

DAFTAR PUSTAKA

- Agungbudiprabowo & Kiranasari, F. (2022). Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Behavior* Teknik Kontrak Perilaku dan Implikasinya Dalam Mereduksi *Nomophobia*. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan* (Vol.2).
- Alwi, N. M., Pandang, A., & Syahril, M. F. (2020). Penerapan Teknik *Self-management* untuk Mereduksi Kecanduan *Gadget* dalam Jejaring Sosial pada Siswa. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 4(3).
- Aprilia, A. D. K., Barida, M., & Susilowati, N. (2022). Upaya Mengurangi *Nomophobia* Melalui Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Realita Siswa Kelas 8 SMP Negeri 3 Petarukan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(5).
- Aurelia, C., & Ningsih, Y. T. (2021). *Nomophobia* dan kepribadian siswa SMA. *Jurnal penelitian psikologi*, 12(2).
- Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barida, M., & Widyastuti, D. A. (2020). Peningkatan Kompetensi Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Menyelenggarakan Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok. In *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan*, 2(1).
- Barida, M., Prasetiawan, H., & Muarifah, A. (2019). *The Development of Self-management Technique for Improving Students' Moral Intelligence*. *International Journal of Educational Research Review*, 4(4).
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). *A proposal for including nomophobia in the new DSM-V*. *Psychology research and behavior management*, 155-160.
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (9th ed). Fullerton California: Cengage Learning.
- Corey, G. (2016). *Theory & Practice of Group Counseling* (9th ed). Fullerton California: Cengage Learning.

- Creswell, J. & David C.J. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (5th ed)*. Los Angeles: SAGE
- Creswell, J.W. & Guetterman, T.C. (2019). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research (6th ed)*. Michigan: Pearson.
- Durak, H. Y. (2019). *Investigation of Nomophobia and Smartphone Addiction Predictors Among Adolescents In Turkey: Demographic Variabels and Academic Performance. The Social Science Journal, 56(4)*.
- Fadhilah, L., Hayati, E. N., & Bashori, K. (2021). *Nomophobia di Kalangan Remaja. Jurnal Diversita, 7(1)*.
- Farozin, M. et al. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Febriyanti, L., & Muyana, S. (2022). *Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Teknik Self-management Dalam Mereduksi Intensitas Penggunaan Smartphone Pada Siswa. In Prosiding*.
- Fortuna, S. N., & Rosada, U. D. (2022). *Keefektifan Layanan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring dalam Mengatasi Nomophobia pada Siswa. Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 19(02)*.
- Gitania, A. (2022). *Analisis Perilaku Nomophobia pada Peserta Didik Saat Pelaksanaan Penilaian Akhir Semester (PAS) Di SMA N 3 Brebes (Doctoral dissertation, Universitas Pancasakti Tegal)*.
- Gladding, Samuel T (2014). *Groups: a counseling specialty (6th edition, international edition)*. Harlow: Pearson
- Hafni, N. D. (2019). *Nomophobia, Penyakit Masyarakat Modern. Jurnal Al-Hikmah, 6(2)*.
- Hidayatullah, A. (2020). *Perbedaan kecenderungan perilaku Nomophobia ditinjau berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa uin ar-raniry banda aceh (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry)*.
- Kanmani, A., Bhavani, U., & Maragatham, R. S. (2017). *Nomophobia—An insight into its psychological aspects in India. The International Journal of Indian*

Psychology, 4(2).

Komalasari, G., et al. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.

Lean, M., dkk. (2019). *Self-management Interventions For People With Severe Mental Illness: Systematic Review and Meta-analysis. The British Journal of Psychiatry*, 214(5).

Lestari, F. A., Nawantara, R. D., & Setyawati, S. P. (2021). Teknik *Self-management* Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 1.

Miltenberger, R. G. (2016). *Behavior Modification: Principle and procedures (6th ed)*. University of South Florida: Cengage Learning.

Musyrihin, Z. (2020). Implementasi Sifat-Sifat Rasulullah Dalam Konseling *Behavioral*. *Al Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 11(2).

Permatasari, I., Yusmansyah, Y., & Widiastuti, R. (2019). Penggunaan Bimbingan Kelompok Teknik *Self-management* untuk Menurunkan Kecenderungan *Nomophobia* Siswa SMA. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 7(5).

Rahayuningrum, D. C., & Sary, A. N. (2019). Studi Tingkat Kecemasan Remaja terhadap *No-mobile phone (Nomophobia)* Di SMA Negeri Kota Padang. *Ensiklopedia of Journal*, 1(2).

Ramaita, R., Armaita, A., & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan *Smartphone* dengan Kecemasan (*Nomophobia*). *Jurnal Kesehatan*, 10(2).

Reza, R. M., & Mulawarman, M. (2021). Keefektifan Konseling Kelompok *Online* Pendekatan *Behavior* Teknik *Self-management* untuk Mengurangi Kecenderungan Kecanduan *Game Online* Siswa. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 2(1).

Riyanti, V., Muryati, M., Desmaniarti, Z., & Muttaqin, Z. (2021). Gambaran *Nomophobia* Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 1(1).

Rosales-Huamani, J. A., Guzman-Lopez, R. R., Aroni-Vilca, E. E., Matos-Avalos, C. R., & Castillo-Sequera, J. L. (2019). Determining Symptomatic Factors of *Nomophobia* In Peruvian Students From The National University Of Engineering. *Applied Sciences*, 9(9).

- Sari, I. P., Ifdil, I., & Yendi, F. M. (2020). Konsep *Nomophobia* Pada Remaja Generasi Z. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5(1).
- Setyowati, A., Suardiman, S. P., & Lestari, N. T. (2023). Keefektifan Konseling Kelompok Teknik *Self-management* Untuk Mereduksi Kecanduan *Game Online* (Pada Siswa Kelas VIII) di SMP Negeri 1 Pundong. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 7(1).
- Sezer, B., & ÇİFTÇİ, B. A. (2019). *The Dark Side Of Smartphone Usage (Nomophobia): Do We Need To Worry About It?. Tıp Eğitimi Dünyası*, 18(54).
- Skinner, B.F. (2005). *Science And Human Behavior*. Macmillan New York.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Tjasmadi, M. P. (2019). Pendekatan Agama Membaharui Kondisi Psikologis Siswa Terindikasi *Nomophobia*. *Proceedings of the ICECRS*, 2(1).
- Triani, S. (2022). Penerapan Teknik *Self-management* Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMA Negeri 9 Makassar.
- Ulfa, M., & Suarningsih, N. K. (2018). Keefektifan Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik *Self-management* untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 1 Kapontori. *Psikologi Konseling*, 12(1).
- Widyastuti, D. A., & Muyana, S. (2018). Potret *Nomophobia (No Mobile Phone Phobia)* di Kalangan Remaja. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1).
- Widyastuti, D. A., & Muyana, S. (2019). *Group Counseling With Self-management Techniques: Effective Strategies For Reducing Nomophobia Among Adolescents*. *Psikopedagogia Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2).
- Yildirim, C & Correia, A. (2015). *Understanding nomophobia: A modern age phobia among college students*. Springer International.