

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, M.A., Rahayu, D., Prastika, N.D. (2015). Pengaruh terapi berpikir positif dan cognitive behavior therapy (cbt) terhadap penurunan kecemasan pada mahasiswa universitas mulawarman. *Jurnal Psikostudia Universitas Mulawarman*, 4(2), 105-125.
- Akinsola, Tella, & Tella. (2007). Correlates of academic procrastination and mathematics achievement of university undergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3(4), 363-370.
- Albrecht, K. (1980). *Brain Power: Learn to Improve Your Thinking Skills*. New York: Prentice Hall Inc.
- Anggraeni, Y., Syaf, A., & Murni, A. (2017). Hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan komunikasi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 31-38.
- Asri, D.N.& Dewi, N.K. (2014). Prokrastinasi akademik mahasiswa program studi bimbingan dan konseling ikip PGRI Madiun ditinjau dari efikasi diri, fear of failure, gaya pengasuhan orang tua, iklim akademik. *Jurnal LPPM*, 2(2), 32-37.
- Aziz, R. (2015). Model perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa pasca sarjana. *Journal of Islamic Education*, 1(2), 270-295.
- Azwar, S. (2013) *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Basri, A.S.H. (2017). prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari religiusitas. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 14(2)., 55-77.
- Burka, J.B. & Yuen, M. (2008). *Procrastination. why you do it. what to do about it*.Massachussets : Perseos Book.

- Brownlow, S., Reasinger R.D.(2000). Putting off until tomorrow what is better donetoday: academic procrastination as a function of motivation toward college work. *Journal of Social Behavior and Personality*,15(5).
- Caprara, G.V. & Steca, P. (2005). The contributi of self-regulatory efficacy beliefs in managing affect and family relationships to positive thinking and hedonic balance.*Journal of Clinical and Social Psychology, European Psychologist*, 4(1).  
<https://doi.org/10.1027/1016-9040.10xxx>
- Chu, A.H.C., & Choi, J.M. (2005). Rethinking procrastination: positive effects of active. procrastination behavior on attitudes and performance *Journal of Social Psychology*,145(3), 245.264.
- Corsini, R. J. & Wedding, D. (1989). *Current psychotherapies*. Illinois: F. E. Peacock Publishers, Inc
- Damayanti, E. S., & Purnamasari, A. (2011). Berpikir positif dan harga diri pada wanita yang mengalami masa premenopause. *Jurnal Humanitas*, 7(2). 144-154.
- Daradjat, Z. 2001. Kesehatan mental. Jakarta: Gunung Agung.
- Davidson (2008). *Manajemen waktu: kuasai keahlian yang anda perlukan dalam 10 menit*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Dwitantyanov, A., Hidayati, F., dan Sawitri, D. R. (2010).Pengaruh pelatihan berpikir positif pada efikasi diri mahasiswa (studi eksperimen pada mahasiswa fakultas psikologi undip semarang. *Jurnal Psikologi Undip*,8(2), 135-144.
- Elfiky, Ibrahim. (2009). *Terapi berpikir positif*. Jakarta: Zaman.
- Ellis, A.(1979). *Reason and emotion in psychotherapy*, The Citadel Press, Canada.
- Erfantinni, I. H., Purwanto, E., Japar, M. ((2016). Konseling kelompok cognitive-behavior therapy dengan teknik cognitive restructuring untuk mereduksi prokrastinasi akademik. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2). 119-125.

- Faisal, A & Zulfanah. (2008). *Menyiapkan anak jadi juara*. Jakarta: Kompas.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Fitriya & Lukmawati. (2016). Hubungan antara regulasi diri dengan perilaku akademik mahasiswa sekolah tinggi ilmu kesehatan (stikes) mitra adiguna palembang. *Jurnal Psikologi Islami*. 2(1), 63-74.
- Gladding, S.T. (2012). *Konseling: profesi yang menyeluruh (edisi 6)*. Terjemahan. Jakarta: Permata Puri Media.
- Ghufron, M.N. & Risnawati, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M.N. (2014). Prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari regulasi diri dalam belajar. *Journal of Empirical Research In Islam*, 2(1), 136-149.
- Handayani, S.W. R.I., & Abdullah, A. (2016). Hubungan stres dengan Prokrastinasi pada mahasiswa. *Psikovidy*, 20(1), 32-39.
- Handayani & Suharnan. (2012). Konsep diri, stres, dan prokrastinasi akademik pada siswa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 114-121.
- Irma, R.A. & Raudatussalamah. (2018). Hubungan berpikir positif dengan kebahagiaan pada penderita kanker payudara. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 113-119.
- Jannah, M. & Muis, T. (2014). Prokrastinasi akademik (perilaku penundaan akademik) mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri surabaya. *Jurnal BK Unesa Volume*, 4(3), 1-8.
- Kartadinata, I. & Tjundjing, S. (2008). I love you tomorrow: prokrastinasi akademik dan manajemen waktu, anima. indonesia. *Psychology Journal*, 23(2), 109-119.
- Kemdikbud. (2012). Undang-undang republik indonesia nomor 12 tahun 2012 tentang pendidikan tinggi.

