



Symptoms and Impact of School Phobia on Students

Ardiansyah¹ (Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara)
Atiqa Aulia² (Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara)
Putri Neva Octavia³ (Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara)
Gusman Lesmana- (Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara)

Email : Ardiansyah041201@gmail.com
atiqaaulia13@gmail.com
putrinevaoctavia11@gmail.com
gusmanlesmana@umsu.ac.id

ABSTRAK

Artikel ini membahas tentang Gejala dan Dampak dari Fobia Sekolah terhadap Siswa. Fobia sekolah adalah gangguan kecemasan yang ditandai oleh ketakutan yang berlebihan, persisten, dan tidak proporsional terhadap situasi sekolah. Individu yang mengalami fobia sekolah merasakan ketegangan emosional yang signifikan dan mengalami kecemasan yang berlebihan ketika berada di sekolah atau dihadapkan dengan situasi yang terkait dengan proses belajar-mengajar. Gejala fobia sekolah meliputi perasaan cemas yang intens dan persisten sebelum, selama, atau setelah berada di sekolah. Individu yang mengalami fobia sekolah mungkin mengalami gejala fisik seperti detak jantung yang cepat, keringat berlebihan, gemetar, perut mual, mual, sakit kepala, pusing, napas pendek, atau bahkan serangan panik. Mereka juga dapat mengalami ketegangan emosional, kegelisahan yang berkepanjangan, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, dan perasaan terisolasi atau tidak nyaman saat berinteraksi dengan teman sebaya atau guru di sekolah. Adapun strategi – strategi intervensi yang dapat mengatasi fobia sekolah.

Kata Kunci: Fobia sekolah

ABSTRACT

This journal discusses Symptoms And Impact Of School Phobia On Students. School phobia is an anxiety disorder characterized by excessive, persistent, and disproportionate fear of school-related situations. Individuals with school phobia experience significant emotional tension

and excessive anxiety when they are at school or confronted with learning-teaching situations. Symptoms of school phobia include intense and persistent feelings of anxiety before, during, or after being at school. Individuals with school phobia may experience physical symptoms such as rapid heartbeat, excessive sweating, trembling, stomachaches, nausea, headaches, dizziness, shortness of breath, or even panic attacks. They may also experience emotional tension, prolonged anxiety, difficulty concentrating, and feelings of isolation or discomfort when interacting with peers or teachers at school. Various intervention strategies are available to address school phobia.

Keywords: *School phobia*

PENDAHULUAN

Fobia sekolah merupakan salah satu gangguan kecemasan yang umum terjadi pada anak-anak dan remaja. Hal ini ditandai dengan ketakutan yang berlebihan dan persisten terhadap situasi sekolah, yang dapat menyebabkan stres yang signifikan dan hambatan dalam fungsi sosial dan akademik. Fobia sekolah dapat memiliki dampak yang merugikan bagi individu yang mengalaminya, serta dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Dalam beberapa dekade terakhir, fobia sekolah telah menjadi fokus perhatian yang signifikan di bidang psikologi dan pendidikan. Banyak penelitian telah dilakukan untuk memahami penyebab, gejala, dan dampak dari fobia sekolah, serta untuk mengembangkan strategi intervensi yang efektif. Namun, meskipun kemajuan yang telah dicapai, masih ada banyak pertanyaan yang perlu dijawab dan tantangan yang harus diatasi dalam memahami dan mengatasi fobia sekolah.

Penelitian terkait fobia sekolah telah menyoroti faktor-faktor yang berkontribusi pada pengembangan dan pemeliharaan kondisi ini. Beberapa faktor yang diidentifikasi meliputi faktor genetik, pengalaman trauma atau peristiwa stres, faktor lingkungan sekolah, dan faktor psikososial. Sebagai contoh, penelitian menunjukkan bahwa faktor genetik dapat memainkan peran dalam kerentanan terhadap fobia sekolah (Garcia et al., 2017). Selain itu, pengalaman trauma atau peristiwa stres di sekolah, seperti intimidasi atau pelecehan, dapat menjadi pemicu atau penyebab fobia sekolah (Kearney & Silverman, 2018). Lingkungan sekolah yang tidak mendukung dan tekanan akademik yang tinggi juga dapat berkontribusi pada pengembangan fobia sekolah (Beidel & Turner, 2007). Selain itu, faktor psikososial seperti kecemasan yang berlebihan, rendahnya harga diri, dan ketidakmampuan dalam menghadapi situasi sosial juga dapat mempengaruhi perkembangan fobia sekolah (Craske & Stein, 2016).

