

## DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain kuasi eksperimen dalam pendidikan: Literatur review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3).
- Adhari, M. I., Rukanda, N., & Alawiyah, T. (2022). Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self management* Terhadap Perilaku Kecanduan Media Sosial Siswa Kelas XI Sman 1 Margaasih. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 5(6), 515-523.
- Affandi, L., Pramudhita, A. N., & Sasmita, M. P. (2020). Sistem Pakar Klasifikasi Kecanduan Gadget Menggunakan Teori Arthurt T. Hovart Dengan Metode Naive Bayes Classifier Untuk Anak Sekolah Dasar. *In Seminar Informatika Aplikatif Polinema* (pp. 102-106).
- Agustiah, D., Fauzi, T., & Ramadhani, E. (2020). Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Belajar Siswa. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(2), 181-190.
- Aini, Q. (2022). Efektifitas Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Ketergantungan Media Sosial Kela 9 Di SMPN 2 Larangan Pamekasan. *Doctoral dissertation*. Institut Agama Islam Negeri Madura.
- Al-Menayes, J. J. (2015). Dimensions of social media addiction among university students in Kuwait. *Psychology and Behavioral Sciences*, 4(1), 23-28.
- Andani, M. (2018). Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Pada Siswa Kelas VIII Di Smp Negeri 4 Natar Lampung Selatan. *Skripsi*. Universitas Lampung
- Antara, M.P., Dharsana, I.K., & Suarni, N.K. (2019). Konseling Behavioral Strategi *Self Management* Untuk Meningkatkan Kemandirian. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 10(1), 50-57
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat kecanduan media sosial pada remaja. *Journal of Nursing Care*, 3(1).
- Apriyanti, Y., Lorita, E., & Yusuarsono, Y. (2019). Kualitas Pelayanan Kesehatan Di Pusat Kesehatan Masyarakat Kembang Seri Kecamatan Talang Empat Kabupaten Bengkulu Tengah. *Professional: Jurnal Komunikasi dan Administrasi Publik*, 6(1).
- Arimbawa, B. G. A., Arifin, M., & Napisah, S. (2021). Analisa Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Pgri Banyuwangi. *Jurnal Bina Ilmu Cendekia*, 2(1), 109-126.
- Antara, M. P., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2019). Konseling Behavioral dengan Strategi Self Management untuk Meningkatkan Kemandirian. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 10(1), 50-57.
- Basri, A. S. H. (2014). Kecenderungan Internet Addiction Disorder Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Ditinjau Dari Religiositas. *Jurnal Dakwah: Media Komunikasi dan Dakwah*, 15(2), 407-432.

- Cahayani, F. (2021). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self management* Untuk Meminimalisir Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas X Di Sman 2 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, 4(2).
- Cahyo, K. N., Martini, M., & Riana, E. (2019). Perancangan Sistem Informasi Pengelolaan Kuesioner Pelatihan Pada PT Brainmatics Cipta Informatika. *Journal of Information System Research (JOSH)*, 1(1), 45-53.
- Coralia, F., Qodariah, S., & Yanuvianti, M. (2017). Tipe Kepribadian Dan *Self-Esteem* Pada Pecandu Media Sosial. *Schema: Journal of Psychological Research*, 140-149.
- Dantes, N. 2017. *Desain Eksperimen Dan Analisis Data*. Depok:PT Raja Grafindo Persada.
- Dharsana, IK, Suarni, NK, & Mahendra, IGNA (2019). Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling Melalui Lesson Study untuk Meningkatkan Self Nurturance. *Mimbar Ilmu*, 24 (2), 167-173.
- Dwiawati, K. A., & Paramita, M. V. A. (2021). Pengaruh Self Esteem dan Self Control terhadap Pengendalian Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Semester 6 Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Ganesha. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 6(2), 243-256.
- Hasna, A. (2019). Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Eksistensial-Humanistik Untuk Melatih Penyesuaian Diri Melalui Randai Dari Minangkabau. *Polyglot: Jurnal Ilmiah*, 15(1), 124-139.
- Hendryadi, H. (2017). Validitas Isi: Tahap Awal Pengembangan Kuesioner. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis*, 2(2), 259334.
- Hidayat, A.A. (2001). *Menyusun Instrumen Penelitian dan Uji Validitas Reliabilitas*. Surabaya: Healt Books Publish.
- Imran, N. A. (2020). Penerapan Teknik *Self management* Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Sinjai. *Skripsi*. Universitas Negeri Makassar.
- Imron, I. (2019). Analisa pengaruh kualitas produk terhadap kepuasan konsumen menggunakan metode kuantitatif pada CV. Meubele Berkah Tangerang. *Indonesian Journal on Software Engineering (IJSE)*, 5(1), 19-28.
- Indriasari, E. (2016). Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Pada Siswa Kelas XI Ips 3 Sma 2 Kudus Tahun Ajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 2(2).
- Kusumawati, E. (2023). Implikasi Teknik Self Management Guna Mengurangi Kecanduan Penggunaan Media Sosial Pada Siswa. *Jurnal Bening*. 7(2), page 157-166

