



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**PENGARUH KONSELING ISLAM MELALUI TEKNIK
SELF MANAGEMENT DALAM MENURUNKAN
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SEORANG
REMAJA DI DESA BALONGGABUS, KECAMATAN
CANDI, KABUPATEN SIDOARJO**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya, guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

Oleh :
Faizya Meydini
NIM: 04020320024

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA**

2023

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrohmanirrohim

Yang bertandatangan dibawah ini, saya :

Nama : Faizya Meydini

NIM : 04020320024

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Ds. Balonggabus, Jl. Flamboyan RT 02 RW 01, Kec. Candi, Kab. Sidoarjo.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Skripsi ini belum pernah diajukan kepada lembaga pendidikan tinggi mana pun untuk mendapatkan gelar akademik apa pun.
2. Skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi atau dibuat oleh orang lain.
3. Apabila kemudian terbukti bahwa pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menanggung konsekuensi hukum yang terjadi.

Sidoarjo, 23 Desember 2023

Yang telah menyatakan



LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Faizya Meydini
NIM : 04020320024
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Islam Melalui Teknik *Self Management* Dalam Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Seorang Remaja Di Desa Balonggabus, Kec. Candi, Kab. Sidoarjo.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Sidoarjo, 20 Desember 2023

Menyetujui

Dosen Pembimbing



Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I., S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP. 197708082007101004

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

Pengaruh Konseling Islam Melalui Teknik *Self Management* Dalam Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Seorang Remaja Di Desa Balonggabus, Kec. Candi, Kab. Sidoarjo

SKRIPSI

Disusun Oleh :

Faizya Meydini (04020320024)

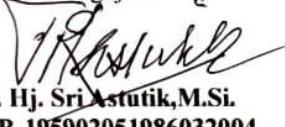
Telah diujji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu pada tanggal 3 Januari 2024

Tim Penguji

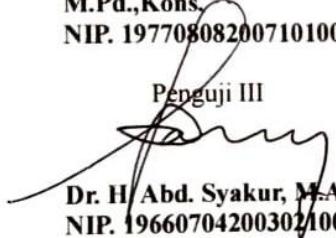
Penguji I


**Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I.,S.Pd.,
M.Pd.,Kons.
NIP. 197708082007101004**

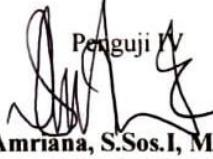
Penguji II


**Dr. Hj. Sri Astutik,M.Si.
NIP. 195902051986032004**

Penguji III


**Dr. H Abd. Syakur, M.Ag
NIP. 196607042003021001**

Penguji IV


**Amriana, S.Sos.I, M.Pd.
NIP. 198904112020122019**

Surabaya, 3 Januari 2024

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Dr. Meidy Choirul Arif, S.Ag., M.Phil.I
NIP. 19711071998031001



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Faizya Meydini

NIM : 04020320024

Fakultas/Jurusan : Dakwah Dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam

E-mail address : faizyameydini@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

**PENGARUH KONSELING ISLAM MELALUI TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM
MENURUNKAN PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SEORANG REMAJA
DIDESA BALONGGABUS, KECAMATAN CANDI, KABUPATEN SIDOARJO**

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 10 Januari 2024

Penulis



Faizya Meydini

ABSTRAK

Faizya Meydini (04020320024). Pengaruh Konseling Islam Melalui Teknik *Self Management* Dalam Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Seorang Remaja Di Desa Balonggabus, Kec. Candi, Kab. Sidoarjo