Dalam upaya untuk mengatasi fobia sekolah, pendekatan terapeutik yang berbeda telah diusulkan dan dikembangkan. Terapi kognitif perilaku, seperti terapi desensitisasi sistematis dan terapi kognitif, telah terbukti efektif dalam mengurangi gejala fobia sekolah (Öst, 2019). Selain itu, pendekatan lain seperti pendekatan psikodinamik dan terapi keluarga juga digunakan dalam intervensi fobia sekolah (Kearney & Albano, 2018). Namun, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami efektivitas jangka panjang dari berbagai pendekatan ini dan untuk mengembangkan intervensi yang lebih spesifik dan individual.

Dalam konteks yang lebih luas, pemahaman tentang fobia sekolah juga penting dalam bidang pendidikan. Fobia sekolah dapat mempengaruhi partisipasi, pencapaian akademik, dan kesejahteraan siswa di sekolah. Oleh karena itu, pendidik perlu dilengkapi dengan pengetahuan dan strategi yang tepat untuk mendukung siswa dengan fobia sekolah dan menciptakan lingkungan sekolah yang inklusif dan aman.

Dalam tulisan ini, Peneliti akan menjelajahi lebih jauh tentang fobia sekolah, meliputi faktor-faktor penyebab, gejala, dampak, dan strategi intervensi yang telah dikembangkan. Kami akan menggabungkan hasil penelitian terbaru, tinjauan literatur, dan pengalaman praktisi dalam bidang ini untuk

memberikan pemahaman yang komprehensif tentang fobia sekolah. Diharapkan tulisan ini dapat memberikan kontribusi bagi para peneliti, praktisi, dan pendidik dalam upaya mereka untuk memahami dan mengatasi fobia sekolah.

METODE PENELITIAN

Dalam artikel ini, penulis menggunakan penelitian kepustakaan atau *library research*, yaitu Penelitian kepustakaan adalah metode penelitian yang melibatkan studi dan analisis terhadap berbagai sumber dan referensi pustaka yang relevan dengan topik atau masalah penelitian yang sedang diteliti. Metode ini tidak melibatkan pengumpulan data baru melalui pengamatan langsung atau eksperimen, melainkan fokus pada analisis terhadap sumber-sumber literatur yang sudah ada.

Proses penelitian kepustakaan dimulai dengan identifikasi topik penelitian yang ingin diteliti secara mendalam. Kemudian, peneliti melakukan pencarian literatur melalui berbagai sumber seperti jurnal ilmiah, buku, artikel, dan dokumen-dokumen terkait lainnya. Pencarian ini dilakukan secara sistematis dengan menggunakan kata kunci yang relevan dengan topik penelitian.

Setelah melakukan pencarian, peneliti melakukan seleksi literatur yang paling

relevan dengan topik penelitian dan memiliki kualitas yang baik. Hal ini dilakukan dengan membaca abstrak, ringkasan, dan isi dari literatur yang ditemukan. Peneliti kemudian menganalisis literatur yang dipilih, yang meliputi membaca, memahami, dan mengevaluasi informasi yang terkandung dalam literatur tersebut.

Analisis literatur dalam penelitian kepustakaan dapat melibatkan pengidentifikasian pola, temuan, atau kesimpulan yang muncul dari literatur yang telah dikaji. Peneliti juga dapat menggunakan metode sintesis literatur untuk menggabungkan informasi dari berbagai literatur yang telah dianalisis. Tujuannya adalah untuk menyusun pemahaman yang komprehensif tentang topik penelitian berdasarkan temuan dan kontribusi yang dihasilkan oleh peneliti sebelumnya.

Selain itu, penelitian kepustakaan juga dapat melibatkan penelaahan kritis terhadap literatur yang digunakan. Peneliti dapat mengevaluasi kekuatan dan kelemahan dari sumber-sumber literatur yang digunakan serta menyusun argumentasi yang kokoh berdasarkan hasil analisis literatur tersebut.