<http://kemdikbud.go.id/kemdikbud/sites/default/files/UUPT-12-thn-2012.pdf>.  
Diunduh pada tanggal 23juli 2019.

- Lestari, E.Y. (2018). Hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Machmudati, A., Diana, R. (2017). Efektifitas pelatihan berpikir positif untuk menurunkan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 9(1), 107-127.
- Mangundjaya, W.A. (2018). *Psikologi dan pendidikan dalam konteks pendidikan*. Himpunan Psikologi Indonesia.
- Munawaroh, M.L., Alhadi, S., & Saputra, W.N.E. (2017). Tingkat prokrastinasi akademik siswa sekolah menengah pertama muhammadiyah 9 yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 26-37.
- Mujiyati (2015). Mereduksi prokrastinasi akademik melalui teknik tocen economy. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(2), 142-150.
- Milgram, N.A., Sroloff, B., & Rosenbau, M. (1988). The procrastination of everyday life. *Journal of Research in Personality*, 22, 197-212
- Moradi, S., Rashidi, A., & Golmohammadian, M. (2017). The efftiveness of positif thinking skill on academic procrastination of high school female students kermanshah city. In Press (In Press): 1-7. <https://doi.org/10.5812/ijvlms.11784>
- Nurmayasari, K., Murusdi, H. (2015). Hubungan antara berpikir positif dan perilaku menyontek pada siswa kelas x smk koperasi yogyakarta. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1), 8-15.
- Peale, N.V. (1996). *Berpikir positif*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Prihastuti, F., Nugraha, S., & Rachmahana. (2018). Pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap efikasi diri akademik mahasiswa baru fakultas kedokteran

UII.program ,magister profesi psikologi konsentrasi psikologi pendidikan.*Tesis*. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

Pychyl.T. (2011). Procrastinasi oops. Where did the day go? Diakses melalui <http://www.psychologytoday.com/articles/201109/procrastination-oops-where-did-the-day-go> pada tanggal 6 Maret 2019 pukul 14.50 Wib.

Rachmawati, F. & Budiningsih, T.E. (2015). Hubungan antara berpikir positif dengan efikasi diri akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 14-18.

Rufaidah, H.D. (2018). Pelatihan berpikir positif untuk peningkatan harga diri remaja panti asuhan yatim putri yogyakarta. *Tesis*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi Diponogoro*, 3(2), 37-48.

Safitri, R. M. (2017). *Modul praktikum analisis data*. Universitas Mercu Buana Ygyakarta.

Saman, A. (2017). Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan danbfakultas ilmu pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*,3(2).55-62

Sears, D.O., dkk (1994). *Psikologi sosial: (Jilid 2)*. Alih bahasa: Michael Adryanto, Jakarta: Erlangga.

Sebastian, I. (2017). Never be afraid. Hubungan antara fear of failure dan prokrastinasi akademik.*Calypatra:Jurnal Universitas Surabaya*.2(1), 1-8.

Seligman. (2008). *Menginstall optimisme*. Bandung: Momentum.

Stallard, P. 2002. Cognitive behaviour therapy with children and young people: a selective review of key issues. *Journal of Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 30, 297-309.

- Srantih, T. (2014). Pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi uinsunan gunung djati bandung. *Psymphatic. Jurnal Ilmiah Psikologi*.1(1).
- Surijah, A.E, dan Tjundjing, S. (2007). Mahasiswa versus tugas: prokrastinasi akademik dan conscientiousness. *Anima Indonesia Psychological Journal*, 22 (4), 352-374.
- Solomon , L.J & Rothblum, E.D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive behavior correlation. *Journal of Counseling Psychology*, 3(1), 30-510.
- Thouars, T.D. (2015). Kepercayaan diri terbentuk dari pola pikir. Diakses dari . <https://www.beritasatu.com/gaya-hidup/244463/kepercayaan-diri-terbentuk-dari-pola-pikir>.
- Tuckman, B.W (1990). *Measuring procrastination attitudinally and behaviorally*, Paper: Presented at meeting of american educational research association, boston.
- Virgonita I.W.M, Linayaningsih, F. (2016). Efektivitas pelatihan berpikir positif sebagai strategi coping stress pada guru. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*.18(2).
- Vitelly, R. 2013. Getting around to procrastination. what causes people to procrastinate? and is it necessarily a bad thing? Diakses dari <https://www.psychologytoday.com/us/blog/media-spotlight/201307/getting-around-procrastination>
- Wangid, M.N. (2014). Prokrastinasi akademik: perilaku yang harus dihilangkan. *Tazkiya Journal of Psychology*. 2(2), 235- 438.
- Sari, M., Rahmawati, S.W., Lestari, M.A. (2017). Motivasi berprestasi dan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Psiko Utama*.5(2), 60-73
- Steel (2007). The nature of procrastination: a meta analysis and theoretical review of quintessential self regulator failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.

- Septiyani, T. (2018). Hubungan antara manajemen waktu dengan prkrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Wardhana, M.I. (2019). Penerapan cognitive restructuring untuk menurunkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas Ilmu pendidikan universitas negeri surabaya. *Jurnal BK UNESA*. 9(2).
- Wulan, D.A.N. & Abdullah, S.M. (2014). Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal Sosio-Humaniora*, 5(1), 55-74.