

DAFTAR PUSTAKA

- Arntz, A. (2003). Cognitive therapy versus applied relaxation as treatment of generalized anxiety disorder. *Behavior Research and Therapy*, 41(6), 633-646.
- BSNP.(2009) *Prosedur Operasi Standar (POS) Ujian Nasional SMP, MTs, SMPLB, SMALB dan SMK Tahun Pelajaran 2009/2010*. Jakarta: BSNP. <http://bsnp-indonesia.org/id/bsnp/wp-content/upload/2009/12/Revisi-POS-UN-SMP-MTs-SMK-Tahun-Pelajaran-2009-2010.pdf>.2009.
- Casbarro, J. (2005). *Test anxiety and what you can do about it*. Port Chester, NY: Dude.
- Davis, M, Eshelman, E.R & Matthew Mcky. 1995. *Panduan Relaksasi dan Reduksi Stres Edisi III*. Alih Bahasa : Budi Ana Keliat dan Achir Yani. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Departemen Pendidikan Nasional.(2009). *Rencana Strategis Departemen pendidikan nasional 2010-2014: Bab II Kondisi Umum Pendidikan Pada AkhirTahun2009*. Jakarta:[http://www.diknas.go.id downloadx/1257487618.pdf](http://www.diknas.go.id/downloadx/1257487618.pdf).2009.
- Erliana, E. Haroen, H & Susanti, D. R (2008) *Perbedaan Tingkat Kecemasan Insomnia Lansia Sebelum dan Sesudah Latihan Terapi Relaksasi Otot Progresif di BPSTW*. Bandung: Ciparay.
- Goldfried, M.R. & Davidson, G.L., 1976. *Clinical Behavior Therapy*. New York: Holt Rinehard and Windston
- Gunarsa. D.Singgih. 2004. *Psikologi anak bermasalah*. Jakarta. BPK Gunung Mulia.
- Hasan, Diana Chitra. 2007. *Sisi Lain Dari Ujian Nasional*.(Online). (http://dianaLasril.multiply.com/journal/item/21/test_anxiety_sisi_lain_dari_ujian_nasional, Diakses 20 april 2012).
- Irmayanti dan Warsito (2010). *Penerapan strategi relaksasi untuk mengurangi kecemasan siswa menjelang ujian*. Skripsi strata satu, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya.
- Kanji, N., White, A. R., & Ernst, E. (2004). *Autogenic training reduces anxiety*

- Kaplan, H.I., Sadock, B.J., (2004). *Hypnosis, In Kaplan and Sadock Comprehensive Text Book of Psychiatry*, the 8th ed. Lippincott Williams & Wilkins, Philadelphia, Baltimore, New York.
- Maramis (2004). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, Erlangga University Press, Surabaya.
- Nursalam (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian, Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrument Penelitian Keperawatan*, Salemba medika, Jakarta.
- Nursalim, dkk. 2005. *Strategi Konseling*. Surabaya: UNESA University Press.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2011). *Kriteria Kelulusan Peserta Didik Dari Satuan Pendidikan dan Penyelenggaraan Ujian Sekolah/ Madrasah dan Ujian Nasional 2011*: Jakarta: <http://www.kopertis12.or.id/wp-content/uploads/2011/12/Permen-No-59-tahun-2011-ttg-UN.pdf> Tanggal akses 4 April 2012.
- Poerwadarmita, WJS. (1986), *Kamus Besar Bahasa Indoensia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Potter & Perry (2005). *Fundamental Of Nursing : Concept, process dan practice*. Fourth Edition . Mosby. St. Louis.
- Pratiwi. P. R. (2010). *Pengertian Kecemasan*. Diakses 23 Desember 2012. <http://psikologi.or.id>
- Purwanto. (2006). *Relaksasi Dzikir*. SUHUF, Vol. XVIII , No. 01/6: 39-48: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. diakses 25 desember 2012.
- Qur'an Surat Ar-Ra'd Ayat 28.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Subandi. 2003. *Psikoterapi Pendekatan Konvensional dan kontemporer*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset.
- Sudrajat, Akhmad. 2008. *Faktor-faktor penyebab kecemasan menghadapi test* (Online). (<http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/07/01/upaya-mencegah-kecemasan-siswa-di-sekolah/>, Diakses 20 april 2012).
- Sultanoff, B. and Zalaquett, C. (2000). *Relaxation Therapies*. In D. Novey (Ed.), *Clinician's Complete Reference to Complementary & Alternative Medicine*

- Stuart & Sudden. (1996). *Buku Saku Keperawatan Jiwa.*, Edisi 3. Jakarta: EGC.
- Townsend, M., C. (2008). *Essentials Of Psychiatric Mental Health Nursing Fourth Edition.* Philadelphia: Davis Company.
- Rowa, K., & Antony, M. M. (2005). *Psychological treatments for social phobia. Canadian Journal of Psychiatry*, 50(6), 308-316.
- Wade, C & Tavris, C. (2007). *Psychology.* 9th . Jakarta : Erlangga.
- Wicaksono, I., (1992). "*Ansietas pada wartawan anggota PWI cabang Yogyakarta*". Karya Tulis untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Spesialis I Program Studi Ilmu Kedokteran Jiwa, Yogyakarta: Laboratorium Ilmu Kedokteran Jiwa FK UGM