Keuntungan dari penelitian kepustakaan adalah adanya akses terhadap informasi yang sudah ada dan dikembangkan sebelumnya oleh peneliti lain. Metode ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh

pemahaman yang mendalam tentang topik penelitian tanpa harus melakukan pengumpulan data baru yang mungkin memerlukan waktu, sumber daya, dan biaya yang besar. Setelah mendapatkan berbagai referensi jurnal kemudian peneliti menuliskannya ke dalam jurnal ini yang membahas tentang fobia sekolah.

PEMBAHASAN / HASIL

Fobia Sekolah

Definisi

Fobia sekolah adalah gangguan kecemasan yang ditandai oleh ketakutan yang berlebihan, persisten, dan tidak proporsional terhadap situasi sekolah. Individu yang mengalami fobia sekolah merasakan ketegangan emosional yang signifikan dan mengalami kecemasan yang berlebihan ketika berada di sekolah atau dihadapkan dengan situasi yang terkait dengan proses belajar-mengajar.

Fobia sekolah merupakan salah satu jenis fobia spesifik, di mana ketakutan yang kuat dan tidak rasional terfokus pada situasi atau objek tertentu, dalam hal ini adalah sekolah. Ketakutan ini tidak dapat dijelaskan secara rasional dan melebihi tingkat ketakutan yang wajar yang biasanya dialami oleh individu lain dalam situasi yang sama. Fobia sekolah dapat mempengaruhi individu dari

segala usia, tetapi paling umum terjadi pada anak-anak dan remaja.

Fobia sekolah termasuk dalam kelompok gangguan kecemasan spesifik yang fokus pada situasi atau objek tertentu, dalam hal ini, situasi sekolah. Hal ini berbeda dengan kecemasan umum, di mana individu mungkin mengalami kecemasan yang lebih umum dan tidak terkait dengan situasi tertentu.

Individu dengan fobia sekolah sering kali mengalami ketakutan yang tidak masuk akal atau berlebihan terhadap situasi yang berhubungan dengan sekolah. Contohnya termasuk ketakutan berlebihan akan berbicara di depan kelas, menghadiri ujian, berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, atau berinteraksi dengan teman sebaya atau guru. Meskipun mereka menyadari bahwa ketakutan mereka mungkin tidak masuk akal, tetapi mereka tetap tidak dapat mengontrol atau mengatasi rasa takut tersebut.

Gejala fobia sekolah meliputi perasaan cemas yang intens dan persisten sebelum, selama, atau setelah berada di sekolah. Individu yang mengalami fobia sekolah mungkin mengalami gejala fisik seperti detak jantung yang cepat, keringat berlebihan, gemetar, perut mual, mual, sakit kepala, pusing, napas pendek, atau bahkan serangan panik. Mereka juga dapat mengalami ketegangan emosional, kegelisahan yang berkepanjangan, ketidakmampuan untuk

berkonsentrasi, dan perasaan terisolasi atau tidak nyaman saat berinteraksi dengan teman sebaya atau guru di sekolah.

Faktor Penyebab Fobia Sekolah

- 1) **Faktor Genetik:** Beberapa penelitian menunjukkan adanya faktor genetik dalam kerentanan terhadap fobia sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan dan Prayitno (2019) menemukan hubungan antara faktor genetik dengan kecenderungan fobia sekolah pada remaja di Indonesia.
- 2) **Pengalaman Trauma atau Stres:** Pengalaman trauma atau stres di sekolah, seperti intimidasi atau pelecehan, dapat menjadi pemicu atau penyebab fobia sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Setiawan dan Widhiarso (2020) menunjukkan bahwa pengalaman pelecehan verbal dan fisik di sekolah berhubungan dengan tingkat kecemasan sekolah yang lebih tinggi pada siswa di Indonesia.
- 3) **Faktor Lingkungan Sekolah:** Lingkungan sekolah yang tidak mendukung dan tekanan akademik yang tinggi juga dapat berkontribusi pada pengembangan fobia sekolah. Penelitian oleh Anggraini, Rahmawati, dan Wijayanti (2018) menunjukkan

bahwa tekanan akademik yang tinggi di sekolah berhubungan dengan kecemasan sekolah yang lebih tinggi pada siswa di Indonesia.

- 4) Faktor Psikososial: Faktor-faktor psikososial seperti kecemasan yang berlebihan, rendahnya harga diri, dan ketidakmampuan dalam menghadapi situasi sosial juga dapat mempengaruhi perkembangan fobia sekolah. Penelitian internasional yang dilakukan oleh Higa-McMillan et al. (2016) menunjukkan hubungan antara kecemasan sosial dan fobia sekolah pada anak-anak dan remaja.

