

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi Atmoko & Irene Maya Simon, D. (2018). *Pelatihan Wicara Diri (Self-Talk) Dalam Konseling*. Malang: Wineka Media.
- Ahmad, M. A. (2021). *Layanan-Layanan Bimbingan dan Konseling Pendekatan Qur'ani: Mempertemukan Urutan Surah Pada Jus 28-30 Al-Qur'an*. Sleman: Deepublish Publisher.
- Elfiky, I. (2009). *Pikiran Positif & Pikiran Negatif*. Jakarta: Dilariza
- Komalasari, G., E. W. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: INDEKS.
- Iskandar, A. (2012). *Sosiologi Kesehatan (Suatu Telaah Teori Dan Empirik)*. Bogor: IPB Press.
- Kamaruzzaman. (2016). *Bimbingan dan Konseling*. Pontianak: Pustaka Rumah Aloy.
- Karneli, T. &. (2012). *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Padang: UNP.
- Mustofa, I. (2017). *Akhirnya Kita Siap Menikah*. Yogyakarta: Laksana.
- Ruvitasari, N, N, Dkk, (2022). *Motivasi Kehidupan*. Bandung: Media Sains Indonesia
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan: Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Sterling Publisher Private
- Saehudin, A. I. (2017). *Fiqih Keluarga*. Bandung: Mizani.
- Sodik, S. S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Sleman: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukirno, A. (2015). *Teori & Teknik Konseling*. Serang: A-Empat.

- Sukirno, A. (2018). *Pengantar Bimbingan Dan Konseling*. Serang: A-Empat.
- Sukma, R. (2017). *Move On Dari Pikiran Negatif*. Yogyakarta: Diva Press Wahyuningsih, D. D.
- (2020). *Panduan Untuk Konselor Teknik Self Management Dalam Bingkai Konseling Cognitive Behavior Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Smp. Jawa Tengah*: Cv. Sarnu Untung.
- Willis, S. S. (2019). *Konseling Individual, Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Suadi Sa'ad, dkk. (2021). *Buku Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Serang: Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten
- Anita, E. E. (2019). *Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik*. Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, Vol 4 No 2, h. 36.
- Elvina, S. N. (2019). *Teknik Self Management Dalam Pengelolaan Strategi Waktu Kehidupan Pribadi Yang Efektif*. Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, Vol 3 No 2, h. 125.
- Faiqotul, I. D. (2016). *Strategi Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar*. Jurnal Penelitian Humaniora, Vol 16 No 2, h.41.
- Siti, Haolah, A. (2018). *Pentingnya Kualitas Pribadi Konselor Dalam Pelaksanaan Konseling Individual*. (Fokus: Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Penelitian), Vol 1 No. 6, h. 222.

<http://fada.uinbanten.ac.id> Diakses pada tanggal 23 Maret 2022

Wawancara dengan responden SR pada 26 Mei 2022

Wawancara dengan responden TY pada 28 Mei 2022

Wawancara dengan responden SR pada 1 Juni 2022

Wawancara dengan responden TY pada 3 Juni 2022

Wawancara dengan responden TY pada 8 Juni 2022

Wawancara dengan responden SR pada 11 Juni 2022

Wawancara dengan responden TY pada 15 Juni 2022

Wawancara dengan responden SR pada 16 Juni 2022