

DAFTAR RUJUKAN

- Abdullah, P. M. (2015). Living in the world that is fit for habitation : CCI's ecumenical and religious relationships. In *Aswaja Pressindo*. Aswaja Pressindo.
- Abidah, I. M., & Maryam, E. W. (2024). Intensitas Penggunaan Media Sosial, Loneliness, Dan Insecure Pada Remaja. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(1), 193–210. <https://doi.org/10.35891/jip.v11i1.4911>
- Adhani, R. L., Fitria, L., & Sefriani, R. (2024). *Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Siswa Kelas XII di SMA Negeri 6 Padang*. 1(3), 178–189.
- Aini, Z., & Heni, R. (2018). Pentingnya Bimbingan Dan Konseling Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa. *At-Taujih : Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(2), 62–78. <https://doi.org/10.22373/taujih.v1i2.7202>
- Akbarudina, A. S., Hanggara, G. S., & Ratnawati, V. (n.d.). *Dampak Penggunaan Media Sosial Siswa terhadap Motivasi Belajar : Studi Literatur dalam Konteks Pendidikan*. 891–900.
- Al Aziz, A. A. (2020). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 92–107. <https://doi.org/10.21831/ap.v2i2.35100>
- Ani Wardah, Husnul Madihah, & Aminah, A. (2023). Pendampingan Dalam Upaya Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Melalui Self-Management Di Smk. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(5), 843–850. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v3i5.6597>
- Ariyati, I. milenia, & Subroto, W. T. (2022). The Effect of Time Management on Economics Learning Outcomes for Class X SMA Labschool Unesa During Online Learning. *Buana Pendidikan: Jurnal Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 18(1), 81–92. <https://doi.org/10.36456/bp.vol18.no1.a5236>
- Atmaja, S. N. C. W., Oktavianna, R., Saputri, S. W., Purwatiningsih, P., & Benarda, B. (2023). Time Management untuk Hidup Lebih Efisien dan Efektif. *KUAT : Keuangan Umum dan Akuntansi Terapan*, 3(1), 60–63. <https://doi.org/10.31092/kuat.v3i1.1165>
- Aulya Aprilianti, W., Aflati, E., & Nurmala, M. D. (2022). Pengembangan Modul Keterampilan Manajemen Waktu Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa. *Jurnal Syntax Admiration*, 3(5), 711–724. <https://doi.org/10.46799/jsa.v3i5.435>
- Bunda, T. P., & Sano, A. (2023). Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Neo Konseling*, 5(2), 59. <https://doi.org/10.24036/00720kons2023>
- Burhan, M. N. I., & Herman. (2019). Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar). *Social landscape journal pendidikan ilmu pengetahuan sosial*, 1–10. <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/16675>
- Cahyanti, D., & Neviyarni. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Loneliness Pada Siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 1998–2005. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/3246/2709>

- Chisan, F. K., & Jannah, M. (2021). SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS Fazaiz Khoirotun Chisan Abstrak. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi belajar*, 8(5), 1–10.
- Dara, Y. L., Wolor, C. W., & Marsofiati, M. (2023). Pengaruh Perfeksionisme, Manajemen Waktu, Dan Internal Locus of Control Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *SERUMPUN: Journal of Education, Politic, and Social Humaniora*, 1(2), 139. <https://doi.org/10.61590/srp.v1i2.93>
- Dayantri, S., & Netrawati. (2023). Manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 21137–21143.
- Elviana, T., Zamroni, E., & Rahardjo, S. (2022). Mengatasi Kesulitan Membagi Waktu Antara Belajar Dan Organisasi Melalui Konseling Behavioristik Teknik Self Management. *Jurnal Muria Research Guidance and Counseling (MRGC)*, 1(1), 123–129. <https://doi.org/10.24176/mrgc.v1i1.8600>
- Fajhriani, N. D. (2020). Manajemen Waktu Belajar di Perguruan Tinggi pada Masa Pandemi Covid-19. *JIEMAN: Journal of Islamic Educational Management*, 1(3), 298–309. <https://doi.org/10.35719/jieman.v1i3.27>
- Febriyanti, L., Muyana, S., & Dahlan, U. A. (2024). *Layanan Konseling Kelompok Teknik Self Managament dalam Mereduksi Intensitas Penggunaan Smartphone*. 7(2), 213–222.
- Fitriya, F., & Lukmawati, L. (2017). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Mitra Adiguna Palembang. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 2(1). <https://doi.org/10.19109/psikis.v2i1.1058>
- Hadiarni, H., Mariah, K., & Pratama, S. A. (2024). Investigasi Prokrastinasi Siswa dalam Perspektif Penggunaan Media Sosial. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 5643–5655. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/11045>
- Hanafi, C. N., & Widjaja, Y. (2021). *Kemampuan manajemen waktu mahasiswa tahap profesi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Carine*. 1–23.
- Harahap, A. P., Sembiring, D. A., & Nabila, S. (2023). Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di MTs Al - Ittihadiyah Laut Dendang. *Journal on Education*, 5(2), 2112–2122. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.858>
- Haruna, N. H., & Fajar, M. (2021). Pengaruh Manajemen Waktu Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas Xii Ips Sma Perguruan Islam Makassar Di Masa Pandemi Covid-19. *Pedagogy: Jurnal Pendidikan Matematika*, 6(1), 13–21. <https://doi.org/10.30605/pedagogy.v6i1.1194>
- Hasan, M. S., & Sari, K. T. (2021). Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Mata Pelajaran Fiqih Di Mts Al-As'ad Brambang Diwek Jombang. *Al-Idaroh: Jurnal Studi Manajemen Pendidikan Islam*, 5(1), 93–117. <https://doi.org/10.54437/alidaroh.v5i1.247>
- Haslinda, N., Prasetya, A. H., Mafruhah, M., & Yuliana, A. T. (2022). Pengaruh Penggunaan Handphone Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMKN 1 Sumenep. *Shine: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 30–36. <https://doi.org/10.36379/shine.v3i1.285>
- Hidayat, F. A. N., Rakhmad, W. N., & Luqman, Y. (2019). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok dan Komunikasi Orang Tua-Anak dengan Prestasi Belajar Siswa SMA di Kota Semarang. *Sustainability (Switzerland)*,

