

DAFTAR PUSTAKA

- Agustia, F. G. (2014). Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri terhadap Toleransi Stres pada Pengurus Himpunan Mahasiswa Teknik Industri Universitas Sebelas Maret Surakarta. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Ambarsari, J. (2017). Efektivitas Pelatihan Manajemen Diri Untuk Meningkatkan Kemampuan Belajar dengan Regulasi Diri (*Self-Regulated Learning*) Siswa SMP. *Tesis (tidak diterbitkan)*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astrini, T., A. (2018). Hubungan Antara Kontrol Diri, Efikasi Diri dan Konformitas Teman Sebaya dengan Prokraastinasi Akademik pada Siswa SMA. *Naskah Publikasi*. Program Magister Psikologi Sekolah Pascasarjana: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Burka, B. J. dan Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why Do It*. New York: Perseus Book.
- Erford, B. T. (2015). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ermida & Apsari, F. Y. (2012). Pelatihan SAT (*Self Regulation, Assertiveness, Time Management*) Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA. *EXPERIENTIA Jurnal Psikologi Indonesia* 1, (1): 39-47.
- Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, J. Keane, S., Wolfe, R., & Beck, B. (1998). The antecedents and consequences of academic excuse making: Examining individual differences in procrastination. *Research in Higher Education*, 39(2): 199-215.
- Frayne, C. A & Geringer, J. M. (2000). Self-Management Training for Improving Job Performance: A Field Experiment Involving Sales People. *Journal of Applied Psychology*. 85 (3): 361-372.
- Ghufron, N. M & Risnawati, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Gunarsa, D. & Singgih. (2004). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hardiyanti, A. (2016). Hubungan antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Anggota MUEC UMS. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Indramastuti, A. M. (2017). Teknik Cognitive Restructuring untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas X SMK N 2 Sukoharjo Tahun Ajaran 2016/2017. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Surakarta: FKIP UNS.
- Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (2000). *Joining Together Group Theory and Group Skills 6th Ed.* United State of America: A Viacom Company.
- Kirana, A., Sahrani, R., & Hastuti, R. (2016). Intervensi Pelatihan Self-Regulated Learning dalam Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa (Studi pada Siswa SMPN "X" di Jakarta Barat). *Provita Jurnal Psikologi Pendidikan* 7 (1): 21-38.
- Komalasari, K. (2011). *Pembelajaran Kontekstual Konsep dan Aplikasi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Kurniawan, N. (2008). Efektivitas Pelatihan Manajemen Diri untuk Meningkatkan Prestasi Akademik Mahasiswa Baru. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: USD.
- Lizzatiani, R. (2015). Manajemen Waktu Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 1 Banyudono Tahun Ajaran 2014/2015. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Surakarta: FKIP UNS.
- Mahfudz, J. (2010). Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktifis BEM di Lingkungan IAIN Sunan Ampel Surabaya. *Skripsi (online)*. Fakultas Dakwah Program Studi Psikologi.
- Manullang, B. (2013). Grand Desain Pendidikan Karakter Generasi Emas 2045. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 3 (1): 1-14.
- Meilindani, G., S. (2018). Keefektifan Teknik *Self-Management* Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI Nautika A SMK Pelayaran Hang Tuah Kediri Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Simki-Pedagogia* 02 (06): 3-9.
- Nasarudin, E. (2010). *Psikologi Management*. Bandung: Pustaka Setia.
- Negara, P., P., & Anchok, Prof. Djamaludin, Ph.D. (2013). Hubungan antara Usia, Jenis Kelamin, Impulsiveness, Mood, Timing of Rewards and Punishment, dan

