

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Sani, R. (2019). Strategi Belajar Mengajar. Raja Grafindo Persada.
- Aden, A., & Anggela Supriyanti. (2020). Prediksi Jumlah Calon Peserta Didik Baru Menggunakan Metode Double Exponential Smoothing Dari Brown. Lebesgue, 1(1), 56–62. <https://doi.org/10.46306/lb.v1i1.14>
- Afandi, A. (2021). Peran keyakinan diri terhadap motivasi belajar matematika. Jurnal Psikologi Pendidikan, 12(2), 122–129.
- Aguss, R. M., & Yuliandra, R. (2021). The effect of hypnotherapy and mental toughness on concentration when competing for futsal athletes. Medikora, 20(1), 53–64. <https://doi.org/10.21831/medikora.v20i1.36050>
- Ahmadpanah, M. et al. (2020). The effect of relaxation and mindfulness on exam anxiety in high school students. International Journal of School Health, 7(1), 45–52.
- Akmal, S. Z., & Kumalasari, D. (2021). Online learning readiness and well being in Indonesian college students during pandemic: Academic stress as a moderator. Jurnal Psikologi Ulayat, 9, 46–66. <https://doi.org/10.24854/jpu206>
- Akmali, A. and Ulfa, F. (2021). Efektivitas hipnoterapi terhadap kecemasan belajar matematika. Jurnal Psikologi dan Pendidikan, 6(3), 210–219.
- Akmalia, R., & Ulfah, S. (2021). Kecemasan dan Motivasi Belajar Siswa SMP Terhadap Matematika Berdasarkan Gender di Masa Pandemi COVID-19. Jurnal Cendekia : Jurnal Pendidikan Matematika, 5(3), 2285–2293. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v5i3.846>
- Anita, I. W. (2014). Pengaruh Kecemasan Matematika (Mathematics Anxiety) Terhadap Kemampuan Koneksi Matematis Siswa Smp. Infinity Journal, 3(1), 125. <https://doi.org/10.22460/infinity.v3i1.43>
- Ansori, A. S., Aprilia, D. F., Angraeni, D., & Br, R. P. (2024). Analisis Perbedaan Tingkat Kecemasan Matematika antara Siswa dan Siswi Pada Kelas VIII-A di UPT SMPN 05 Gresik. 8, 45868–45875.

- Astuti, D. P., Muslim, A., & Bramasta, D. (2020). Analisis Persiapan Guru Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Matematika Di Kelas Iv Sd Negeri Jambu 01. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 7(2), 185. <https://doi.org/10.25157/wa.v7i2.3676>
- Astuti, Y., Suhadi, R. and Sari, L. (2021). Dampak tekanan akademik terhadap kecemasan siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Remaja*, 9(1), 35–44.
- BPS. (2021). Statistik Indonesia 2021. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/publication/2021/02/26/938316574c78772f27e9b477/statistik-indonesia-2021.html>
- Dona. (2019). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik. EGC.
- Donsu, J. (2019). Psikologi Keperawatan : Aspek2 Psikologi. Pustaka Baru.
- Dyastika, P. (2022). Penerapan hypnoteaching untuk menurunkan kecemasan siswa. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 10(2), 98–107
- Dyastika, P. A., & Usdinoari, C. O. P. (2022). Analisis Tingkat Kecemasan Matematika pada Siswa Kelas IX SMP St. Bellarminus Bekasi dan Faktornya dari Sudut Pandang Neurosains. *Seminar Nasional Matematika Dan Pendidikan Matematika*, November, 281–286. <https://conference.upgris.ac.id/index.php/senatik/article/view/3320>
- Ekowati, C. K., Samo, D. D., & Njuka, K. T. N. (2021). Pengaruh Kecemasan, Kesulitan Belajar, dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Matematika Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Kupang. *Haumeni Journal of Education*, 1(1), 31–38. <https://doi.org/10.35508/haumeni.v1i1.4546>
- Fitriani, N. & Pratiwi, D. (2021) ‘Efektivitas konseling dengan pendekatan relaksasi dan sugesti positif dalam meningkatkan self-efficacy siswa’, *Jurnal Konseling Pendidikan Indonesia*, 12(2), pp. 101–112.
- Ghozali, I. (2021). Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 26 (Edisi 10). Badan Penerbit Universitas Dipenogoro.
- Grande, A. J., Hoffmann, M. S., Evans-Lacko, S., Ziebold, C., de Miranda, C. T., Mcdaid, D., Tomasi, C., & Ribeiro, W. S. (2023). Efficacy of school-based interventions for mental health problems in children and adolescents in low and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis.