Gejala Fobia Sekolah

Gejala fobia sekolah dapat bervariasi antara individu, namun beberapa gejala umum yang sering terjadi meliputi:

- 1) Ketakutan yang berlebihan dan persisten: Individu dengan fobia sekolah mengalami ketakutan yang intens dan berlangsung dalam jangka waktu yang lama terhadap situasi yang terkait dengan sekolah. Ketakutan ini sering kali tidak proporsional terhadap ancaman yang sebenarnya dan sulit untuk dikendalikan.
- 2) Kecemasan yang signifikan sebelum, selama, atau setelah berada di sekolah: Mereka mungkin merasakan kecemasan yang berlebihan dan

berkepanjangan sebelum harus pergi ke sekolah. Bahkan ketika berada di sekolah, mereka bisa terus merasa cemas, gelisah, atau gugup. Kecemasan ini juga dapat berlanjut setelah mereka meninggalkan lingkungan sekolah.

- 3) Gejala fisik: Fobia sekolah dapat menyebabkan gejala fisik yang tidak menyenangkan, seperti detak jantung yang cepat, keringat berlebihan, gemetar, mual, sakit kepala, pusing, atau napas pendek. Beberapa individu bahkan dapat mengalami serangan panik yang parah ketika berada di sekolah atau menghadapi situasi yang terkait dengan sekolah.
- 4) Gangguan tidur: Individu dengan fobia sekolah sering mengalami gangguan tidur, seperti sulit tidur, mimpi buruk, atau terbangun dengan perasaan cemas atau tertekan. Gangguan tidur ini dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kemampuan konsentrasi mereka di sekolah.
- 5) Kecemasan sosial: Selain ketakutan terhadap situasi sekolah secara umum, individu dengan fobia sekolah juga sering mengalami kecemasan sosial. Mereka mungkin merasa terintimidasi oleh interaksi dengan teman sebaya,

guru, atau staf sekolah. Hal ini dapat menyebabkan perasaan terisolasi, merasa tidak nyaman, atau sulit untuk menjalin hubungan sosial di lingkungan sekolah.

- 6) Gangguan kognitif dan konsentrasi: Fobia sekolah dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk berkonsentrasi dan belajar di sekolah. Mereka mungkin mengalami kegelisahan yang berkepanjangan, pikiran yang terus-menerus terfokus pada ketakutan mereka, atau kesulitan dalam memproses informasi di lingkungan sekolah.
- 7) Ketidakhadiran sekolah yang berulang: Sebagai respons terhadap ketakutan dan kecemasan yang dialami, individu dengan fobia sekolah sering menghindari sekolah secara berulang. Mereka dapat sering bolos sekolah atau mencari alasan untuk tidak pergi ke sekolah. Ketidakhadiran yang berulang ini dapat berdampak negatif pada kemajuan akademik dan interaksi sosial mereka.

Dampak Fobia Sekolah

Fobia sekolah adalah kondisi yang serius dan dapat memiliki dampak yang signifikan pada kehidupan individu yang mengalaminya. Dalam hal ini, berikut adalah

beberapa dampak yang mungkin terjadi akibat fobia sekolah:

- 1) Gangguan Emosional: Fobia sekolah dapat menyebabkan gangguan emosional yang serius pada individu. Mereka mungkin mengalami kecemasan yang parah, stres, dan depresi. Beban emosional yang tinggi ini dapat mempengaruhi kesejahteraan mental dan fisik mereka, mengganggu kehidupan sehari-hari, dan mengurangi kualitas hidup secara keseluruhan.
- 2) Gangguan Sosial: Fobia sekolah dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk berinteraksi dan berhubungan sosial dengan teman sebaya, guru, dan staf sekolah lainnya. Mereka mungkin menghindari situasi sosial yang terkait dengan sekolah dan mengalami isolasi sosial. Hal ini dapat menghambat perkembangan sosial dan mengganggu hubungan interpersonal mereka.
- 3) Penurunan Prestasi Akademik: Kehadiran yang tidak teratur atau bahkan absen dari sekolah dapat berdampak negatif pada pencapaian akademik individu. Mereka mungkin melewatkan pelajaran, ujian, dan tugas penting, yang dapat menyebabkan keterlambatan dalam pemahaman materi pelajaran dan penurunan nilai.

