 2009. *Konseling Kelompok: Teori, Asumsi, Konsep dan Aplikasi*. Bandung; Rizqi Press.
- NACBT.(2007). *Cognitive Behavior Therapy*. Diakses tanggal 10 Desember 2020.
- Nirmala, A.P. (2013). *Tingkat Kebermaknaan Hidup dan Optimisme pada Ibu yang Mempunyai Anak Berkebutuhan Khusus*. (Skripsi). Universitas Negeri Semarang.
- O'Donohue & Fisher. 2020. *Cognitive Behavior Therapy Prinsip-Prinsip Utama Untuk Praktik*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Oemarjodi, A. Kasandra. 2003. *Pendekatan Cognitive Behavior Therapy dalam Psikoterapi*. Jakarta: Kreatif Media.
- Permatasari, D.I. (2018). *Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Reinforcement Positive Terhadap Sikap Pesimis Siswa* (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Prayitno & Amti E. 2016. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Reivich & Shatte. 2002. *The Resilience Factor*. New York: Random Hoise,Inc.
- Riduwan. 2007. *Rumus dan Data dalam Statistika*. Bandung: Alfabeta.
- Rizki, U.Y. (2013). *Hubungan Kesiapan Belajar dengan Optimisme Mengerjakan Ujian*. Educational Psychology Journal, 2(1). Tersedia online di <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>.
- Salamah, H.N. (2018). *Upaya Pembimbing Dalam Membentuk Sikap Optimisme Remaja di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Purwokerto* (Skripsi). IAIN Purwokerto.
- Santrock. 2012. *Life-Span Development*. Jakarta: Erlangga.
- Sarmadi, Sunedi. 2018. *Psikologi Positif*. Yogyakarta: Titah Surga.
- Seligman. 2006 . *Learned Optimism*. New York: Vintage Books.

- Siregar, Y dan Siregar H. 2013. *Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games pada Individu yang Mengalami Games Addiction*. Jurnal Psikologi 9(1). Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Snyder & Lopez. 2002. *Handbook of Positive Psychology*. :Oxford University Press.
- Sudjana. 2006. *Metoda Statistika*. Tarsito: Bandung.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi & Kusumawati. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Wilding & Milne. 2010. *Cognitive Behavior Therapy*. Terjemahan Ahmad Fuandy. 2013. Jakarta Barat: Indeks.
- Winkel, W.S dan Hastuti, S. 2012. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.