- Frontiers in Psychiatry, 13(January).
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1012257>
- Gruzelier, J. H., Foks, M., Steffert, T., Chen, M. J. L., & Ros, T. (2014). Beneficial outcome from EEG-neurofeedback on creative music performance, attention and well-being in school children. *Biological Psychology*, 95(1), 86–95.
<https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2013.04.005>
- Gunawan, R. & Santosa, H. (2021) ‘Peran dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis remaja’, *Jurnal Psikologi Remaja*, 9(1), pp. 45–56.
- Haryanto, T., Rahayu, S. and Putra, A. (2020). Pengaruh jarak tempat tinggal terhadap motivasi dan kelelahan belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 7(2), 78–85.
- Hopatuh Fatonah, S. umayah, & Dewi Nur, I. R. (2022). Gaya Belajar Siswa dalam Pembelajaran Matematika di Tingkat SMP. *Radian Journal: Research and Review in Mathematics Education*, 1(2), 81–87.
<https://doi.org/10.35706/rjrrme.v1i2.6534>
- Imron, M. (2017). Metode Hypnosis Learning Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Santri; Studi Kasus Di Tpa Sabilillah Ketintang Surabaya. *Jurnal Pendidikan Agama Islam (Journal of Islamic Education Studies)*, 5(1), 116. <https://doi.org/10.15642/jpai.2017.5.1.116-137>
- Juita, H. R., Riance, A., Ekonomi, I., & Insan, U. B. (2024). PENGARUH METODE HYPNOTEACHING TERHADAP MOTIVASI DAN MINAT BELAJAR MAHASISWA DI UNIVERSITAS BINA INSAN. 17(1), 121–130.
- Juita, R., Sari, D. and Fauzan, H. (2024). Peningkatan motivasi belajar melalui hypnolearning pada siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Psikologi*, 8(1), 55–66.
- Junianengrum, J., Rufii, R., & Rusmawati, R. D. (2020). the Influence of Hypnosis Learning Strategies and Motivation on Reading Comprehension of Fifth-Grade Students. *EduHumaniora | Jurnal Pendidikan Dasar Kampus Cibiru*, 12(2), 183–188. <https://doi.org/10.17509/eh.v12i2.21084>

- Kartikasari, A. and Widyastuti, F. (2022). Pengaruh usia terhadap kecemasan akademik siswa SMP. *Jurnal Ilmu Psikologi*, 11(1), 14–22.
- Kemendikbudristek (2022) *Panduan implementasi program kesehatan mental di sekolah*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Kompri. (2016). *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa*. Remaja Rosdakarya.
- Listiawani, Z., Berlian, M., Anwar, A., & Vebrianto, R. (2024). Pengembangan Instrumen untuk Mengukur Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(8), 8836–8844. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i8.5151>
- Lubis, M., Rahman, A. & Sari, P. (2023) ‘Kesehatan mental dan adaptasi psikologis individu’, *Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(2), pp. 45–53.
- Mariatun, M. A., & Metia, C. (2020). Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswa pada Pelajaran Matematika Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Sinabang Self Efficacy Relationship And Family Support With Students 'Anxiety In Mathematics High School 2 Sinabang. *Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(1), 1–7. <http://jurnalmahasiswa.uma.ac.id/index.php/tabularasa>
- Nasrullah, A. (2022). Hipnoterapi sebagai metode intervensi kecemasan belajar siswa. *Jurnal Psikologi Islami*, 5(2), 100–110.
- Nasrullah, A., Syahrini, R. and Wibowo, A. (2022). Hipnoterapi dalam menurunkan kecemasan belajar matematika. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 14(3), 134–142.
- Nasrullah, R. F., Maksun, A., & Priambodo, A. (2022). Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Kecemasan dan Motivasi dalam Belajar Renang. *Jendela Olahraga*, 7(2), 107–118. <https://doi.org/10.26877/jo.v7i2.12001>
- Nevid, J. S. (2021). *Psikologi Abnormal Di Dunia Yang Terus Berubah*. Erlangga.
- Nielsen, F., Rasmus, Rakvaag, E., Vestergaard, P., Hermansen, K., Gregersen, S., & Starup-Linde, J. (2022). The Effects of 12-Weeks Whey Protein Supplements on Markers of Bone Turnover in Adults With Abdominal