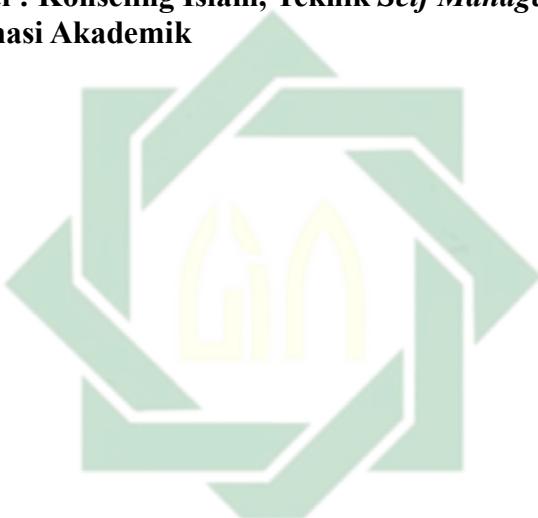
Masa remaja diharapkan dapat memaksimalkan kapasitas pembelajaran akademisnya, yakni dengan keteraturan dalam melaksanakan tugas sekolah, fokus dalam menyelesaikan pekerjaan, serta kedisiplinan didalam memanfaatkan waktu. Namun remaja juga seringkali melakukan penundaan menyelesaikan tugas atau prokrastinasi akademik yang menjadi problematika. Sehingga penelitian ini ditujukan untuk mengetahui adakah pengaruh dari konseling islam melalui teknik *self management* dalam menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada seorang remaja di Desa Balonggabus.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan model penelitian *Single Subject Research* (SSR) yang berpusat pada perubahan cara berperilaku satu subjek (konseli). Desain yang digunakan yaitu A-B-A, dengan sesi 3 kali pada tahap *Baseline* 1, di tahap Intervensi 5 kali dan 3 kali sesi di tahap *Baseline* 2. Dalam pengukurannya peneliti menggunakan *form* deteksi perilaku prokrastinasi akademik.

Dan hasil yang didapatkan menunjukkan terjadinya perubahan level yang cukup besar pada tahap *Baseline* 1, tahap intervensi, dan tahap *Baseline* 2, yakni dengan perolehan pada tahap *Baseline* 1 (A1) selisih 4 skor, tahap intervensi (B) selisih 14 skor, dan tahap *Baseline* 2 (A2) selisih 8 skor. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling islam melalui teknik *self*

management berdampak pada menurunnya perilaku prokrastinasi akademik seorang remaja dalam kategori tinggi.

Kata kunci : Konseling Islam, Teknik *Self Management*, Prokrastinasi Akademik



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

ABSTRACT

Faizya Meydini (04020320024). The Influence of Islamic Counseling Through Self Management Techniques in Reducing Academic Procrastination Behavior in Teenagers in Balonggabus Village, District. Temple, Kab. Sidoarjo.

Adolescence is expected to maximize their academic learning capacity, namely by being regular in carrying out school assignments, focusing on completing work, and being disciplined in using time. However, teenagers also often delay completing assignments or academic procrastination which becomes problematic. So this research is aimed at finding out whether there is an effect of Islamic counseling through self-management techniques in reducing academic procrastination behavior in teenagers in Balonggabus Village.

This research uses quantitative research methods with a Single Subject Research (SSR) research model which focuses on changing the way one subject (the counselee) behaves. The design used was A-B-A, with 3 sessions at the Baseline 1 stage, 5 times at the Intervention stage and 3 sessions at the Baseline 2 stage. In the measurement the researcher used an academic procrastination behavior detection form.

And the results obtained show that there have been quite large changes in levels at the Baseline 1 stage, the intervention stage, and the Baseline 2 stage, namely with the gains at the Baseline 1 (A1) stage having a difference of 4 scores, the intervention stage (B) having a difference of 14 scores, and the Baseline stage 2 (A2) difference of 8 scores. So it can be concluded that Islamic counseling through self-management techniques has an impact on reducing the academic procrastination behavior of teenagers in the high category.

Keywords: Islamic Counseling, *Self Management* Techniques, Academic Procrastination



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

خلصة

تأثير الإرشاد الإسلامي من خلال أساليب إدارة (04020320024) فايزية ميداني الذات في خفض سلوك التسويف الأكاديمي لدى المراهقين في قرية بالونجابوس منطقة: معبد، كاب. سيدوارجو

من المتوقع أن تزيد مرحلة المراهقة من قدرتهم على التعلم الأكاديمي إلى أقصى حد، وذلك من خلال الانتظام في تنفيذ الواجبات المدرسية، والتركيز على إكمال العمل، والانضباط في استخدام الوقت. ومع ذلك، غالباً ما يتأخر المراهقون أيضاً في إكمال الواجبات أو التسويف الأكاديمي الذي يصبح مشكلة. لذا يهدف هذا البحث إلى معرفة ما إذا كان هناك أثر للإرشاد الإسلامي من خلال تقنيات إدارة الذات في خفض سلوك التسويف الأكاديمي لدى المراهقين في قرية بالونجابوس.

(SSR) يستخدم هذا البحث أساليب البحث الكمي مع نموذج بحث موضوع واحد الذي يركز على تغيير الطريقة التي يتصرف بها موضوع واحد (المستشار). كان ، مع 3 جلسات في مرحلة الأساس 1 ، و 5 مرات في A-B-A التصميم المستخدم هو مرحلة التدخل و 3 جلسات في مرحلة الأساس 2. وفي قياس ذلك، استخدم الباحث نموذج الكشف عن سلوك التسويف الأكاديمي.