- Task Aversiveness dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Tesis (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Norman, M. N., & Jordan, J. C. (2006). *Using an Experiential Model in 4-H. Series of the 4-H Youth Development Department, Florida Cooperative Extension Service*. Institute of Food and Agricultural Sciences. University of Florida.
- Nursalim, M. (2013). *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia Permata.
- Octaviani, P., N., & Qodariah, S. (2018). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA IT X Bandung. *Prosiding Psikologi* 4 (1): 89-94.
- O'Keefe, E. J., & Berger, D., S. (1999). *Self Management for Collage Student: The ABC Approach*. New York: Patridge Hill.
- Palupi, G., Agustin, R., & Satwika. P. (2018). Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa FK UNS dalam Menyelesaikan Skripsi. *Wacana Jurnal Psikologi* 10 (2): 1-15.
- Prijosaksono, A. (2001). *Self Management Series*. Jakarta: Gramedia.
- Rahmania, A. M. (2016). Pelatihan Regulasi Diri dalam Belajar untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik Siswa Atlet SMA di Surabaya. *Tesis (tidak diterbitkan)*. Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Reza, I. F. (2015). Hubungan Antara Motivasi Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *HUMANITAS (Indonesian Psychological Journal)* 12 (1) :39-44.
- Riansyah, H., Satrianta, H., & Astriyaningsih. (2018). Bimbingan Kelompok Teknik Role Play Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 4 (1): 72-78.
- Ridha, A. (2002). *Menjadi Pribadi Sukses*. Bandung. PT. Syamil Cipta Media.
- Ritonga, D. A. (2012). Dinamika Prokrastinasi Mahasiswa dalam Proses Menulis Skripsi. *Tesis (tidak diterbitkan)*. Universitas Gajah Mada Yogyakarta.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stress Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*, 3 (2): 37-48.

- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2016). *Self-Regulated Learning Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto. Jurnal Empati*, 5(1): 44-49.
- Savira, F., & Suharsono, Y. (2013). *Self-Regulated Learning (SRL) dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi, Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01 (01): 66-75.
- Savitri, I. (2011). *Arti Belajar Penting Ditanamkan pada Anak Usia Sekolah*, LPTUI. diakses dari <http://artikel.php.htm>.
- Solomon, L., & Rothblum E. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4): 503-509.
- Solso, R.L., Maclin, O.H., dan Maclin, M.H. (2008). *Psikologi Kognitif Edisi Kedelapan Alih Bahasa Mikael Rajardanto dan Kristanto Batuadji*. Jakarta: Erlangga.
- Stiyawan, A. (2013). Hubungan Self-Management dan Self-Competence dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI Jurusan Teknik Instalasi Tenaga Listrik SMK Negeri 2 Yogyakarta. *Skripsi*. Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta.
- Surijah, E., & Tdjundjing, S. (2007). Mahasiswa versus tugas: Prokrastinasi akademik dan *conscientiousness*. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 22(4): 352-374.
- Sutrisno, E. (2009). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Kencana Perdana Media Group.
- Syaf, A. (2014). Penurunan Prokrastinasi Akademik pada Aktivis Mahasiswa Melalui Pelatihan Efikasi Diri. *Tesis (tidak diterbitkan)*. Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Utaminingsih, S., & Setyabudi, S. (2012). Tipe Kepribadian dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa "X" Tangerang. *Jurnal Psikologi*, 10 (1): 153-170.
- Wahyuni, W. D. & Muhari, Prof. Dr. H. (2014). Penerapan Konseling Kelompok Realita Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 20 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 04 (03): 1-10.
- Widiyastuti, T., Japar, M. & Sugiyadi. (2017). Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Penurunan Prokrastinasi Akademik Siswa

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 10 Magelang). *Edukasi: Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan*, 7 (1): 1-6.

Yuhanita, N. N. (2015). Pelatihan Motivasi Berprestasi untuk Menurunkan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *PSIKOPEDAGOGIA* 4, (1): 51-62.

Zakiyah, N., Hidayati, F. N. R., & Setyawan, I. (2010). Correlation between self-adjustment and academic procrastination at student's of boarding school SMPN 3 Peterongan Jombang. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Diperoleh dari <http://eprints.undip.ac.id/24655/1/Jurnal.pdf>.