

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadila, Z., Taqwin, Masita, Ardiawan, K. N., & Sari, M. E. (2021). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Abidah, A., & Meutia, E. (2020). MENINGKATKAN SELF REGULATED LEARNING PADA MAHASISWA MELALUI CREATIVE ART : TEORI DAN APLIKASI. *Jihafas*, 3(2), 120–131.
- Abubakar, R. (2021). *Pengantar metodologi penelitian*. SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga
- Amalya, F. P., Tarigan, R., & Kuswinarti. (2019). *Hubungan Adiksi Smartphone dengan Perilaku Mental dan Emosional pada Remaja di Wilayah Kecamatan Bandung Wetan*. 2(2), 9–17.
- APJII. (2022). *APJII di Indonesia Digital Outlook 2022*. APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia). https://apjii.or.id/berita/d/apjii-di-indonesia-digital-outlook-2022_857
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Asri, D. N. (2018). *Prokrastinasi Akademik: Teori Riset dalam Perspektif Pembelajaran Berbasis Proyek dan Self-Regulated Learning*. UNIPMA PRESS.
- Asyiah, N., Hanan, H. Z. A., & Mukamal. (2022). Dampak Penggunaan Smartphone terhadap Minat Belajar Siswa Kelas XI di MA NW Lenek Lauq. *Nahdlatain: Jurnal Kependidikan Dan Pemikiran Islam*, 1(4), 130–147.
- Azhar, I. (2018). Sukses menggapai prestasi akademik melalui self regulated learning. *Madinah: Jurnal Studi Islam*, 7, 199–224.
- Cania, M. A., Gutji, N., & Wahyuni, H. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi. *Jurnal PARAMAEDUTAMA*, 1(1), 10–19.
- Darmiany, Mohammad Archi Maulyda, T. A. A. (2024). *NAVIGASI AKADEMIK: Rahasia Sukses Menggunakan Self-Regulated Learning di Perguruan Tinggi*. Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia ANGGOTA IKAPI JAWA BARAT.
- Erawati, E. (2021). *AKIBAT KECANDUAN GAME ON LINE PADA SISWA SMP SELAMA MASA PANDEMI COVID 19 MELALUI KONSELING KOGNITIF*. 34–48.
- Erizka, Martunis, & Bakar, A. (2019). Korelasi intensitas bermain game online mobile legend dengan keterampilan sosial siswa MAN 3 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(3), 60–66.

<http://www.jim.unsyiah.ac.id/pbk/article/view/10118>

- Ferrari, J. R., & Tice, D. M. (2000). Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 73–83. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1999.2261>
- Firmansyah, D., & Saepuloh, D. (2022). *Social Learning Theory : Cognitive and Behavioral Approaches Teori Pembelajaran Sosial : Pendekatan Kognitif dan Perilaku*. 1(3), 297–324.
- Fitriana, F., Ahmad, A., & Fitria, F. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Remaja Dalam Keluarga. *Psikoslamedia : Jurnal Psikologi*, 5(2), 182. <https://doi.org/10.22373/psikoslamedia.v5i2.7898>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-teori Psikologis* (p. 202).
- Handoko, P. E. W., & Mariyati, L. I. (2023). An Overview of Academic Procrastination in High School Students. *Indonesian Journal of Innovation Studies*, 21, 1–9. <https://doi.org/10.21070/ijins.v21i.805>
- Hatmanti, N. M., Anjali, N. F., Hanik, U., & Shodiq, M. (2024). SOSIODEMOGRAFI DAN DURASI PENGGUNAAN DENGAN SMARTPHONE ADDICTION PADA REMAJA DI SURABAYA. 16, 319–326.
- Ibrahim, A., Alang, A. H., Madi, Baharudin, Ahmad, M. A., & Darmawati. (2018). *Metodologi Penelitian*. Gunadharma Ilmu.
- Ihsan, D. (2023). *Ini Batas Waktu Screen Time Usia 0 Tahun sampai Dewasa*. Kompas.Com. <https://www.kompas.com/edu/read/2023/07/12/131140771/ini-batas-waktu-screen-time-usia-0-tahun-sampai-dewasa>
- Imanuela, R., Dantes, N., & Dwiawati, K. A. (2023). Pengembangan instrumen pengukuran prokrastinasi akademik pada siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 137. <https://doi.org/10.29210/1202322659>
- Indriani, D., Rahayuningsih, S. I., & Sufriani. (2021). Durasi dan aktivitas penggunaan Smartphone berkelanjutan pada Remaja. *Jim Fkep*, 5(1), 124–130. <http://www.tjyybjb.ac.cn/CN/article/downloadArticleFile.do?attachType=PDF&id=9987>
- Janna, N. M., & Herianto. (2021). *Konsep uji validitas dan reliabilitas dengan menggunakan spss*. 18210047. SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga
- Kristiyani, T. (2016). *SELF-REGULATED LEARNING KONSEP, IMPLIKASI, DAN TANTANGANNYA BAGI SISWA DI INDONESIA*. SANATA DHARMA UNIVERSITY PRESS.
- Lindasari, S. N., Diah, D. R., & Taufiqurrahman. (2023). *Intensitas Penggunaan*