- 11(1), 1–14.
http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeo.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Hidayati, S. R. N., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Penelitian Psikologi*, 08(3), 1–11.
- Irwansyah, M. R., & Asrida, P. D. (2021). *Apakah Manajemen Waktu dan Manajemen Akademik Mahasiswa ? V*, 318–326.
- Juliana, R., Bakar, R. M., & Hamid, A. N. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswi. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2(6), 1067–1079. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i6.2381>
- Kartikasari, W. A., Marjohan, M., & Hariko, R. (2022). Hubungan self regulated learning dan dukungan orangtua terhadap perilaku prokrastinasi akademik. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 388. <https://doi.org/10.29210/30031579000>
- Kemp, S. (2024). *Digital 2024: IndonesiaTitle*. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-indonesia>
- Khairinal. (2016). *Menyusun Proposal, Skripsi, Tesis, Disertasi*. Salim Media Indonesia.
- Khoirunnisa, R. N., Jannah, M., Dewi, D. K., & Satiningsih, S. (2021). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 11(3), 278. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p278-292>
- Kifayatunnisa, R. A., Saripah, I., & Nadhirah, N. A. (2023). Analisis Strategi Manajemen Waktu Pada Remaja. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop*, 3(2), 1–7. <https://doi.org/10.37304/pandohop.v3i2.8203>
- Kurniati, R. A., Sudarno, S., & Setyowibowo, F. (2023). Pembelajaran Daring dan Manajemen Waktu Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 11(1), 1–9. <https://doi.org/10.26740/jupe.v11n1.p1-9>
- Kurniawan, D. E. (2024). *Analisis Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*. 2(1), 639–651.
- Kusumawide, K. T., Saputra, W. N. E., Alhadi, S., & Prasetiawan, H. (2019). Keefektifan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik siswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 89. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v9i2.4618>
- Laia, B., Florina Laurence Zagoto, S., Theresia Venty Fau, Y., Duha, A., Telaumbanua, K., Permata Sari Lase, I., Ziraluo, M., Magdalena Duha, M., Laia, B., & Luahambowo, B. (2022). Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Negeri Di Kabupaten Nias Selatan. *Tatema Telaumbanua*, 10(11), 162–168. <http://ejournal.ust.ac.id/index.php/Aquinas/index>
- Larasati, D., & Sunarto. (2020). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Konformitas Kelompok Teman Sebaya Terhadap Tingkat Perilaku Cyberbullying. *Interaksi Online*, 8(4), 44–52.