- Melinda, D. S. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Smp Negeri 19 Bandar Lampung. *Doctoral dissertation*, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Nafisa, S. (2021). Hubungan Antara Fear Of Missing Out (fomoo) Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau. *Doctoral dissertation*, Universitas Islam Riau.
- Nainggolan, V., Rondonuwu, S. A., & Waleleng, G. J. (2018). Peranan media sosial Instagram dalam interaksi sosial antar mahasiswa fakultas ilmu sosial dan politik UNSRAT Manado. *ACTA Diurna Komunikasi*, 7(4).
- Pamungkas, M. J. (2022). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self management* Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Remaja Di Dusun Kepoh Rt 05/06 Tohudan Colomadu. *Skripsi*. UIN Surakarta.
- Pertiwi, S.A.B., & Hidayati, E. (2018). Kecanduan Media Sosial Terhadap Motivasi Belajar Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah 1 Semarang Kecamatan Candisari Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 185-191
- Pratiwi, L. S. O. (2021). Pendekatan behavior teknik *self management* untuk mengurangi kecanduan penggunaan media sosial (facebook) pada siswa di SMPN 2 Pujut. *Skripsi*. UIN Mataram.
- Puspitasari, Y. S. (2018). Kefeektifan Konseling Kelompok Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMP. Thesis. Universitas Negeri Semarang
- Putra, C. O. W., Dantes, N., & Dwiawati, K. A. (2023). Pengembangan panduan konseling kognitif behavioral teknik self management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di sekolah menengah pertama. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 654-660.
- Quraisy, A. (2020). Normalitas Data Menggunakan Uji *Kolmogorov-Smirnov* dan *Saphiro-Wilk*: Studi kasus penghasilan orang tua mahasiswa Prodi Pendidikan Matematika Unismuh Makassar. *Journal of Health Education Economics Science and Technology (J-HEST)*, 3(1), 7-11.
- Resol, M. (2023). Hubungan Antara Tingkat Stres Akademik Dengan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi. *Doctoral dissertation*, UIN RADEN INTAN LAMPUNG
- Rizaldi, R. (2020). Strategi Bimbingan dalam Mencegah Dampak Kecanduan Media Sosial terhadap Siswa SMA Negeri 4 Pinrang. *Doctoral dissertation*, IAIN Parepare.
- Rosyidah, R. (2015). Pengaruh Media Sosial Terhadap Penyimpangan Perilaku Pada Siswa. *Millah: Journal of Religious Studies*, 247-266.



- Safithry, E. A., & Anita, N. (2019). Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 33-41.
- Santika, L. (2019). Efektifitas Teknik *Self management* Dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara. *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri Palopo.
- Santoso, T. W., Sugiharto, D. Y. P., & Suharso, S. (2013). Perilaku kecanduan permainan internet dan faktor penyebabnya pada siswa kelas VIII. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2(2).
- Saputri, D. N., Anggriana, T. M., & Kadafi, A. (2020). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self management* Untuk Mengurangi Perilaku Phubbing. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*. 4(1), 26-30.
- Sari, A. C. (2019). Efektivitas konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management* untuk mereduksi kecanduan media sosial peserta didik di SMA Negeri 3 Bandar Lampung. *Skripsi*. UIN Raden Intan Lampung.
- Savitri, R. A. Y. (2019). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self management* Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Peserta Didik Kelas IX Smp Negeri 1 Semaka Tanggamus Tahun Ajaran 2019/2020. *Skripsi*. UIN Raden Intan Lampung.
- Swastika, R. I. (2016). Penerapan strategi pengelolaan diri (self-management) untuk mengurangi kecanduan media sosial pada siswa kelas XI sman 1 pandaan. *Doctoral dissertation, State University of Surabaya*.
- Trisnani, R. P., & Wardani, S. Y. (2018). Stop Kecanduan Game Online Mengenal Dampak Ketergantungan pada Game Online serta Cara Mengurangnya.
- Usmadi, U. (2020). Pengujian persyaratan analisis (Uji homogenitas dan uji normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1).
- Wahyuliani, Y., Supriadi, U., & Anwar, S. (2016). Efektivitas penggunaan media pembelajaran flip book terhadap peningkatan hasil belajar siswa pada mata pelajaran PAI dan budi pekerti di SMA Negeri 4 Bandung. *TARBAWY: Indonesian Journal of Islamic Education*, 3(1), 22-36.
- Wicaksono, S. B. (2020). Penerapan Strategi *Self Management* (Pengelolaan Diri) Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 36 Surabaya. *Jurnal Bk Unesa*, 11(1), 83-94.
- Wulandari, R., & Netrawati, N. (2020). Analisis tingkat kecanduan media sosial pada remaja. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 5(2), 41-46.
- Zain, F. I. P. E. (2023). Pelaksanaan Bimbingan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self management* Untuk Mengurangi Intensitas Penggunaan Handphone Pada Peserta Didik Kelas Vi Smp Negeri 16 Bandar Lampung. *Skripsi*. Uin Raden Intan Lampung.