- Smartphone Terhadap Minat Belajar Pada Siswa SMP. September*, 4058–4066.
- Musslifah, A. R., & Mirawati. (2023). Perbedaan Self-Regulated Learning Siswa Sma Budi Agung Ditinjau Dari Pola Asuh Orangtua. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Keislaman JIPKIS*, 3(2), 121–240.
- Nurjan, S. (2020). *Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. 10(01), 61–83.
- Paramita, R. W. D., Rizal, N., & Bahtiar, R. (2021). *Metode penelitian kuantitatif*. Press Widya Gama.
- Pradnyanawati, P. A. R., & Ni Luh, D. S. I. (2022). Peran Kecenderungan Kecanduan Gawai dan Self-Regulated Learning terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMAN X di Kabupaten Badung. *Psikologi Konseling*, 20(1), 1355. <https://doi.org/10.24114/konseling.v20i1.36766>
- Rahmanillah, N. R., Qomariyah, N., Psikologi, F., Gunadarma, U., & Barat, J. (2018). SELF - REGULATED LEARNING DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA BEKERJA. *Jurnal Gunadarma*, 2017, 117–125.
- Ramadhan, Y. A., Nugroho, R. A., Umaroh, S. K., & Mariskha, S. E. (2023). Peran Regulasi Diri dalam Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Madrasah Tsanawiyah. *Jurnal Psikologi Integratif*, 11(1).
- 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>
- Rosito, C. A. (2018). Kepribadian dan Self-Regulated Learning. *Jurnal Psikologi*, 45, 189–199. <https://doi.org/10.22146/jpsi.28530>
- Saifullah, & Mughni, A. (2016). STUDI FENOMENOLOGIS DINAMIKA PSIKOLOGIS SANTRI PEMBELAJAR. *Jurnal Pengembangan Pemikiran Dan Kebudayaan Institut Agama Islam Ibrahimy*, 10(2), 183–203.
- 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.
- Sari, K. (2018). Hubungan Kemandirian Dengan Self-Regulated Learning Pada Usia Remaja. *Jurnal Unmul*, 6(1), 109–115.
- Sativa, R. L. (2017). *Berapa Lama Waktu Ideal Gunakan Gadget?* Inet.Detik. <https://inet.detik.com/cyberlife/d-3398914/berapa-lama-waktu-ideal-gunakan-gadget>
- Sholehah, S., Sangka, K. B., & Hamidi, N. (2024). Pengaruh Self-Regulated Learning Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prokrastinasi Akademik

- Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Tata Arta*, 5(1), 32–44.
- Sidik, D. J., Kurjono, Arief, M., & Santoso, B. (2022). EFEK MEDIASI SENSE OF CONTROL PADA PENGARUH SMARTPHONE ADDICTION TERHADAP ACADEMIC PROCRASTINATION (Studi Pada Siswa SMK Pasundan 1 Cianjur Jurusan Akuntansi). *Jurnal Kajian Pendidikan Ekonomi Dan Ilmu Ekonomi*, VI, 145–158.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Syafa'ah, U., Arfiyanti, M. P., & Tursinawati, Y. (2022). HUBUNGAN ANTARA SELF REGULATED LEARNING DENGAN PROKRASTINASI PENYUSUNAN SKRIPSI MAHASISWA FK UNIMUS. *Jurnal Malahayati*, 9(3), 953–960.
- Syafira, S., & Kusdiyati, S. (2019). Prokrastinasi akademik pada siswa smp di kota bandung yang mengalami kecanduan smartphone. *Prosiding Psikologi*, 5(2), 1–6. <https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/17694>
- Syarifuddin, & Saudi, I. Al. (2022). *METODE RISET PRAKTIS-REGRESI BERGANDA MENGGUNAKAN SPSS*. Bobby Digital Center.
- 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>
- Triyono, & Khairi, A. M. (2018). Academic Procrastination of High School Students (Psychological Impacts and Solutions in the Perspective of Islamic Educational Psychology). *Al Qalam*, 19(2), 58–74.
- 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(September).
- Wahyuni, W., & Putri, R. M. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa. *Wahana Didaktika : Jurnal Ilmu Kependidikan*, 21(2), 376–387. <https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v21i2.8223>
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. (2003). *Assessing Academic Self-regulated Learning*. 2003(April).
- Wulandari, I., Fatimah, S., & Suherman, M. M. (2021). Gambaran faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa sma kelas xi pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Mahasiswa IKIP Siliwangi*, 4(3), 200–212.

<https://doi.org/10.22460/fokus.v4i3.7237>

- Yaningsih, S., & Fachrurrozie. (2018). SELF-REGULATED LEARNING MEMODERASI PENGARUH MEDIA SOSIAL, EKSTRAKURIKULER, DAN TEMAN SEBAYA TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK. *Economic Education Analysis Journal*, 7(3), 909–923.
- Yanuardianto, E. (2019). TEORI KOGNITIF SOSIAL ALBERT BANDURA (Studi Kritis dalam Menjawab Problem Pembelajaran di MI). *Jurnal Auladuna*, 01(02), 94–111.
- Yuni, R. S. P., & Pierewan, A. C. (2017). HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN SMARTPHONE DENGAN DISIPLIN BELAJAR SISWA. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 6, 1–16.
- Zahriyah, A., Suprianik, Parmono, A., & Mustofa. (2021). *Ekonometrika Teknik dan Aplikasi dengan SPSS*. Mandala Press.
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>