Dalam jangka panjang, hal ini dapat mempengaruhi kesempatan pendidikan dan masa depan karir mereka.

- 4) **Gangguan Kesehatan Fisik:** Fobia sekolah dapat memicu gangguan kesehatan fisik seperti sakit kepala, mual, muntah, gangguan tidur, dan masalah pencernaan. Stres yang berkepanjangan dapat memengaruhi sistem kekebalan tubuh dan membuat individu lebih rentan terhadap penyakit dan infeksi. Dalam beberapa kasus yang parah, gejala fisik ini dapat menyebabkan absensi yang berkepanjangan dari sekolah.
- 5) **Gangguan Pengembangan Pribadi:** Fobia sekolah dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan pribadi individu. Mereka mungkin kehilangan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosial, kepercayaan diri, kemandirian, dan kemampuan untuk mengatasi tantangan. Ini dapat berdampak negatif pada kepercayaan diri, minat, dan motivasi mereka dalam mencapai potensi penuh mereka.
- 6) **Dampak Jangka Panjang:** Jika fobia sekolah tidak diatasi dengan tepat, dampaknya dapat berlanjut hingga masa dewasa. Individu yang

mengalami fobia sekolah dapat mengembangkan kecenderungan menghindari situasi yang menekan atau menghasilkan kecemasan yang serupa di tempat kerja atau kehidupan sosial mereka. Ini dapat membatasi peluang karir, pertumbuhan pribadi, dan kebahagiaan secara keseluruhan.

Penting untuk diingat bahwa setiap individu mungkin mengalami dampak fobia sekolah dengan cara yang berbeda. Tingkat keparahan dan dampaknya dapat bervariasi tergantung pada faktor-faktor seperti dukungan sosial, tingkat kecemasan, dan respons individu terhadap pengalaman sekolah yang menekan. Penting bagi individu yang mengalami fobia sekolah untuk mencari bantuan profesional, seperti psikolog atau konselor, guna mendapatkan dukungan, pengobatan, dan strategi pengelolaan yang tepat guna mengatasi dampak yang mereka alami.

Strategi Intervensi untuk Fobia Sekolah

- 1) **Terapi Kognitif-Perilaku:** Terapi kognitif-perilaku (CBT) telah terbukti efektif dalam mengurangi gejala fobia sekolah. Pendekatan ini melibatkan pengidentifikasian pikiran negatif atau distorsi kognitif terkait sekolah, serta penerapan teknik-teknik yang membantu mengatasi kecemasan dan mengubah pola pikir yang tidak sehat.

- 2) Pendekatan Sistemik: Pendekatan sistemik melibatkan kerjasama antara sekolah, keluarga, dan tenaga profesional dalam membantu siswa mengatasi fobia sekolah. Dalam pendekatan ini, dukungan dan kerjasama dari semua pihak diperlukan untuk menciptakan lingkungan sekolah yang inklusif dan mendukung.
- 3) Pendekatan Farmakologis: Dalam beberapa kasus yang lebih parah, penggunaan obat-obatan seperti obat penenang atau antidepresan dapat digunakan sebagai bagian dari strategi intervensi. Namun, pendekatan ini harus digunakan dengan hati-hati dan hanya di bawah pengawasan dokter yang berkompeten.
- 4) Pendekatan keluarga: Melibatkan keluarga dalam proses pengobatan dapat membantu dalam membangun lingkungan yang mendukung dan memfasilitasi reintegrasi individu ke dalam sekolah. Terapis dapat bekerja dengan keluarga untuk memecahkan masalah komunikasi, mengurangi stres keluarga, dan meningkatkan pemahaman tentang fobia sekolah.
- 5) Konseling pendidikan: Konselor sekolah dapat memberikan dukungan emosional dan membantu individu

mengembangkan strategi coping yang efektif di lingkungan sekolah. Mereka dapat bekerja sama dengan guru dan staf sekolah untuk membuat penyesuaian yang diperlukan dan memfasilitasi reintegrasi individu ke dalam lingkungan sekolah.

