

DAFTAR PUSTAKA

- Andika, R., Sari, L. K., & Wahyuni, E. (2023). Peran konseling kelompok berbasis kognitif dalam meningkatkan ketahanan diri mahasiswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 45–58.
- Anwar, M. (2024). *Adversity Quotient: Konsep, Pengukuran, dan Penerapannya dalam Pendidikan*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Arikunto, S. (2020). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arini, D. P. (2021). Perkembangan psikologis pada masa dewasa awal. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 7(1), 12–25.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: International Universities Press.
- Citra, A., & Rosy, D. (2020). Uji reliabilitas dan validitas instrumen penelitian pendidikan. *Jurnal Metodologi Penelitian*, 5(1), 78–89.
- Corey, G. (2016). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi (Terjemahan)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Desika, N. N. (2019). Tingkat Adversity Quotient mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan tugas akhir. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 4(2), 112–123.
- Djaali. (2021). *Metodologi Penelitian Eksperimen*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Dwi Prastiyo, A., & Muhid, A. (2023). Penerapan teknik Cognitive Restructuring dalam konseling kelompok. *Counsonesia: Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 5(1), 34–47.
- Habsy, M., Surya, M., & Indrawati, E. S. (2024). Tahapan dan dinamika dalam konseling kelompok. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 56–69.
- Hakim, A., Lestari, S., & Rahmawati, D. (2020). Hubungan Adversity Quotient dengan resiliensi akademik mahasiswa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 17(2), 145–156.
- Huda, M., & Mulyana, B. (2017). Konseling kelompok berbasis kognitif untuk mengubah pola pikir negatif. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 12(3), 201–212.
- Ismayani, D. (2019). *Penyusunan Instrumen Penelitian Bidang Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Khairat, N., & Meiyuntariningsih, R. (2025). Langkah-langkah penerapan teknik Cognitive Restructuring dalam konseling. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 9(1), 89–98.
- Kurniawan, A. (2018). *Teknik Pengambilan Sampel dalam Penelitian Sosial*. Yogyakarta: Deepublish.
- Lubis, N. (2011). *Konseling Kelompok: Teori dan Penerapannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Mutmainah, S. (2020). Mengubah pola pikir irasional melalui pendekatan kognitif. *Jurnal Psikologi Konseling*, 6(2), 102–115.
- Putri, R. S. A., & Mariyati, L. I. (2025). Pengaruh Adversity Quotient dan sense of coherence terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(3), 1700–1719.
- Rani, D., Pratiwi, D., & Kurniawan, A. (2022). Efektivitas teknik Cognitive Restructuring dalam meningkatkan kepercayaan diri. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 76–88.
- Rosidah, A., Sari, L., & Utami, S. (2016). Peran dukungan kelompok dalam mengatasi kesulitan belajar. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 6(1), 56–67.
- Rukajat, A. (2024). *Metode Penelitian Eksperimen*. Yogyakarta: Andi

Offset.

- Saputro, A. (2018). *Tugas Perkembangan Individu pada Masa Dewasa Awal*. Surabaya: Universitas Airlangga Press.
- Sinambela, L. (2014). *Desain Penelitian Eksperimen Bidang Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Stoltz, P. G. (2000). *Adversity Quotient: Mengubah Kesulitan Menjadi Peluang (Terjemahan)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sudaryana, A., & Agusiady, M. (2022). *Populasi dan Sampel dalam Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryadi, D., & Santoso, B. (2017). Hubungan tekanan akademik dengan Adversity Quotient mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 3(1), 34–45.
- Tanjung, S., & Mulyani, R. (2021). *Teknik Pengumpulan Data dalam Penelitian*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Utami Fitri, H., & Kushendar. (2019). Konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 1(2), 112–125.
- Walfitri, A., Andika, R., & Sari, L. K. (2023). Peran Adversity Quotient dalam keberhasilan studi mahasiswa. *Jurnal Cendekia Psikologi*, 5(1), 45–56.