- <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/28650>
- Latifah, N. N., Yohana, C., & Lutfia, A. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial, Motivasi Belajar, Dan Manajemen Waktu Terhadap Prokratinasi Akademik Siswa SMKN 25 Jakarta. *Koloni : Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(3), 2828–6863.
- Marif, A., & Konadi, H. (2023). *Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi*. 2.
- McCloskey, J. (2015). *Pengembangan dan Validasi Skala Prokrastinasi Akademik*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.23164.64640>
- Mishbahuddin, A., Herawati, A. A., & Hadiwinarto, H. (2023). Implementasi Layanan Bimbingan Konseling Berbasis Religi untuk Manajemen Waktu Belajar pada Siswa di Madrasah Tsanawiyah Ja-alHaq Kota Bengkulu. *Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS*, 21(2), 187–200. <https://doi.org/10.33369/dr.v21i2.24566>
- Mubarak, R. (2021). *PENGANTAR EKONOMETRIKA Edisi Pertama*.
- Muflih, M., Hamzah, H., & Puniawan, W. A. (2017). Penggunaan Smartphone Dan Interaksi Sosial Pada Remaja Di Sma Negeri I Kalasan Sleman Yogyakarta . *Idea Nursing Journal*, 1(1).
- Mukarromah, L. A., & Hakim, G. R. U. (2023). The Influence of Time Management and Social Media Addiction on Academic Procrastination in Undergraduate Students. *Jurnal Sains Psikologi*, 12(2), 302. <https://doi.org/10.17977/um023v12i22023p302-312>
- Nadia, S., Sholichah, I. F., & Gresik, U. M. (2024). *Pengembangan Keterampilan Manajemen Waktu sebagai Upaya Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Muhammadiyah 10 GKB*. 129–138.
- Ndruru, H., Zagoto, S. F. L., & Laia, B. (2022). Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Di Sma Negeri 1 Aramo Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 2(1), 31–39. <https://doi.org/10.57094/jubikon.v2i1.371>
- Neidi, A. W. (2019). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 1(2), 97–105. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i2.43142>
- Nopita, N., Mayasari, D., & Suwanto, I. (2021). Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Smps Abdi Agape Singkawang. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 6(1), 13. <https://doi.org/10.26737/jbki.v6i1.1958>
- Nugraha, R., & Suyadi. (2019). Regulasi Diri Dalam Pembelajaran. In *Jurnal Tarbiyah al-awlad* (Vol. 9, Nomor 2, hal. 121–135). <https://www.ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alawlad/article/view/1917>
- Nunut, S. K., Upa, M. D. P., & Korohama, K. E. P. (2023). *Hubungan antara Perilaku Pacaran Dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XII SMAS St Familia Wae Nakeng*.
- Nurjannah, S., Yuniarti, S., & Nur Indah Sari, T. H. (2020). Pengaruh Manajemen Waktu Belajar Dan Kecerdasan Logis Matematis Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas Viii Smp Negeri 18 Balikpapan. *Nabla Dewantara*, 5(1), 37–46. <https://doi.org/10.51517/nd.v5i1.173>
- Octavia, R. R., Malau, J. H. P., Atrizka, D., & Dewi, D. C. (2020). Intensitas Penggunaan Media Sosial ditinjau dari Kebutuhan Afiliasi Pada Siswa-Siswi Kelas XI SMA Panca Budi Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi*

- Dan Kesehatan (J-P3K)*, 1(3), 182–189. <https://doi.org/10.51849/jp3k.v1i3.36>
- Ompusunggu, M. M. (2022). Pengaruh Manajemen Waktu dan Kecenderungan Kecemasan Terhadap Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 241. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i2.6966>
- Paramita. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Widya Gama Press.
- Pertiwi, G. A. (2020). Pengaruh Stres Akademik dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 738. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i4.5578>
- Piddiani, J., Hermawan, Y., Gumilar, R., Siliwnagi, U., Siliwangi, U., & Siliwangi, U. (2023). *PENGARUH REGULASI DIRI, KONFORMITAS DAN ADIKSI INTERNET TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK*. 4(1), 48–55.
- Pradana, A., Hanafi, M. D., & Faizin, M. S. (2020). Dampak Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Karakter Santri di Pondok Pesantren Miftahul Huda Malang. *Edureligia*, 04(02), 117–123.
- Pratama, B. A., & Parmadi, A. (2019). Hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan kecenderungan sikap apatis terhadap lingkungan sekitar pada siswa SMP N 1 Sukoharjo, Kec/Kab *IJMS-Indonesian Journal on Medical Science*, 6(1), 51–56. <http://www.ejournal.ijmsbm.org/index.php/ijms/article/view/167>
- Pratama, R. W., & Affandi, G. R. (2024). Konsep Diri dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Indonesia. *Pubmedia Journal of Islamic Psychology*, 6(1), 3.
- Purnomo, R. A. (2017). Analisis Statistik Ekonomi dan Bisnis Dengan SPSS. In *Cv. Wade Group*.
- Puteri, N. V., & Magistarina, E. (2024). *Kontribusi Kecanduan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Akhir di Universitas Negeri Padang*. 2(2), 210–216.
- Putri, N. H., & Nuraini, N. (2023). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik Kelas Viii Di Smp Negeri 8 Depok. *Research and Development Journal of Education*, 9(2), 610. <https://doi.org/10.30998/rdje.v9i2.18175>
- Putri, N. S., Syahril, Y. F., & Habibaturrahmah, H. (2022). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Smk Negeri 9 Padang. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Sosial Budaya*, 1(2), 380–384. <https://doi.org/10.47233/jppisb.v1i2.601>
- Rahmah, R. A. (2018). Pengaruh Strategi Coping dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 221–227. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4561>
- Rahmawati, D. A., & Lestari, R. (2020). *PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN GRATITUDE TERHADAP FOMO PADA MAHASISWA*. *Journal GEEJ*, 7(2), 1–16.
- Ramadhan, R. P., & Winata, H. (2016). Prokrastinasi akademik menurunkan prestasi belajar siswa (Academic procrastination reduce students achievement). *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 1(1), 154.
- Ramadhani, E., Sadiyah, H., Darma Putri, R., & Andana Pohan, R. (2020). Analisis Prokrastinasi Akademik Siswa di Sekolah. *Consilium: Berkala Kajian*