وظهر النتائج التي تم الحصول عليها أنه كانت هناك تغييرات كبيرة جداً في المستويات في مرحلة خط الأساس 1 ، ومرحلة التدخل ، ومرحلة خط الأساس 2 ، أي مرحلة (A1) مع وجود فارق 4 درجات في المكاسب في مرحلة خط الأساس 1 بفارق 8 درجات. ومن (A2) التدخل (ب) بفارق 14 درجة، والمرحلة الأساسية 2 ثم يمكن الاستنتاج أن الإرشاد الإسلامي من خلال تقنيات إدارة الذات له أثر في خفض سلوك التسويف الأكاديمي لدى المراهقين في القرية العليا.

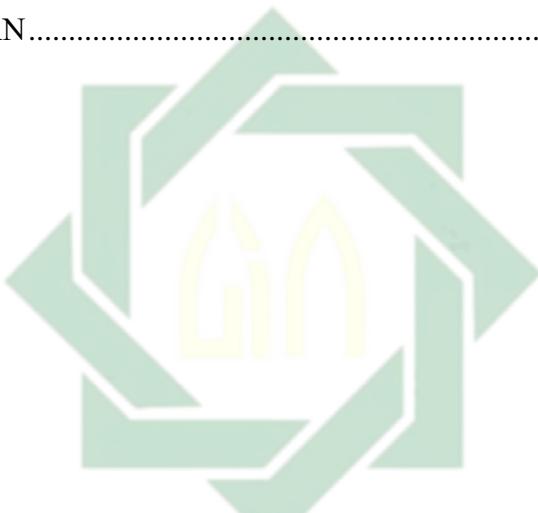
الكلمات المفتاحية: الإرشاد الإسلامي، إدارة الذات، التسويف الأكاديمي

DAFTAR ISI

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	ix
خلاصة	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GRAFIK	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoretis.....	9
2. Manfaat Praktis	9
E. Definisi Operasional	9
1. Konseling Islam	9
2. Teknik <i>Self Management</i>	10

3. Prokrastinasi Akademik	11
F. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	14
A. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	14
B. Kerangka Teori.....	15
1. Konseling Islam	15
2. Teknik <i>Self Management</i>	17
3. Prokrastinasi Akademik	23
4. Hubungan Konseling Islam Dengan <i>Self Management</i>	26
C. Hipotesis Penelitian.....	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	29
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
B. Pendekatan dan Jenis Penelitian	30
C. Subjek Penelitian.....	31
D. Variabel dan Indikator Penelitian.....	31
E. Tahapan Penelitian	32
F. Teknik Pengumpulan Data	34
G. Teknik Validitas Data	35
H. Teknik Analisis Data	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	38
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	38
B. Penyajian Data	44
C. Analisis Data.....	137
D. Pengujian Hipotesis.....	144
E. Pembahasan Hasil Penelitian	144
1. Perspektif Teoritis	144
2. Perspektif Islam.....	146
BAB V PENUTUP	150

A. Kesimpulan	150
B. Saran dan Rekomendasi	150
C. Keterbatasan Penelitian.....	151
DAFTAR PUSTAKA	152
LAMPIRAN	159



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Perencanaan Penelitian.....	29
Tabel 4.2 <i>Form</i> Deteksi Perilaku Prokrastinasi Akademik..	45
Tabel 4.3 Data Hasil <i>Form</i> Deteksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Sebelum Dilakukan Intervensi	56
Tabel 4.4 Format <i>Form</i> Pemantauan Diri	78
Tabel 4.5 Format <i>Form</i> Pemantauan Diri Yang Sudah Diisi Konseli	79
Tabel 4.6 Hasil <i>Form</i> Pemantauan Diri (Jum'at, 24 November 2023)	85
Tabel 4.7 <i>To do list</i> Konseli Selama 3 Hari (23 – 25 November 2023)	90
Tabel 4.8 Hasil <i>From</i> Pemantauan Diri (Senin, 27 November 2023)	94
Tabel 4.9 <i>To do list</i> Selama 3 Hari (26 – 28 November 2023)	98
Tabel 4.10 Hasil <i>Form</i> Pemantauan Diri (Jum'at, 1 Desember 2023)	105
Tabel 4.11 <i>To do list</i> Konseli Selama 3 Hari (29 November – 1 Desember 2023)	107
Tabel 4.12 Hasil <i>Form</i> Pemantauan Diri (Minggu, 3 Desember 2023)	114

