

DAFTAR PUSTAKA

- Abdilah, R. (2020). *Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Menurunkan Prilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas XI IPS 1 Di SMA AL-Huda Jatiagung Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019-2020*. (Doctoral Dissertation, UIN Raden Intan Lampung), 01(01), 32–58.
- Amel, Z. F., Matulessy, A., & Suhadiano, S. (2024). *Prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif berorganisasi: Bagaimana peran stres akademik dan manajemen waktu?*. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 198-211. <https://doi.org/10.30996/sukma.v2i5.12404>
- Amruddin, S.P. (2022). *Paradigma kuantitatif, teori dan studi pustaka. Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*
- Arikunto, S. (2018). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Edisi revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzumar, M. Z. (2025). *Peran self management terhadap prokrastinasi akademik anggota DEMA & SEMA Fakultas Psikologi 2024* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim). <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/79856>
- Corey, & G. (2009). *Theory And Practice of Counseling And Psychotherapy*. Belmont: Thomson Brooks.
- Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning. ISBN: 9781305263727.
- Creswell, J. W. (2015). *Penelitian kualitatif & desain riset: Memilih di antara lima pendekatan* (Edisi ke-3). Pustaka Pelajar.
- Dayantri, S., & Netrawati, N. (2023). *Manajemen waktu dan prokrastinasi akademik*. *Current Issues in Counseling*, 3(2), 96-103. doi: <https://doi.org/10.24036/0438cic>
- Dewi, A. F. (2022). *Penerapan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Di Smp Negeri 2 Alla Kab. Enrekang*.
- El Hasbi, A. Z., Damayanti, R., Hermina, D., & Mizani, H. (2023). *Penelitian korelasional (Metodologi penelitian pendidikan)*. *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(6), 784-808.

- Fauzan, R. N., Sudaryadi, A., Anugraha, L., & Mulyeni, S. (2026). *Manajemen Waktu dan Produktivitas Akademik Mahasiswa Generasi Z: Systematic Literature Review. JIMU: Jurnal Ilmiah Multidisipliner*, 4(02). Diambil dari <https://ojs.smkmerahputih.com/index.php/jimu/article/view/2592>.
- Fricticarani, A., Hayati, A., Hoirunisa, I., & Rosdalina, G. M. (2023). Strategi pendidikan untuk sukses di era teknologi 5.0. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dan Teknologi Informasi (JIPTI)*, 4(1), 56-68.
- Gantina. (2011). *Teori dan Teknik Konseling. Indeks*.
- Ghufron.M.N dan Risnawati R.S (2010) *Teori-Teori Psikologi*, Ar-Ruzz Media, Jakarta.
- Hairiyah, R. (2023). *Hubungan Antara Self Management Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Pengguna Tiktok Di Smkn 4 Banjarmasin* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Kalimantan Mab).
- Hamid Darmadi, (2014) *Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*, (Bandung: Alfabeta). <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/10353>
- Janna, N. M., & Herianto, H. (2021). *Konsep uji validitas dan reliabilitas dengan menggunakan SPSS*.
- Juliawati, D. (2016). *Peran guru bimbingan dan konseling/konselor dalam mengurangi tingkat prokrastinasi akademik siswa di sekolah*. Tarbawi: *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(2).
- Junaidi, M. (2010). *Hubungan antara manajemen diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis BEM di lingkungan IAIN Sunan Ampel Surabaya*.
- Khairat, U., Yaputra, Y., & Rahmi, F. (2017). *Pengaruh prokrastinasi akademik terhadap perilaku menyontek pada siswi SMA di Pesantren X. Padang*, 5(2). *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri)*, 5(2).
- Kim, & Seo. (2015). *The relationship between procrastination and academic performance: A metaanalysis Personality and Individual Differences* 82. hal 26–33.
- Kohar, F. Y. (2017). *Hubungan Rasa Tanggung Jawab Dengan Prokrastinasi ada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi*. Undergraduate Thesis, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya., 13.
- Madidar, S. M., & Muhid, A. (2022). *Literature Review: Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa. Guiding World (Bimbingan Dan Konseling)*, 5(1), 19-26. <https://doi.org/10.33627/gw.v5i1.672>

