

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, “*Aplikasi Tiktok Sebagai Media Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia*”.
- ali, Ibrahim. Mukhsin, Ucin. Chodijah, Siti., ‘Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Untuk Menumbuhkan Self Management Dalam Belajar Siswa’, *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 5.April (2017), 143–62
- Aprilian, Devri, “*Hubungan Antara Pengguna Aplikasi Tiktok dengan Perilaku Narsisme Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Bengkulu*”, *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, II, No.3, (2019), 222.
- Ardini, Diena, ‘Hubungan Manajemen Diri Dan Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktif Kuliah Dan Organisasi’, *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5.4 (2017), 510–20 <<https://doi.org/10.30872/Psikoborneo.V5i4.4469>>
- Batoebara, Maria Ulfa, ‘Aplikasi Tik-Tok Seru-Seruan Atau Kebodohan’, *Network Media*, 3.2 (2020), 59–65 <<https://doi.org/10.46576/Jnm.V3i2.849>>
- Buana, Tri, And Dwi Maharani, ‘Penggunaan Aplikasi Tik Tok (Versi Terbaru) Dan Kreativitas Anak’, *Jurnal Inovasi*, 14.1 (2020), 1–10 <<https://journal.binadarma.ac.id/index.php/jurnalinovasi/article/download/1390/750>>
- Ebtanastiti, Dyah Fajar, And Tamsil Muis, ‘Survei Pilihan Karir Mahasiswa Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Surabaya’, *Jurnal Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya*, 4.3 (2014), 1–10 <<https://core.ac.uk/download/pdf/230609452.pdf>>
- Engsi, ‘Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Manajemen Diri Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pubg Di Sma Negeri 2 Luwu’, 2016, 1–23
- Fahmi, Jihan Zul, M. Ramli, And Nur Hidayah, ‘Teknik Self-Management Sebagai Upaya Mereduksi Gaya Hidup Hedonis Siswa Sma’, *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4.10 (2019), 1408 <<https://doi.org/10.17977/jptpp.V4i10.12887>>
- Fardhy, Afzanni, dan Yanuardi, M.Si, Efektivitas Pelaksanaan Program Sarjana Membangun Desa Wirausahawan Pendamping (SMD-WP) Di Kabupaten Sleman, *Jurnal Sarjana Membangun Desa Wirausahawan Pendamping (SMD-WP)*. h. 3
- Gantina dan Karsih E W, *Teori dan Teknik Konseling*. (Jakarta: PT. Indeks, 2016), hlm. 180
- Gunarsa, Singgih D , ‘Konseling dan psikoterapi’ , Jakarta : Libri,

- (2010)., hlm. 181
- Hadi, Drs, Warsito Ws, And M Si, 'Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (Self Management) Untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken', *Jurnal Bk Unesa*, 03.01 (2013), 335–40
- Hartaji, R. Damar Aji, " Jurusan Pilihan Orang Tua R. Damar Adi Hartaji, S. Psi Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma Menurut Woolfolk *Pengertian Motivasi Berprestasi Sebagai Suatu Keinginan untuk Berhasil, Berusaha Keras dan Mengungguli Orang Lain Berdasarkan Suatu Standar*, " R. Damar Hartaji, 2009, 5.
- Imran, Azizah Nur, 'Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Sinjai', *Jurnal Universitas Negeri Makasar*, 2020, 1–16 <[Http://Eprints.Unm.Ac.Id/19360/1/Jurnal Nur Azizah Imran.Pdf](http://Eprints.Unm.Ac.Id/19360/1/Jurnal%20Azizah%20Imran.Pdf)>
- Izzati, Fadhliza T.F, Hetty Krisnani, " *Perilaku Generasi Z Terhadap Penggunaan Media Sosial Tiktok: Tiktok Sebagai Media Edukasi dan Aktivisme*": *Social Work Journal*. Vol.10.No.2 hal:200.
- Kamilah, Eka Nur, 'Pengaruh Keterampilan Mengajar Guru Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Akuntansi', *Repository.Upi.Edu*, 2015
- Kaplan, Andreas M, And Michael Haenlein, 'Users Of The World , Unite ! The Challenges And Opportunities Of Social Media', *Paris*, 2010, 53,59-68 <[Https://Doi.Org/10.1016/J.Bushor.2009.09.003](https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003)>
- Kasandra, A. Oemarjoedi, Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi (Jakarta: Creativ Media, 2003), hal, 20
- Kemendikbud. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi*.2012
- Komalsari, Gantina, Teori dan Teknik Konseling (Jakarta : PT Indeks, 2011), h.10
- Kurniati, R., 'Efektivitas Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Penggunaan Smartphone Secara Berlebihan Pada Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 4 Bandar Lampung Skripsi', *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53.9 (2019), 1689–99
- Madhani, Luluk Makrifatul, Indah Nur, Bella Sari, M Nurul Ikhsan Shaleh, Keluarga Mahasiswa, Islam Kehutanan, And Others, 'Dampak Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Perilaku Islami Mahasiswa Di Yogyakarta', *At-Thullab Jurnal*, 3 (2021), 627–47
- Meyza Rahmawati, *Efektivitas Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Penggunaan Online Game Secara Berlebihan pada Peserta Didik Kelas Xi Di Sma Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun*

