

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, A., Ramadhan, M. R., & Rahmawati, A. (2024). Mengatasi Kecemasan melalui *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). *Proceeding Conference on Psychology and Behavioral Sciences*, 3(1), 90–105.
- Akbar, K. (2016). Pengaruh Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Bagi Siswa SMP dalam Menghadapi Ujian di SMP N 1 Kasihan. Skripsi.
- Anggi, W. (2024). *Pelayanan Bimbingan Dan Konseling (Studi Kasus di SMK Negeri 5 Pekanbaru)*.
- Annuar, K., & Nurus, S. (2022). Terapi Seft (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 3(2), 29–40. <https://doi.org/10.31943/counselia.v3i2.41>
- Aprianti, D., Saparahayuningsih, S., Suprpti, A (2024). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi kognitif Terhadap Kecemasan Berbicara Siswa Di Depan Umum. *Counselia: jurnal ilmiah BK*, 7(3), 63-71
- Asih, N., D. (2021). Asuhan Keperawatan untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Pada Siswa Perempuan Kelas XII Menjelang Ujian Menggunakan Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) di SMA N 1 Karangreja. Skripsi.
- Azizah, W., Indrawati, E., Diponegoro, J., & Jakarta, N. (2025). Kematangan Emosi dan Harga Diri dengan Kecenderungan Perilaku Asertif pada Siswa Kelas X. *Ikraith-Humaniora*, 9(1), 186–195.
- Besser, A., Flett, G. L., & Zeigler-Hill, V. (2022). Adaptability to a sudden transition to online learning during the COVID-19 pandemic: Understanding the challenges for students. *Scholarship of Teaching and Learning in Psychology*, 8(2), 85.
- Chodijah, M., Nurjannah, D. S., Yuliyanti, A. Y., & Kamba, M. (2020). SEFT sebagai terapi mengatasi kecemasan menghadapi Covid-19. Karya Tulis Ilmiah LPPM UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Cholilah IR, Kiai U, Achmad H, Jember S. (2023) *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Therapy in Reducing Student Anxiety Levels. Vol 21.; <http://alhikmah.uinkhas.ac.id/>
- Fadhilah, T., F. (2024). Efektivitas terapi SEFT dalam menurunkan tingkat kecemasan pada siswa di SMK Laboratorium I-Tech Jakarta. Sarjana Skripsi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Fadila, M. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Dengan Spinal Anestesi Di Rsud

Dr Soedirman Kebumen.

- Fadli, R. P., Putri, Y. E., Amalianita, B., Zola, N., & Ifdil, I. (2020). Treatment for anxiety using spiritual emotional freedom technique. *Journal of Counseling and Educational Technology*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.32698/01151>
- Francisco, M. J., Jr, G. Q., Pasoc, M. G., Cruz, S. B. D. (2022). Learning during the Pandemic: Factors Contributing to Academic Stress among Special Needs Education Pre-Service Teachers. *Specialusi*. 1(43), 8057–8074. <https://www.sumc.lt/index.php/se/article/view/1176%0Ahttps://www.sumc.lt/index.php/se/article/download/1176/911>
- Hidayatullah, R. M., Indana, F. N., & Ibrahimy, U. (2024). *Terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) untuk penanganan gangguan neurotik*. 4(1), 19–31.
- Ifdil, I., Syahputra, Y., Fadli, R. P., Zola, N., Putri, Y. E., Amalianita, B., Rangka, I. B., Suranta, K., Zatrachadi, M. F., Sugara, G. S., Situmorang, D. D. B., & Fitria, L. (2022). The depression anxiety stress scales (DASS-21): an Indonesian validation measure of the depression anxiety stress. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 5(4), 205–215 <https://doi.org/10.23916/0020200536840>
- Jayani, S., Etika, A. N., Novita, Y. L., & Agnes. (2023). Efektifitas Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap Perubahan Tingkat Stress pada ODHA di Masa Pandemi Covid-19. *Nursing Sciences Journal*, 7(1), 42–51.
- Jumain, Agustinus Talindong, Wahyu, Parmi, & Mutmainnah HS. (2024). *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Tinjauan Sistematis. *Journal of Health (JoH)*, 11(1), 109–118. <https://doi.org/10.30590/joh.v11n1.759>
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) .
- Lestari, D. I., Limson, L., & Agustina, M. (2020). Hubungan Komunikasi Terapeutik dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Laparatomi di Ruang Bedah RSUD Dr. Abdul Aziz Singkawang Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Penelitian Keperawatan*. 2(1).
- Malone, T. W., & Lepper, M. R. (2021). Making learning fun: A taxonomy of intrinsic motivations for learning. In *Aptitude, learning, and instruction* (pp. 223–254). Routledge.
- Mansyur, Z., Baba, M. A., & Bandil, P. D. (2024). Pengaruh Membaca Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Akademik Pada Siswa. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 5(1), 19–34. <https://doi.org/10.30984/jiva.v5i1.3155>
- Marhamah, A., & Gamayanti, W. (2021). Pengaruh Terapi Seft Terhadap Kecemasan Para Remaja Desa Cipendawa di Era Pandemi Covid 19.

- Proceeding UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1(26), 10–21.
<https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/Proceedings>
- Nafis, I., Rachmawardany, D. W., Mustikawati, I. F., Septianawati, P., Immanuel, G., (2024). Efek *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pasien : Systematic Literature Review The Effect Of *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) On The Psychological well-being of patients : systematic literature re. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 13(2), 136–143.
- Nasution, R. M., Effendi, Z., & Hikayati. (2020). Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Tingkat Stres Pasien Kanker Payudara. *Seminar Nasional Keperawatan*, 6(1).
- Nevid, J., S., Rathus, S., A., & Greene., B. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Janwal, R. (2023). Efektivitas Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam Menurunkan Kecemasan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 dan 2019. Skripsi.
- Jusri. (2019). Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk menangani Kecemasan Pada Seorang Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya. Skripsi.
- Prahmana, R. C. I. (2021). *Single Subject Research (teori dan implementasinya:suatu pengantar):UAD PRESS*
- Rahmi, N., Dian, S., N. (2023). Komparasi Nilai Sufistik dalam Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* dengan Terapi Mind hiling Technique. *Jurnal Riset Agama*, 3(3).
- Setiawan, E., A., & Muslifah, A., R. (2023). Kecemasan dalam Pengambilan Keputusan Karier Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial, dan Humaniora*, 1(3).
- Simanjuntak, M. R., Turnip, N. L., Mahulae, A. C., Lubis, G. J., & Dorlan Naibaho. (2024). Analisis Perkembangan Fisik Dan Psikologi Pada Remaja. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 15(1), 37–48.
- Sutja, A. (2018). *Emotional Freedom Technique:Cara Cepat Mengatasi Gangguan Emosi & Gangguan Fisik*. Alfabeta: Bandung
- Sutja, A., Emosda, Herlambang, S., & Nelyahardi. (2024). *Penulisan Skripsi Untuk Prodi Bimbingan Dan Konseling*. Penerbitan Writing Revolution.
- Syah, M., E. (2024). *Psikologi Belajar*. Sulawesi Tengah: Feniks Media Sejahtera.
- Warsah, I., Carles, E., Morganna, R., Anggraini, S., Silvana, S., & Maisaroh, S. (2023). Usaha Guru Mengurangi Kecemasan Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pai. *At-Ta'Dib: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam*, 15(1), 31–48. <https://doi.org/10.47498/tadib.v15i1.1763>