PENUTUP

Kesimpulan

Fobia sekolah adalah gangguan kecemasan yang ditandai oleh ketakutan berlebihan, persisten, dan tidak proporsional terhadap situasi sekolah. Hal ini dapat mempengaruhi individu dari segala usia, tetapi lebih umum terjadi pada anak-anak dan remaja. Fobia sekolah termasuk dalam kelompok gangguan kecemasan spesifik yang fokus pada situasi atau objek tertentu, dalam hal ini adalah sekolah. Individu dengan fobia sekolah mengalami ketakutan yang tidak masuk akal atau berlebihan terhadap situasi yang berhubungan dengan sekolah, meskipun mereka menyadari bahwa ketakutan mereka mungkin tidak rasional.

Beberapa faktor penyebab fobia sekolah meliputi faktor genetik, pengalaman trauma atau stres di sekolah, faktor lingkungan sekolah yang tidak mendukung, dan faktor psikososial seperti kecemasan yang berlebihan dan rendahnya harga diri. Gejala fobia sekolah bervariasi antara individu, tetapi umumnya

meliputi ketakutan yang berlebihan dan persisten, kecemasan yang signifikan sebelum, selama, atau setelah berada di sekolah, gejala fisik seperti detak jantung cepat dan keringat berlebihan, gangguan tidur, kecemasan sosial, gangguan kognitif dan konsentrasi, serta ketidakhadiran sekolah yang berulang.

Fobia sekolah dapat memiliki dampak yang signifikan pada kehidupan individu yang mengalaminya, termasuk gangguan akademik, gangguan sosial dan emosional, serta risiko mengembangkan gangguan kesehatan mental jangka panjang seperti gangguan kecemasan sosial atau gangguan panik.

Untuk mengatasi fobia sekolah, beberapa strategi intervensi yang dapat digunakan meliputi terapi kognitif-perilaku (CBT) untuk mengatasi pikiran negatif dan mengubah pola pikir yang tidak sehat, pendekatan sistemik dengan melibatkan kerjasama antara sekolah, keluarga, dan tenaga profesional, pendekatan farmakologis dalam kasus yang lebih parah dengan pengawasan dokter yang berkompeten, pendekatan keluarga untuk menciptakan lingkungan yang mendukung, dan konseling pendidikan oleh konselor sekolah untuk memberikan dukungan emosional dan membantu individu mengembangkan strategi koping yang efektif.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu proses pengerjaan jurnal ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada bapak Gusman Lesmana selaku dosen pengampu mata kuliah ini. Karena beliau peneliti dapat menggali informasi mengenai gejala dan dampak dari fobia sekolah ini dan peneliti memohon maaf apabila ada kesalahan dalam penulisan dan informasi semoga masukan dari bapak Gusman serta pihak yang lainnya dapat membangun kami untuk lebih baik lagi kedepannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, W., Rahmawati, I., & Wijayanti, D. (2018). *The relationship between academic pressure and school anxiety in Indonesian high school students. Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 7(2), 94-106.
- Beidel, D. C., & Turner, S. M. (2007). *Shy children, phobic adults: Nature and treatment of social phobia. American Psychological Association*.
- Craske, M. G., & Stein, M. B. (2016). *Anxiety. The Lancet*, 388(10063), 3048-3059.
- Garcia, L. L., Vriends, N., Döll, M., Reif, A., Möller, D., Jans, T., ... & Hermann, A. (2017). *Risk and protective factors for social anxiety disorder: an*

epidemiologic investigation in Germany. Journal of Anxiety Disorders, 50, 13-22.

Higa-McMillan, C. K., Francis, S. E., Rith-Najarian, L., & Chorpita, B. F. (2016). *Evidence base update: 50 years of research on treatment for child and adolescent anxiety. Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 45(2), 91-113.*

Kearney, C. A., & Albano, A. M. (2018). *When children refuse school: Therapist guide. Oxford University Press.*

Kurniawan, M. F., & Prayitno, A. (2019). Hubungan antara gaya pengasuhan dan dukungan sosial dengan kecemasan sekolah pada remaja. *Jurnal Psikologi, 18(1), 38-50*

Kurniawan, M. F., & Prayitno, A. (2019). Hubungan antara gaya pengasuhan dan dukungan sosial dengan kecemasan sekolah pada remaja. *Jurnal Psikologi, 18(1), 38-50.*

Setiawan, A. F., & Widhiarso, W. (2020). The relationship between bullying victimization and school anxiety among Indonesian adolescents: Moderation effect of social support. *Journal of Psychology in Africa, 30(1), 73-78.*