Pelajaran 2016/2017 Skripsi, 2017

- Mufrihah, Arina, Bimbingan dan Konseling Teori-Teori Hubungan Interpersonal, Keterampilan Konseling, dan Teknik Konseling, Bandung:Alfabeta. (2018), 207
- Mujib, Abdul dan Jusuf Mudzakir, Nuansa-nuansa Psikologi Islam, (Jakarta.PT Raja Grafindo Persada, 2001), hal.214
- Nasari, Fina, And Surya Darma, ‘Seminar Nasional Teknologi Informasi Dan Multimedia 2015 Penerapan K-Means Clustering Pada Data Penerimaan Mahasiswa Baru (Studi Kasus : Universitas Potensi Utama)’, 2015, 6–8
- Nurin, Nurul Fauzan, ‘Efektivitas Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas Vii Di Smp Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh’, *Skripsi*, 2019, 1–132
- Nursalim Mochamad, *Strategi dan Intervensi Konseling*. (Jakarta: PT Indeks, 2014), h.153
- Pebrianti, Anisa. *Tren Penggunaan Tiktok pada Kalangan Remaja Mahasisa Jurusan Sosiologi Angkatan 2021 FISIP UPR*. Vo. IV.Edisi I Maret 2021
- Pendidikan, Sarjana, Dalam Keilmuan Bimbingan, Konseling Oleh, Erlangga Npm, And Bimbingan Konseling, *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018*, 2018
- Professional, Telkom, And Kang Arul, ‘Social Media Marketing’, 2007891.47 (2017)
- Puntoadi, Danis, *Menciptakan Penjualan Melalui Sosial Media* (Jakarta : PT Elex Komputindo,2011),hal.23
- Puspasari, Heny, And Weni Puspita, ‘Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Mahasiswa Terhadap Pemilihan Suplemen Kesehatan Dalam Menghadapi Covid-19’, *Jurnal Kesehatan*, 13.1 (2022), 65 <<https://doi.org/10.26630/Jk.V13i1.2814>>
- Rinaldi, Achi, dkk., *Statistika Inferensial untuk Ilmu Sosial dan Pendidikan*, (Bogor: IPB Press 2020), 33-3
- Sa’diyah, Halimatus, Muh Chotim, And Diana Ariswanti Triningtyas, ‘Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja’, *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6.2 (2017), 67 <<https://doi.org/10.25273/Counsellia.V6i2.1018>>
- Salsha Billa Izzul Mala, ‘Teknik Self Management Untuk Menangani Kecanduan Aplikasi Tik Tok Pada Seorang Remaja Di Desa Sumberjo Kediri’, 26.2 (2021), 173–80 <<http://www.ufrgs.br/actavet/31-1/Artigo552.pdf>>

