

DAFTAR PUSTAKA

- Ainin, M. (2013). Penelitian Pengembangan Dalam Pembelajaran Bahasa Arab. *Okara*, 2(8), 96.
- Arewasikporn, A., Turner, A. P., Alschuler, K. N., Hughes, A. J., & Ehde, D. M. (2018). Cognitive and affective mechanisms of pain and fatigue in multiple sclerosis. *Health Psychology*. *Health Psychology*, 37(6), 544–552. <https://doi.org/10.1037/hea0000611>
- Arguedas, M., Daradoumis, T., & Khafa, F. (2016). Analyzing the effects of emotion management on time and self-management in computer-based learning. *Computers in Human Behavior*, 63, 517–529. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.068>
- Arikunto, S. (2010). *Metode Penelitian*. Rineka cipta.
- Astuti, N. S. (2018). Penerapan Teknik Self-management Dalam Mengurangi Tingkat Perilaku Agresif Siswa. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 2(1), 67–71. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v2i1.85>
- Cormier, W. ., & Coermier, L. (1985). *Interviewing Strategis for Helpers Fundamental Skill and Cognitive Behavioural Intervariations*. Cole publishing.
- Dantes, N. (2012). Metode Penelitian. In P. Christian (Ed.), *Research Methods* (1st ed.). C.V ANDI OFFSET (Penerbit ANDI).
- Dr. I wayan Widiana.dkk. (2020). *Validitas Penyusunan Instrumen, penelitian pendidikan* (shara Nurachma (ed.)). PT RajaGrafindo Persada,Depok.
- Elvina, S. N. (2019). Teknik self management dalam pengelolaan strategi waktu kehidupan pribadi yang efektif. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(2), 123–138.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25* (9th editio). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gie, T. L. (2000). *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa* (2nd ed.). Gadjah Mada University Press.
- Goleman, D. (2005). *Emotional Intelligence*. Bantam Books, Inc.
- Herawati, T. (2017). Pengaruh Prosedur Kerja dan Manajemen Diri Terhadap Keselamatan Kerja pada Karyawan PT. Alam Jaya Pratama di Kecamatan Loa Janan Kabupaten Kukar. *Psikoborneo*, 4(3), 449–461.
- Isnaini, F. (2016). Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 16(2), 33–42.
- Jawwad, A. A. (2007). *Manajemen Diri*. Savei Generation.
- Junaidi, M. (2010). *Hubungan antara manajemen diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis BEM di lingkungan IAIN Sunan Ampel Surabaya*. IAIN Sunan Ampel Surabaya.

- Kanfer, F. H., & Gaelick-Buys, L. (1991). Self-Management Methods. In F. H. Kanfer & A. P. Goldstein (Eds.), *Pergamon general psychology series, Vol. 52. Helping people change: A textbook of methods* (pp. 305–360). Pergamon Press.
- Kartowagiran, B. (2009). Penyusunan Instrumen Kinerja SMK-SBI Universitas Negeri Yogyakarta. *Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta, November*, 1–20.
- Komalasari, G. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. PT. Indeks.
- Lawshe, C. H. (1975). a Quantitative Approach To Content Validity. *Personnel Psychology*, 28(4), 563–575. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1975.tb01393.x>
- Lutfi, F. (2009). *Praktik Teknik Konseling Self management*. OPFIkipMalang.
- Manz, C. C. (1986). Self-leadership: Toward an expanded theory of self-influence processes in organizations. *The Academy of Management Review*, 11(3), 585–600. <https://doi.org/10.2307/258312>
- Rohmah, U. (2011). Tes intelegensi dan pemanfaatannya dalam dunia pendidikan. *Cendekia: Journal of Education and Society*, 9, 125–139. <https://doi.org/https://doi.org/10.21154/cendekia.v9i1.869>
- Rohmawati, N. (2019). Kemandirian Siswa dalam Merencanakan Karir Ditinjau dari Persepsi Siswa Tentang Pelaksanaan Layanan Bimbingan Karir. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 8(2), 67–73. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i2.22762>
- Sanjaya, W. (2008). *Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran*. Kencana Prenada Media Group.
- Sholihah, N. (2013). Penerapan strategi self-management untuk meningkatkan disiplin belajar pada siswa tunadaksa Cerebral Palcy kelas IV SDLB-D YPAC Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 3(1).
- Suhartini, H. (1992). Pengaruh Metode Pengelolaan Diri Sendiri terhadap Prestasi Kerja Praktek Harian. *Jurnal Psikologi*, 1, 25–30.
- Suryabrata, S. (2008). *Metodologi Penelitian*. RajaGrafindo Persada.
- Ulfa, M., & Suarningsih, N. K. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik Self-management untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 1 Kapontori. *Jurnal Psikologi Konseling*, 12(1), 120–132.
- Winkel, W., & Hastuti, M. S. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Media Abadi.
- Yates, B. (1985). *Self-management: The Science and The Art Of Helping Yourself*. Ward Sworth Publishing.Co.
- Zainudin. (2011). Pentingnya adversity Quotient Dalam Meraih Prestasi belajar. *Guru Membangun*, 26(2), 1–10.