- Mendrofa, F. A. M., & Susilowati, K. (2024). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Sleman: PT Penerbit Penamuda Media.
- Miswanto, M., & Sihite, F. (2025). *Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama*. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 11(2), 337-347.
<https://dx.doi.org/10.31602/jbkr.v11i2.21090>
- Muthmainnah, S. (2022). *Self Management dalam Menghadapi Stres di Masa Pandemi pada Mahasiswa yang Bekerja (Studi Kasus Mahasiswa Semester 7 Jurusan BPI IAIN Ponorogo)* (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo).
- Ndruru, H., Zagoto, S. F. L., & Laia, B. (2022). Peran Guru Bimbingan dan Konseling Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Aramo Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 31-39.
- Nurmawati (2016). *Evaluasi Pendidikan Islam*. Bandung: Ciptapustaka Media.
- Nursalim, M. (2014). *Strategi & Intervensi Konseling*. In *Akademia Permata*.
- Permana, B. (2019). *Gambaran prokrastinasi akademik siswa SMA darul falah cililin. Fokus: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 2(3), 87-94. <https://doi.org/10.22460/fokus.v2i3.4498>
- Permana, R. (2021). *Penerapan Manajemen Pada Diri Mahasiswa Dalam Pendidikan Islam*. *Al Marhalah: Jurnal Pendidikan Islam*, 5(1), 125-40.
- Prajitno, S. B. (2013). *Metodologi penelitian kuantitatif*. *Jurnal*. Bandung: UIN Sunan Gunung Djati. (tersedia di <http://Komunikasi.Uinsgd.Ac.Id>), 1-29.
- Priatna, T. (2017). *Prosedur penelitian pendidikan*.
- Purnama, M., & Azni, A. Y. (2026). *Hubungan Ketergantungan Smartphone dengan Prokrastinasi Akademik Remaja Desa*. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 8(1), 2464-2472. <https://doi.org/10.61878/bnj.v8i1.439>
- Purwanto. (2018). *Teknik penyusunan instrumen uji validitas dan reliabilitas untuk penelitian ekonomi syariah*. StaiaPress.
- Puspitarini, C. A. (2016). *Keefektifan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Kesulitan Belajar Siswa Kelas Va SD Bendan Ngisor Semarang*. Doctoral Dissertation. Semarang: Universitas Negeri Semarang).
- Putri, N. (2026). *Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Penyusunan Tugas Akhir Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negri Palopo).
- Putri, N. S., Syahril, Y. F., & Habibaturrahmah, H. (2022). *Hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 9*

- Padang. Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Sosial Budaya*, 1(2), 380-384. <https://doi.org/10.47233/jppisb.v1i2.601>
- Rahayu, S. J. (2020). *Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi*. Doctoral Dissertation. Palembang: Sriwijaya University, 24.
- Rahmayati, S., & Puriani, R. A. (2025). *Hubungan Self-Management dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 4 OKU*. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 8(2), 102-114.
- Reswita, R. (2019). *Hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik mahasiswa PG-PAUD FKIP UNILAK*. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(02), 25-32. <https://doi.org/10.31849/ey0s7837>
- Sanusi Hamid. (2014) *Manajemen Sumber Daya Manusia Lanjutan*, Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Sari, A. N. (2010). *Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Berwirausaha* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Sholihin, M. (2019). *Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi pengerjaan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2013-2014 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim). <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/15352>.
- Siregar, K. S. A. (2018). *Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi kerja pada pegawai negeri sipil dinas perumahan kawasan permukiman dan penataan ruang*.
- Sofiyanti, C., & Rakhmawati, D. (2023). *Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X Sma Teuku Umar Semarang*. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 3(2), 70-82. <http://www.jurnal.umbarru.ac.id/index.php/jubikops/article/view/219>
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Issue January).
- Sugiyono. (2020). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Triani, S. (2022). *Penerapan teknik self management untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa di SMA Negeri 9 Makassar*. <https://eprints.unm.ac.id/id/eprint/25276>
- Waluyo edy, S. A. J. E. (2024). *Analisis data sampel menggunakan uji hipotesis penelitian perbandingan pendapatan menggunakan uji anova dan uji t* *Ekonomi Dan Bisnis*, 2(30218365), 775-785.

Yudoningtyas, A. (2023). *Hubungan Self Management dan Self Compassion dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).