

DAFTAR RUJUKAN

- Aeni, R. (2019). *Efektivitas Layanan Individual Teknik Self Management Terhadap Perilaku Indisipliner Belajar Fisika pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 1 Belawa Kabupaten Wajo*. 21(1), 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Anik, S. (2013). *Upaya Meningkatkan Self Management Dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII Di SMPN 1 Jakenan Pati*.
- Antariyani, K. N. W. (2022). *Pengembangan Buku Panduan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meminimalisasi Prokrastinasi Akademik Siswa*.
- Dembo, R. H. (2015). *Motivation and Learning Strategies for College Success: A Focus on Self-Regulated Learning*.
- Diana, J. B., & Michael, S. L. (2016). *Cognitive Behavioral Therapy in K–12 School Settings*. New York: Springer Publishing Company.
- Dirgantoro, S. (2014). *Rancang Bangun Knowledge Management System Berbasis Web Pada Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 46 Jakarta*. 1–8.
- Fiah, E. R. A. R. (2016). *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat T.P 2015/2016*. 02(2), 43–56.
- Ginting, B. R. M. (2012). *Perbedaan Academic Self Management Ditinjau Dari Dimensi Kepribadian Ekstroverters dan Introverters Pada Siswa SMA Sutomo I Medan*.

- Hendryadi, H. (2017). *Validitas Isi : Tahap Awal Pengembangan Kuesioner Validitas Isi : Tahap Awal Pengembangan Kuesioner. February.*
- Jabbar, A. A., Purwanto, D., Fitriyani, N., Marjo, H. K., & Hanim, W. (2019). *Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Untuk Meningkatkan Kematangan Karir. Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan, 2(1), 35–46.*
- Kasali, R. (2017). *The Power of Self Management.*
- Komalasari, K. G., & Wahyuni, E. (2016). *Teori Dan Teknik Konseling.*
- Kurnia, R. (2017). *Penerapan Konseling Cognitive Behavioral Therapy Bagi Pecandu Narkoba Di Rehabilitasi Badan Narkotika Kabupaten Kampar. 7–39.*
- Lawshe. (1975). *A Quantitative Approach To Content Validity".Personnel Psychology', Personnel Psychology.*
- Lestari, N. G. (2019). *Efektivitas Konseling Kognitif Perilaku Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Saat Presentasi Di MTS Ismaria Alqur'aniyyah Bandar Lampung Tahun 2018/2019.*
- Liong, G. T. (2018). *Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis melalui Self-Management. 78–80.*
- Lorensa, H. S. (2018). *Efektivitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SMA Negeri 6 Bengkulu Selatan. 1(1), 1–115.*
- Louisa, M., Sulistiyani, & Joko, T. (2018). *Hubungan Penggunaan Pestisida Dengan Kejadian Hipertensi Pada Petani Padi di Desa Gringsing Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 6(1), 654–661.*

- Meliala, T. E. S. (2019). *Peningkatan Percaya Diri Melalui Koseling Kelompok dengan Pendekatan Client Centered pada Siswa Kelas VIII F Smp Negeri 7 Salatiga*. 1–17.
- Mulyati, D. S. (2019). *Pengaruh Konseling Kognitif Perilaku Terhadap Aktualisasi Diri Siswa*. 7(April), 149–176.
- Nadiarenita, A., Muslihati, M., & Hotifah, Y. (2017). Pengembangan Paket Bimbingan Perencanaan Studi Lanjut dengan Model Creative Problem Solving Bagi Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 18–25.
- Naraswari, I. A. M. D., Dantes, N., & Suranata, K. (2020). Pengembangan Buku Panduan Konseling Cognitive Behavior Untuk Meningkatkan Self Esteem Siswa SMA: Studi Analisis Validitas Teoretik. *Indonesian Journal of Guidance and Counselin: Theory and Application*, 9(1), 8–16.
- Nasviatul, A. L. M. (2019). Konseling Kelompok Cognitive Behaviour Dengan Teknik Cognitive Restructuring Dan Problem Solving Untuk Mereduksi Kecemasan Mahasiswi Ketika Menghadapi Praktik Klinik. *Bimbingan Dan Konseling Unnes*.
- Nurfina, N. M. A. (2019). *Pengembangan LKPD Pembelajaran IPA Berbasis Guided Inquiry untuk Meningkatkan Motivasi Belajar dan Keterampilan Proses Sains Peserta Didik SMP*. 71–84.
- Padmi, N. M. D. (2017). *Pengaruh Konseling Kognitif Behavioral Model Aaron Beck Dengan Strategi Manajemen Diri Terhadap Self Autonomy Ditinjau Dari Urutan Kelahiran Siswa Melalui Lesson Study*. 1(1), 164–175.
- Prayitno, Afdal, Ifdil, & Zadrian, A. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok dan*

Konseling Kelompok.

- Sabrina, A. (2020). *Pengaruh Konseling Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Dengan Teknik Self Instruction Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas XI MIPA MAN 2 Bandar Lampung.*
- Samhah, A. H. (2017). *Kecenderungan Academic Self-Management Berdasarkan Status Sosial Ekonomi Keluarga.* 10–29.
- Samsudin, C. M. (2020). Pengembangan Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan Self Management Siswa SMA. *Konstruksi Pemberitaan Stigma Anti-China Pada Kasus Covid-19 Di Kompas.Com,* 68(1), 1–12.
- Savita, R., & Amelia, F. (2020). Hubungan Pekerjaan Ibu, Jenis Kelamin, dan Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita 6-59 Bulan di Bangka Selatan. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Ri Pangkalpinang,* 8(1), 1. <https://doi.org/10.32922/jkp.v8i1.92>
- Septiani, L. W. (2020). *Upaya Meningkatkan Self Management Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Experiential Learning di Desa Mangunsari Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan.* 4(4), 8–26.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D,* Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Dan Pengembangan.* 53(9).
- Sukranata, I. P. E. (2019). Modul Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral. In *FIP Undiksha.*
- Suranata, K., & Ifdil, I. (2021). *Keefektifan program konseling singkat berfokus solusi dalam LMS Schoology untuk meningkatkan perilaku hidup sehat siswa*

di masa pandemi Covid-19. 9(2), 171–179.

Suwanto, I. (2016). *Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK. Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia.*

<https://pdfs.semanticscholar.org/b0ec/80237ad8c93d66059f9c7cd6ba1e27df3241.pdf>

Wijayanti, W. (2017). *Keefektifan Konseling Individu Cognitive Behavior Therapy (CBT) dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial (Social Media Addiction) pada Siswa di SMA Negeri 1 Singorojo Kendal.*

Zulaifah. (2020). *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Semaka Kabupaten Tanggumas.*