- Obesity – A Post Hoc Analysis. *Frontiers in Endocrinology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fendo.2022.832897>
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nuraini, L., Putri, M. & Hidayat, R. (2022) ‘Pengaruh dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik siswa SMA’, *Jurnal Pendidikan Psikologi*, 14(1), pp. 33–42.
- Pachaiappan, R. et al. (2023). Systematic review of hypnosis-based interventions in reducing exam-related anxiety. *Journal of Educational Psychology Research*, 15(4), 217–230.
- Pachaiappan, S., Tee, M. Y., & Low, W. Y. (2023). Hypnosis interventions for reducing test anxiety among students: A systematic review. *Cogent Psychology*, 10(1). <https://doi.org/10.1080/23311908.2023.2281745>
- Papalia, D.E. & Martorell, G. (2021) *Experience human development*. 15th edn. New York: McGraw-Hill Education.
- Pradina, E. I. V., Marti, E., & Ratnawati, E. (2022). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Padukuhan Pranan, Sendangsari, Minggir, Sleman. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas*, 6(2), 112. <https://doi.org/10.22146/jkkk.75227>
- Prasetyo, R., & Listyarini, I. (2021). Pengaruh Jarak Tempat Tinggal Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Dwijaloka Jurnal Pendidikan Dasar & Menengah*, 2(3), 427–431. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/dwijaloka/index>
- Pratiwi, N. and Setiawan, R. (2021). Faktor demografis dan kecemasan akademik siswa SMP. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 13(2), 102–110.
- Puspitasari, H., Kurniawati, A. and Nugraheni, D. (2024). Efektivitas hypnolearning dalam meningkatkan motivasi dan minat belajar siswa. *Jurnal Psikologi Edukatif*, 6(1), 44–58.
- Puspitasari, K. I., Sianturi, S. R., & Novita, R. V. T. (2024). Dukungan Keluarga dengan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 5(1), 176–184. <https://doi.org/10.36590/kepo.v5i1.971>

- Rahma, F. (2021) 'Pendekatan emosional dalam meningkatkan motivasi belajar siswa', *Jurnal Pendidikan Psikologi*, 6(2), pp. 112–120.
- Rahma, F. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi motivasi belajar matematika pada siswa SMP. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 9(2), 77–85.
- Rai, T., & Professor, A. (2022). Review: Effect of Positive Affirmation on stress and academics in students. *Journal of Pharmaceutical Negative Results* , 13(8), 2022. <https://doi.org/10.47750/Pnr.2022.13.S08.493>
- Rubiana, E. P., & Dadi, D. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Ipa Siswa Smp Berbasis Pesantren. *Bioed : Jurnal Pendidikan Biologi*, 8(2), 12. <https://doi.org/10.25157/jpb.v8i2.4376>
- Rumnah, Hamidah, & Zainap. (2022). PENERAPAN PENDEKATAN HYPNOTHERAPIST DAPAT MENINGKAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS X PADA MATA PELAJARAN AL QURAN HADITS MA AR-RAUDHAH. *TEACHING : Jurnal Inovasi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 2(1), 56–66.
- Santrock, J.W. (2021) *Adolescence*. 17th edn. New York: McGraw-Hill Education.
- Saputro, H., Fazrin, I., Surya, S., & Kediri, M. H. (2017). Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi dengan Penerapan Terapi Bermain. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 3(1), 9–12. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Septiana, A. & Herlina, E. (2023) 'Dukungan keluarga dan kecemasan akademik remaja', *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 12(1), pp. 25–37.
- Septiana, D. and Herlina, T. (2023). Peran dukungan keluarga dalam menurunkan kecemasan akademik siswa. *Jurnal Psikologi Anak dan Remaja*, 10(1), 25–33.
- Silalahi, D., Marbun, N., & Purba, M. (2023). PENGARUH HIPNOTHERAPY TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN. *Community Development Journal*, 4(2), 4132–4138.
- Silalahi, M., Situmorang, S. and Marpaung, M. (2023). Hipnoterapi dan peningkatan motivasi serta penurunan kecemasan siswa. *Jurnal Pendidikan Psikologi Indonesia*, 8(2), 90–102.