Tabel 4.13 <i>To do list</i> Selama 3 Hari (2 – 4 Desember 2023)	117
Tabel 4.14 Data Hasil <i>Form Deteksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Tahap Intervensi</i>	123
Tabel 4.15 Rekapan Skor Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Tahap <i>Baseline 1</i> dan Tahap Intervensi	125
Tabel 4.16 Data Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Tahap <i>Baseline 2</i>	134
Tabel 4.17 Rekapan Skor Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Tahap <i>Baseline 1</i> , Tahap Intervensi dan Tahap <i>Baseline 2</i>	136
Tabel 4.18 Analisis Dalam Kondisi.....	138
Tabel 4.19 Analisis Antar Kondisi	142

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Data Hasil Deteksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Tahap <i>Baseline 1</i> (Pengambilan Data Awal Sebelum Intervensi)	58
Grafik 4.2 Data Hasil Perilaku Prokrastinasi Akademik Tahap Intervensi.....	124
Grafik 4.3 Hasil Perilaku Prokrastinasi Akademik Tahap <i>Baseline 1 – Intervensi</i>	126
Grafik 4.4 Data Hasil Perilaku Prokrastinasi Akademik Tahap <i>Baseline 2</i>	135
Grafik 4.5 Data Hasil Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Tahap <i>Baseline 1</i> , Intervensi dan <i>Baseline 2</i>	137

**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmaini, Dini. 2009. Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa yang Aktif dengan yang Tidak Aktif Dalam Organisasi Kemahasiswaan Pema USU. *Skripsi: Fakultas Psikologi-Universitas Sumatera Utara*
- Aini N. A & Mahardayani H. 2011. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 2.
- Anggraeni, D.C. Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta, *Jurnal Universitas Negeri Yogyakarta*, 2014, hlm. 3
- Anwar, M. Fuad. 2015. *Landasan Bimbingan Dan Konseling Islam*. Yogyakarta: Deepublish.
- Ardini, Diena. 2017. "Hubungan Manajemen Diri Dan Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktif Kuliah Dan Organisasi," *e-jurnal psikologi*, Vol. 5, No. 4.
- Az-Zahrani, Musfir bin Said. 2005. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Basit, Abdul. 2017. *Konseling Islam*. Depok: Kencana.
- Basri, A. Said Hasan. 2018. "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas," *Hisbah : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, Vol. 14, No. 2.

- Dahlan, Abdul Chaliq. 2009. *Bimbingan dan Konseling Islam: Sejarah, Konsep dan Pendekatannya*. Yogyakarta: Putra Pustaka.
- Darmadi. 2017. *Pengembangan Model dan Metode Pembelajaran dalam Dinamika Belajar Siswa*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dembo, Mayron. 2004. *Motivation And Learning Strategies For Collage Success (A Self Management Approach)*. London: University Of Southern California.
- Elvina, Siska Novra. 2019. “Teknik *Self Management* dalam Pengelolan Strategi Waktu Kehidupan Pribadi Yang Efektif”. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, Vol. 3, No. 2.
- Fadhila, Nurul, dkk. 2023. “Efektivitas Teknik *Self Management* Untuk Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik”, *Jurnal Pendidikan Pembelajaran*, Vol. 12, No. 11.
- Farida, Sholichatun, N & Muhari. 2020. Penerapan *Self Management* Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas VII E SMP Negeri 1 Sukomoro Ngajuk Tahun Ajaran 2012/2013. *Jurnal BK UNESA*, Vol. 1, No. 2.
- Fatah, Syaikh Abdul. 2019. *Manajemen Waktu Para Ulama*, terj. Abu Umar Basyir, dkk. Solo: Zamzam.
- Fauziah, Hana Hanifah. 2015. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung,” *Psypathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 2, No. 2.
- Gantina dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.

- Gunarsa, Singgih D. 2011. *Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: Libri.
- Gunarsa. 2003. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa. 2004. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hamdani. 2012. *Bimbingan dan Penyuluhan*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, dkk. 2020. *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu.
- Herdiansyah, Haris. 2011. *Metode penelitian kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Heryati, Euis, dkk. 2022. "Pelatihan Penyusunan Proposal Penelitian (Single Subject Reasearch) Bagi Guru-Guru SLB", *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 05, No. 02,
- Ilyas, Muhammad dan Suryadi. 2017. Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMA Islam Terpadu (IT) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta," *Jurnal Pemikiran Islam*, Vol. 41 No.1.
- J, Salomon L & RothblumE.D, 1984. "Academic Procrastination: Frequency and Cognitive Behavioral Correlates", *Journal of Counseling Psychology*, Vol.30, No.1.
- Jaenudin, Dkk. 2020. "Efektivitas *Self Management* Terhadap Keterlambatan Menyerahkan Tugas Pada Masa Pandemi Covid-19", *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 17 No. 2.