- Konseling dan Ilmu Keagamaan*, 7(1), 45.
<https://doi.org/10.37064/consilium.v7i1.6448>
- Rasmitasari, D. M., Rahman, A., & Nurhadi, N. (2022). Pengaruh Intensitas Mengakses TikTok Terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa SMA N 3 Sragen. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(4), 1055–1060.
<https://doi.org/10.58258/jupe.v7i4.4433>
- Rohana, F., Kristiani, K., & Wardani, D. K. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial, Dukungan Orang Tua, dan Konformitas Teman Sebaya terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Journal on Education*, 6(1), 7895–7905.
<https://doi.org/10.31004/joe.v6i1.4199>
- Rosadi, T. A., Rasimin, & Yusra Affan. (2023). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA N 1 Merangin. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2682–2688.
<https://jptam.org/index.php/jptam/article/download/5627/4722/10661>
- Rosyid, A. I., Deniati, K., & Agustina, L. (2022). The relationship between time management and academic procrastination in nursing students at STIKES Medistra Indonesia. *Jurnal Medicare*, 1(4), 155–163.
- Rusmani, & Rahayu, P. Y. (2019). Analisis Faktor-Faktor Penentu Prokrastinasi Akademik Dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *PEKOBIS: Jurnal Pendidikan, EKonomi, dan Bisnis*, 4(2), 1–8.
- Rusmiati, E., Lubis, H., & Suhesty, A. (2022). Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Pengerjaan Skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(1), 101.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i1.7175>
- Sa'diyah, M., Naskiyah, & Rosyadi, A. R. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental Mahasiswa dalam Pendidikan Agama Islam. 041, 713–730.
<https://doi.org/10.30868/ei.v11i03.2802>
- Sahir, S. H. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN*.
- Salamah, U. (2022). Hubungan Kepribadian Tahan Banting (Hardiness) Dengan Manajemen Waktu Pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 4(1), 72–79.
<https://doi.org/10.21831/ap.v4i1.51549>
- Sari, L. M., Pratitis, N. T., & Haryanti, A. (2022). Internal locus of control dan kemampuan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa skripsi. *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi*, 1(2), 21–30.
<https://doi.org/10.35316/psycomedia.2022.v1i2.21-30>
- Sariwulan, T., Wibowo, A., & Dahlianti Utami, S. (2020). The Impact of The Intensity of Social Media Use, Self Confidence, and Time Management on Procrastination of Thesis Preparation in S1 Students of Faculty of Economics, State University of Jakarta. *KnE Social Sciences*, November 2018, 863–876.
<https://doi.org/10.18502/kss.v4i14.7942>
- Sholihah, F. M. A. (2019). *TRIADIK, VOLUME 18, No.1, APRIL 2019*. 18(1), 66–74.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Suryani Suryani, Afrinaldi Afrinaldi, Hidayani Syam, & Muhiddinur Kamal. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Sosial Media dengan Prokrastinasi Akademik Siswa MTsN 2 Bukittinggi. *Jurnal Riset Sosial Humaniora dan*