- Siregar, R., Lestari, N. & Firmansyah, A. (2021) ‘Faktor-faktor eksternal penyebab kecemasan akademik pada siswa SMA’, *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 23(3), pp. 155–166.
- Siregar, R., Lestari, S. and Putri, N. (2021). Perbedaan kecemasan akademik antara siswa laki-laki dan perempuan. *Jurnal Psikologi Remaja*, 7(1), 63–71.
- Slametiningsih, R. (2017). SELF-HYPNOSIS DAN KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KELURAHAN PADEMANGAN BARAT 1 JAKARTA UTARA. *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice*, 001, 38–48.
- Sugara, G. S., & Fadhillah, R. (2024). Treatment for social media addiction with hypnotic-oriented counseling. *Discover Psychology*, 4(1). <https://doi.org/10.1007/s44202-024-00125-6>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&B*. Alfabeta.
- Sujarweni, W. V. (2022). *Metodologi Penelitian Bisnis& Ekonomi :Pendekatan Kuantitatif*. Pustaka Baru Press.
- Supriatna, A., & Zulkarnaen, R. (2019). Studi kasus tingkat kecemasan matematis siswa SMA. *Prosiding Seminar Nasional Matematika Dan Pendidikan Matematika*, 2(1C), 730–735. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/sesiomadika/article/view/2721>
- Suryaman, H., Fitri, Y. and Pramono, D. (2022). Pengaruh hypnoteaching terhadap kecemasan dan motivasi belajar. *Jurnal Inovasi Pendidikan Indonesia*, 14(2), 121–132.
- Suryaman, O. (2023). Hypnolearning Reduces Mathematics Learning Anxiety in Elementary School. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 12, 343–346. <https://doi.org/10.30595/pssh.v12i.818>
- Suryaman, O., Anwar, A. S., Hadiana, O., & Sutarna, N. (2022). *Jurnal Cakrawala Pendas*. 8(1), 308–315.
- Syaripudin, A. (2018). *Hipnoterapi: Aplikasi Keperawatan Komplementer*. In Media.
- The Indonesian Board Of Hypnotherapy. (2015). *Basic Hypnotherapy*. IBH.

- Theofilou, P. (2022). Investigation of Outpatient Satisfaction in a General Hospital: The Effect of Socio-Demographic Factors. *World Journal of Nursing Research*, 2(1), 11–20. <https://doi.org/10.31586/wjnr.2022.435>
- Valentine, K., Milling, L.S., Clark, L.J. and Moriarty, C.L. (2019). The efficacy of hypnosis as a treatment for anxiety: A meta-analysis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 67(3), 336–363.
- Warto Warto. (2022). Menggugah Minat Belajar Siswa Dengan Hypnoteaching. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dan Agama*, 3(2), 176–184. <https://doi.org/10.55606/semnaspa.v3i2.175>
- Warto, S. (2022). Strategi hypnolearning dalam meningkatkan prestasi dan mengurangi kecemasan akademik. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 11(1), 56–67.
- Wasistha, S. K., & Rikayanti, R. (2024). Hubungan Antara Lingkungan Keluarga Dan Minat Belajar Matematika Siswa Smp. *JP2M (Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Matematika)*, 10(1), 53–60. <https://doi.org/10.29100/jp2m.v10i1.5284>
- Widana, I. W., & Muliani, N. P. L. (2020). Uji Persyaratan Analisis. *Klik Media*.
- Wulandari, R. and Sari, P. (2021). Pengaruh persepsi negatif terhadap mata pelajaran terhadap kecemasan belajar. *Jurnal Psikologi Sekolah*, 5(2), 110–118.
- Wulur, M. B. (2018). APLIKASI HIPNOSIS (TINJUAN KOMUNIKASI DAKWAH) Meisil. *Al Bayan*, 3(2), 91–102.
- Younis, M., Saleh, M. and Abbas, R. (2021). Hypnosis-based interventions for emotional regulation in students. *International Journal of Educational Research*, 10(3), 201–210.
- Zemla, K., Sedek, G., Wróbel, K., Postepski, F., & Wojcik, G. M. (2023). Investigating the Impact of Guided Imagery on Stress, Brain Functions, and Attention: A Randomized Trial. *Sensors*, 23(13), 1–19. <https://doi.org/10.3390/s23136210>
- Zhang, L., Huang, Y. and Wang, H. (2022). Socioeconomic status and academic anxiety: The role of parental support and school programs. *Chinese Journal of Educational Psychology*, 18(4), 148–162.

Zubaidah, A., & Risnawati. (2015). PSIKOLOGI PEMBELAJARAN MATEMATIKA. Aswaja Pressindo.