- Jannah,dkk. 2014. “Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan”, *Jurnal BK UNIESA*, Vol. 4, No. 3.
- Kawasaki, Iryana, Risky. 2019. *Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif*. Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Sorong.
- Komalasari, Gantina. 2014. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- M. Nur Gufron & Rini Risnawita S. 2017. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Mahardika, Ilham. (2019). Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Belajar Kimia Siswa di SMA Negeri 6 Kota Tanggerang Selatan. *Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*.
- Margono. 1997. *Metodologi Pendidikan*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Mubarok, Achamd. 2000. *Al-Irsyad An-Nafsy: konseling Agama Teori dan Kasus*. Jakarta: Bina Rena Pariwara.
- Munawaroh, M., Alhadi, S., & Saputra, W. 2017. Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 26–31.
- Mutmainah. 2021. “Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali,” *Pendidikan Dan Pranata Islam STAI Syichona Moh. Cholil Bangkalan* Vol. 12, No. 1.
- Muyana, Siti. 2018. “Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling”, *Jurnal Ilmiah Counsellia*, Vol. 8, No.1.

- Nafeesa. 2018. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa Yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah," *Antropos*, Vol. 4, No. 1.
- Prahmana, Rully Charitas Indra. 2021. *Single Subject Researcrh: Teori dan Implementasinya Suatu Pengantar*. Yogyakarta: UAD Press.
- Rofiq, Arif Ainur. 2016. *Keterampilan Komunikasi Konseling*. Bogor: PT. Garha Cipta Media.
- Rosaliza, Mita. 2015. "Wawancara, Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif". *Jurnal Ilmu Budaya*, Vol. 11, No. 02.
- Rumiani. 2006. Prokrastinasi Akademik ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 3. No. 2.
- Sahadi. 2018. *Kinerja dan Komitmen Seorang Manager: Riset Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Teknosain.
- Salomon, L.J & Rothblum, E.D. 1984. "Academic Procrastination: Frequency and Cognitive Behavioral Correlates", *Journal of Counseling Psychology*, Vol.30, No.1.
- Sarwono, Jonathan. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Edisi 2*. Yogyakarta: Suluh Media.
- Shihab, M. Quraish. 2005. *Tafsir Al-Mishbah Juz 'Amma*. Tangerang: Lentera Hati.
- Sholihah, Nikmatus & Retno Tri Hariastuti, dkk. 2013. "Penerapan Strategi *Self Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palcy Kelas Iv Sdlb-D Ypac Surabaya," *Jurnal BK Unesa*, Vol. 3, No. 1.

- Singgih Dirga. 2011. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Libri.
- Sugiono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Surijah dan Tjunding. 2007. *Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Surya, Mohamad. 1998. *Dasar-dasar Konseptual Penangangan Masalah-Masalah Karir atau Pekerjaan Dalam Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: UII Pres.
- Suryani dan Hendryadi. 2015. *Metode Riset Kuantitatif: Teori dan Aplikasi pada Penelitian Bidang Manajemen dan Ekonomi Islam Edisi Pertama*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Tarmizi. 2018. *Bimbingan Konseling Islam*. Medan : Perdana Publishing.
- Ulfa, Maria, Dkk. 2018. “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 1 Kapontori”. *Jurnal Psikologi Konseling*, Vol. 12 No.1.
- Wahyuni, Gantina Komalasari dan Eka. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Walojo, D. (2017). Pengaruh Inensitas Penggunaan Media Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas VII di SMPN 1 Plosoklaten Kediri. *Jurnal; Simki-Pedagogia*, Vol. 2, No. 3.
- Wicaksono, Luhur. 2017. “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa,” *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, Vol. 2, No.2.

Yuni Rusita Kania dan Damri. 2019. "Efektivitas Pendekatan ABA/VB dalam Meningkatkan Kemampuan Bahasa Ekspresif (Intraverbal) Anak Autisme Di SDIK Makkah", *Pakar Pendidikan*, Vol. 17, No. 2.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A