- Pendidikan*, 3(1), 01–05. <https://doi.org/10.56444/soshumdik.v3i1.1382>
- Susanto, R., Susanti, S., & Handarini, D. (2024). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok, Self-regulated Learning dan Internal Locus of Control terhadap Prokrastinasi Akademik pada SMK Negeri di Jakarta Utara. *EKOMA: Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akuntansi*, 3(6), 1896–1912. <https://doi.org/10.56799/ekoma.v3i6.5255>
- Syarifuddin, & Ibnu, A. S. (2022). *Page 1 of 129*. [http://digilib.iain-palangkaraya.ac.id/4022/1/BUKU METODE RISET PRAKTIS.pdf](http://digilib.iain-palangkaraya.ac.id/4022/1/BUKU%20METODE%20RISET%20PRAKTIS.pdf)
- Syelviani, M. (2020). PENTINGNYA MANAJEMEN WAKTU DALAM MENCAPAI EFEKTIVITAS BAGI MAHASISWA (Studi Kasus Mahasiswa Program Studi Manajemen Unisi). *Kaos GL Dergisi*, 8(75), 147–154. <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798><https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002><http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049><http://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391><http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205>
- Syifa, A. (2020). Intensitas penggunaan smartphone, prokrastinasi akademik, dan perilaku phubbing Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 83. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6309>
- Tannia, L. N., & Monika, M. (2022). Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Saat sistem Pembelajaran Jarak Jauh. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(4), 5203–5212. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i4.3135>
- Triwibowo, H., Frilasari, H., & Habib Rohman, D. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Internet Dimasa Pandemi Covid Dengan Interaksi Sosial Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 15(1), 43–51. <https://ejournal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/159/150>
- Udil, P. A. (2022). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Matematika FKIP Universitas Nusa Cendana Kupang. *Jurnal Ilmiah Soulmath: Jurnal Edukasi Pendidikan Matematika*, 10(1), 75–90. <https://doi.org/10.25139/smj.v10i1.4520>
- Ulum, M. I. (2016). Strategi Self-Regulated Learning untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 153–170. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1107>
- Usop, D. S., & Astuti, A. D. (2022). Pengaruh Self-regulated Learning, Intensitas Penggunaan Media Sosial, Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(3c), 1782–1790. <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i3c.839>
- Wahidaty, H. (2021). Manajemen Waktu: Dari Teori Menuju Kesadaran Diri Peserta Didik. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 1880–1889. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.1015>
- Wahyuni, N. T., & Machali, I. (2021). Pengaruh Manajemen Waktu dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Penyusunan Skripsi Mahasiswa Kecamatan Kandis, Kabupaten Siak, Provinsi Riau. *HEUTAGOGIA: Journal of Islamic Education*, 1(2), 15–25. <https://doi.org/10.14421/hjie.2021.12-02>
- Wahyuni, R., & Harmaini. (2017). Hubungan Intensitas Menggunakan Facebook dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 22–29.
- Wahyuni, R., Perdana Oskar, D., Mariana, R., Irfani, H., & Theozard Fikri, H.

- (2023). Faktor Psikologis dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Prediktor Keputusan Pembelian pada Live Shopping TikTok. *Psyche 165 Journal*, 16(3), 161–167. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i3.254>
- Wardani, A. F., Pratikto, H., & Suhadianto, S. (2024). Stres Akademik dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bekerja. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 156–164. <https://doi.org/10.30996/sukma.v5i1.11618>
- Waruwu, C. F., & Lubis, P. K. D. (2023). Pengaruh Motivasi Belajar, Perfeksionisme Dan Keaktifan Berorganisasi Terhadap Prokrastinasi Akademik Dengan Regulasi Diri Sebagai Variabel Moderating Di SMA Negeri 3 Medan. *Jurnal Sadewa : Publikasi Ilmu Pendidikan, pembelajaran dan Ilmu Sosial*, 1(3), 136–158. <https://doi.org/10.61132/sadewa.v1i3.42>
- Yunanto, A. R., Tawil, & Putro, H. E. (2021). Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik token economy untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Borobudur Counseling Review*, 1(2), 1–11. <https://doi.org/10.31603/bcr.5773>
- Yusnadi, Y. (2024). Manajemen Waktu Mahasiswa IAI Al-Aziziyah Samalanga Dalam Menghadapi Tuntutan Akademik dan Kegiatan Dayah. *Jurnal Seumubeuet*, 60–73. <https://journal.ymal.or.id/index.php/yayasanmadinahjsmbt/article/view/610>
- Zebua, E. K., & Santosa, M. (2022). Pentingnya Manajemen Waktu Dalam Meningkatkan Kualitas Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4, 1349–1358.