

DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro, M. Toha. *Metode Penelitian*. Jakarta: Universitas Terbuka, 2007.
- Asmadi. *Teknik Prosedural Keperawatan Konsep Dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Selemba Medika, 2008.
- Aunurrofiq. *Kecemasan Matematik Siswa dalam Menyelesaikan Soal-Soal Pemecahan Masalah*, *Journal of Mathematics Education Research*
- Aziz, Abdul. *Pengantar Manajemen dan Substansi Administrasi Pendidikan*, Surabaya: JI. Tales II, 2017.
- Badrudin. *Manajemen Peserta Didik*. Jakarta: PT INDEKS, 2014.
- Daryanto. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta:GavaMedia, 2015.
- Djabidi, Faizal Djabidi. *Manajemen Pengelolaan Kelas*. Malang,: Madani, 2017.
- Eka Putri, Hafiziani. *Pendekatan Concrete Pictorial Abstract (Cpa) Kecemasan Belajar Matematis, Self-Efficacy Matematis, Instrument Dan Rancangan Pembelajaran*. Sumedang: UPI sumedang, 2019.
- Fauzi, Taty. *Pelaksanaan Pelayanan Konseling Kelompok*. Jakarta, Tirasmart: 2018.
- Hidayah, Nor. *Landasan Sosial Budaya Dan Psikologi Pendidikan*. Malang: Gunung Samudra, 2014.

Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan
<http://ojs.ikipmataram.ac.id/index.php/pedagogy/index> Oktober 2020.
 Vol. 7 No. 4

Jurnal Pendidikan Humaniora Vol. 4 No. 2, Hal 115-120, Juni 2016

Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang, UMM PRESS, 2015.

Mariska Putri , Intan, “ Efetifitas Cognitife Behafioral Therapy dengan tehnik self-Management untuk mengurangi kecemasan menghadapi pelajaran matematika peserta didik kelas 7 SMPN 11 bandar lampung,” *Jurnal Skripsi* , Februari 2017

Namora, LUmongga Lubis. *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kencana .2016.

Romlah, Tatiek. *Teori Dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: penerbit universitas negeri malang, 2006

Safwanamin. *Pengantar Bimbingan Konseling*. Jakarta: 2014

Saleh, Lalu Muahammad. *Otot Progresif pada Air Traffic Controller (ATC)*. Yogyakarta, grup penerbitan CV BUDI UTAMA,2019.

Sopian1. Ira Purnamasari. *Pengaruh Latihan Relaksasi Otot dengan Metode Progresif dan Autogenik terhadap Pemulihan Atlet Judo*. jurnal Keplatihan Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia Volume, 11. No, 1. Maret 2019.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R dan D*. Bandung: Alfabeta, 2010.

Trianto safaria, Dkk. *Manajemen Emosi*. jakarta: Bumi aksara,2009.