- Sholihah, Nikmatu., ‘Penerapan Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palsy Kelas Iv Sdlb-D Ypac Surabaya Nikmatu Sholihah Abstrak’, *Jurnal Bk Unesa*, 03.01 (2013), 1–13
- Sudarmanti Rini, Yusuf kurniawaty. *Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Komunikasi Ibu dan Anak Remaja. The 3rd Indonesia Media Research Awards & Summit (IMMRAS).* Jakarta. (Serikat Perusahaan Pers:2016).
- Sukadji dalam Lilis Ratna, “*Teknik-teknik Konseling*” (Yogyakarta: 2013). h. 57-58.
- Sumarginingsih Arifah Romawati1, Khulaimata Zalfa2, Linda Dwi Sholikhah, ‘Efektivitas Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Santri’, *Ojs.Fkip.Ummetro.Ac.Id*, 3.1 (2021), 4–10
<<https://Ojs.Fkip.Ummetro.Ac.Id/Index.Php/Bk/Article/View/555>>
- Suwanto, Insan, ‘Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa Smk’, *Jbki (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 1.1 (2016), 1
<<https://Doi.Org/10.26737/Jbki.V1i1.96>>
- Wibowo, Dwi Endrasto, And Sabar Lesmana, ‘Efektivitas Self Management Terhadap Keterlambatan Menyerahkan Tugas Pada Masa Pandemi Covid-19’, 17.12 (2020), 43–53
- Wijaya, Chelsi. Trang, Irvan. Uhing, Yantje., ‘Analisis Stres Kerja, Motivasi Dan Self Management Ability Terhadap Psychological Well Being Pada Mitra Pengemudi Perusahaan Ojek Online Di Kota Manado’, *Jurnal EMBA*, 10.4 (2022), 858–67
- Yuni, Amelia, wawancara oleh penulis pada mahasiswa Prodi BKPI B Semester 4 IAIN Kudus
- Saniyah, saffanatu, wawancara oleh penulis pada mahasiswa Prodi BKPI B Semester 4 IAIN Kudus
- <http://www.celebrities.id/read/deretan-negara-pengguna-tiktok-terbesar-indonesia-termasuk-g4T29U>. (oleh Novie fauziah, diakses pada tanggal 26 November 2022 pukul 22.16 WIB)
- <https://quran.kemenag.go.id/sura/13/11>
- Jumlah Pengguna Media Sosial Indonesia Capai 191,4 Juta per 2022 (suara.com) diakses pada tanggal 22 Desember 2022 pukul 11.42 WIB
- <https://ayoguruberbagi.kemendikbud.go.id/artikel/dampak-media-sosial-bagi-pelajar/> penulis Novi Purwanti diakses 21 Februari 2023 pukul 21.02 WIB.
- <http://adminpublik.uma.ac.id/2022/01/27/pengertian-mahasiswa-menurut-pendapat-para-ahli/> oleh admin publik, diakses 5 Desember 2022.

<http://www.celebrities.id/read/deretan-negara-pengguna-tiktok-terbesar-indonesia-termasuk-g4T29U>. (oleh Novie fauziah, diakses pada tanggal 26 November 2022 pukul 22.16 WIB)

<https://quran.kemenag.go.id/sura/13/11>

Jumlah Pengguna Media Sosial Indonesia Capai 191,4 Juta per 2022 (suara.com) diakses pada tanggal 22 Desember 2022 pukul 11.42 WIB

<https://ayoguruberbagi.kemendikbud.go.id/artikel/dampak-media-sosial-bagi-pelajar/> penulis Novi Purwanti diakses 21 Februari 2023 pukul 21.02 WIB.

<http://adminpublik.uma.ac.id/2022/01/27/pengertian-mahasiswa-menurut-pendapat-para-ahli/> oleh admin publik, diakses 5 Desember 2022.

