

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, N. (2016). *Konseling kelompok*. IKIP PGRI BALI.
- Andres Kaplan & Michael Haenlein. (2010). *User Of The World, Unite! The Challenges and Opportunities Of Social Media, Business Horizons*.
- Anggraeni, M., Praherdhiono, H., & Sulthoni, S. (2019). Hubungan Antara Self Kontrol Dan Internet Addiction Disorder Pada Mahasiswa Jurusan Teknologi Pendidikan Angkatan 2016 Universitas Negeri Malang. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 2(2), 131–139. <https://doi.org/10.17977/um038v2i22019p131>
- Apriatama, D., Romiaty, R., Idha, S. Al, Anisah, W. N., & Maulida, R. (2022). Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Harga Diri Santri. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6281–6288. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3229>
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Journal of Nursing Care*, 3(1), 41–53. <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i1.26928>
- Ayu, L., & Saragih, S. (2016). Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online pada Dewasa Awal. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02), 167–173. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.734>
- Ayub, M., & Sulaeman, S. F. (2022). Dampak Sosial Media Terhadap Interaksi Sosial Pada Remaja: Kajian Sistematis. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 21–32.
- Brogan, C. (2010). Social Media 101: Tactics and Tips to Develop Your Business Online. In *John Wiley & Sons, Inc.* John Wiley & Sons, Inc.
- Cahyono, A. S. (2020). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia. *Asy Syar'yyah: Jurnal Ilmu Syari'Ah Dan Perbankan Islam*, 5(2), 202–225. <https://doi.org/10.32923/asy.v5i2.1586>
- Covey, S. R. (2014). *The 7 Habits of Highly Effective People*.
- Dembo, M. H., & Seli, H. (2013). Motivation and learning strategies for college success: A self-management approach, third edition. In *Motivation and Learning Strategies for College Success: A Self-Management Approach, Third Edition*. <https://doi.org/10.4324/9780203823149>
- Domitila, M. M., Wulandari, F., & Marhayani, D. A. (2021). Analisis Penggunaan Gawai Terhadap Interaksi Sosial Anak Sekolah Dasar Negeri Kota Singkawang Mindi. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 6(2), 131–141.
- Imran, A. N. (2020). Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Sinjai. *Jurnal*

- Jayani, D. H. (2020). *10 Media Sosial yang Paling Sering Digunakan di Indonesia*. Databoks; Katadata.Co.Id.
<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/02/26/10-media-sosial-yang-paling-sering-digunakan-di-indonesia>
- Komalasari, G. (2016). Teori dan Teknik Konseling. In *Pt Indeks* (Vol. 4, Issue 1). PT Indesk.
- Lebho, M. A., Lerik, M. D. C., Wijaya, R. P. C., & Littik, S. K. A. (2020). Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(3), 202–212.
<https://doi.org/10.35508/jhbs.v2i3.2232>
- Liedfray, T., Waani, F. J., & Lasut, J. J. (2022). Peran Media Sosial Dalam Mempererat Interaksi Antar Keluarga Di Desa Esandom Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Tombatu Timur Kabupaten Minasa Tenggara. *Jurnal Ilmiah Society*, 2(1), 2.
- Nasrullah, R. (2015). Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya dan Sosioteknologi. In *Simbiosis Rekatama Media*. Simbiosis Rekatama Media.
- Nasution, H. S., & Abdillah. (2019). *Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya* (R. Hidayat (ed.)). Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI).
- Nugraheni, E., Mardiyati, S., & Makhmudah, U. (2016). *Efektivitas Teknik Manajemen Waktu untuk Mengurangi Kecanduan Jejaring Sosial Facebook*. 4(June).
- Prayitno, Afdal, Ifdil, & Ardi, Z. (2013). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)* (Y. Sartika (ed.)). Ghalia Indonesia.
- Retalia, Soesilo, T. D., & Irawan, S. (2022). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Interaksi Sosial Remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 12(2), 139–149.
- Run Zhi Zhu, X. L. X. (2015). The Influence of Social Media on Sleep Quality: A Study of Undergraduate Students in Chongqing, China. *Journal of Nursing & Care*, 04(03). <https://doi.org/10.4172/2167-1168.1000253>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25.
<https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sari, A. C. (2019). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Kecanduan Media Sosial Peserta Didik Di Sma Negeri 3 Bandar Lampung. *Skripsi UINVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG*.

- Sari, A. C., Hartina, R., Awalia, R., Iriyanti, H., & Ainun, N. (2018). Komunikasi dan media sosial. *Universitas Muslim Indonesia*.
- Siswadi, A. A., & Ulumudin, F. (2018). Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 1(2), 58. <https://doi.org/10.22460/fokus.v1i2.4167>
- Soetjipto, H. P. (2015). Pengujian Validitas Konstruk Kriteria Kecanduan Internet. *Jurnal Psikologi*, 32(2), 74–91.
- Soliha, S. F. (2015). Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial [Level of Dependence on Users of Social Media and Social Anxiety]. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(1), 1–10. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/interaksi/article/view/9730/7798>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.
- Supratman, L. P. (2018). Penggunaan Media Sosial oleh Digital Native. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 15(1), 47–60.
- Susilana, R. (2015). Modul Landasan Teori dan Hipotesis. In *Rudi* (p. Hal, 31).
- Swastika, R. I., & Lukitaningsih, R. (2018). Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (Self-Management) Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Pandaan. *Prodi BK Unesa*, 1–6.
- Syarqawi, A. (2017). Tipe Anggota Dalam Mengikuti Proses Konseling Kelompok Pada Satuan Pendidikan. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 3(2), 39–55.
- Thursina, F. (2023). Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Siswa Pada Salah Satu SMAN di Kota Bandung. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West ...*, 1(01), 19–30.
- Wahyudiyono, W. (2019). Implikasi Penggunaan Internet terhadap Partisipasi Sosial di Jawa Timur. *Jurnal Komunika : Jurnal Komunikasi, Media Dan Informatika*, 8(2), 63. <https://doi.org/10.31504/komunika.v8i2.2487>
- Wulandari, R., & Netrawati, N. (2020). Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 5(2), 41–46. <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti>
- Yunfahnur, S., R, F. D., & Martina, M. (2022). ADIKSI MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA Level of social media addiction to Syiah Kuala University students. *JIM FKep*, 6(3), 9–16.
- Zuliyana, I. K. A. (2017). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Nomophobia Pada Siswa. *Skripsi Universitas Muhammadiyah Magelang*.