

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulah, Muhammad, dan Salwa Nadia. *Peran Bimbingan Klasikal Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Persiapan Karir*. t.t.
- Abdullah, Karimuddin, Misbahul Jannah, Ummul Aiman, dkk. *Metode Penelitian Kuantitatif*. t.t.
- Ainiyah, Wafi Yanatul, dan Ahmad Sholihuddin. "Efektivitas Media Audio Visual Berbasis Aplikasi Spinning Wheel untuk Meningkatkan Hasil Belajar Maharoh Kalam Kelas VIII MTs Ma'murotul Husna." *Al-Wasil* 3, no. 1 (2025): 63–72. <https://doi.org/10.30762/alwasil.v3i1.5011>.
- Candra Susanto, Primadi, Dewi Ulfah Arini, Lily Yuntina, Josua Panatap Soehaditama, dan Nuraeni Nuraeni. "Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka)." *Jurnal Ilmu Multidisplin* 3, no. 1 (2024): 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504>.
- Elvia Khoiriyah¹, Zulfatul Azizah², Abdul Muhid. "Layanan Bimbingan Klasikal Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Ditengah Pandemicovid-19 : Literatur Review." *Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fkip Universitas Islam Jember* 4 (T.T.).
- Fitria, Linda, , Neviyarni, , Netrawati, dan Yeni Karneli. "Cognitive Behavior Therapy Counseling Untuk Mengatasi Anxiety Dalam Masa Pandemi Covid-19." *AL-IRSYAD* 10, no. 1 (2020): 23.
- Wawancara Agustinus Palawa, wawancara oleh penulis di UPT SMKN 2 Toraja Utara, Rantepao 19 januari 2026.
- Fridaram, Olivia, Elisabet Istharini, Petra Gian Cinta Cicilia, Asih Nuryani, dan Doddy Hendro Wibowo. "Meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta Didik dengan Bimbingan Klasikal Metode Cooperative Learning Tipe Jigsaw." *Magistrorum et Scholarium: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1, no. 2 (2021): 161–70.
- Haifa, Nurul Melani, Indah Nabilla, Virda Rahmatika, dan Rully Hidayatullah. "Identifikasi Variabel Penelitian , Jenis Sumber Data dalam Penelitian Pendidikan Pendidikan Bahasa Arab / Universitas Islam Negeri ImaHaifa, N. M.,

- Nabilla, I., Rahmatika, V., & Hidayatullah, R. (2025). Identifikasi Variabel Penelitian , Jenis Sumber Data.” : : *Jurnal Pendidikan dan bahasa* 2, no. 2 (2025): 256–70.
- Hasibuan, Uli Makmun, Della Putri Saharani, dan Feby Angel Auralia. *Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Mengurangi Frekuensi Ketergantungan Gadget Pada Siswa SMA Muhammadiyah 01 Medan*. 3, no. 2 (2025).
- Herawati, Jajuk. *Jurnal manajemen*. 7, no. 1 (2017): 27–33.
- Himawan, Alvin, dan Siti Fitriana. *Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Metode Jigsaw Terhadap Kontrol Diri Siswa Dalam Penggunaan Handphone Di Sekolah Pada Kelas Ix Smp Negeri 7 Pemalang*. 15 (2020).
- IAKN Toraja. *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Institut Agama Kristen Negeri Toraja*. 2022, 131.
- Indah Lestari, SantosoSantoso, Any Rahmawati. “Penguatan Karakter Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Klasikal dengan Experiental Learning.” *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana* (semarang indonesia), t.t., 1–529.
- Ir. Saefulah, M.T. *optimalisasi otak digital*. 1 ed. CV detak pustaka, 2025. “Lingkup Perkembangan Zaman: Transformasi Pola Pikir Manusia.” t.t.
- Machali, Imam. *Metode Penelitian Kuantitatif*. 3 ed. Disunting oleh Abdau Qurani Habib. Fakultas Ilmu Tarbiyan dan Keguruan, 2021.
- Mangantes, Meisie Lenny, dan Imanuel W. E. Taroreh. *Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar di Era Digital Serta Implikasinya Terhadap Proses Pembelajaran*. 1 (2025).
- Muyana, Siti. “Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling.” *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 1 (2018): 45.
- Nuranisa, Nina, dan Bambang Dibyo Wiyono. *Studi Implementasi Strrtategi Bimbingan Klasikal Di Smp Negeri 13 Surabaya*.

Padmasari, Azizah, dan Desy Safitri. *Penggunaan Media Sosial sebagai Distraksi Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 67 Jakarta*. 9 (2025).

Pramesti, Anisa Dian, Siti Masfuah, dan Sekar Dwi Ardianti. "Media Interaktif Nearpod Guna Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Educatio FKIP UNMA* 9, no. 1 (2023): 379–85.

Prof. Dr. Tri Wrahatnolo, M.Pd., M.T., Prof. Dr. Suparji, M.Pd., dan Prof. Dr. Ekohariadi, M.Pd. *pembelajaran mindful*. 1 ed. Karya Bakti Makmur Indonesia, 2026.

Purwandari, Ernisa, dan Zaenal Alimin. *Pengembangan instrumen perilaku adaptif bagi remaja dengan hambatan intelektual*. 2021.

Puspitasari, Lintang, Nita Rohayati, dan Devi Marganing Tyas. *Scroll atau Belajar? Tugas Tertunda di Era Digital: Pengaruh Kontrol Diri dan Adiksi Media Sosial pada Prokrastinasi Akademik Remaja Awal*. t.t.

Rahmatullah, Muh Madhani, Nael Nahdiah Azzahra, Dealova Savara, dkk. *Pendekatan Teknik Cognitive Behavioral Therapy dalam Konseling Kelompok*.

Rouf Mustofa, Muhammad dan Nurjannah. "COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPHY." *CONS-IEDU* 2, no. 1 (2022): 16–22.

Rusydiana, Lainy, Ade Ismail Fahmi, dan Devi Sulaeman. "Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Media Audio Visual." *Jurnal Tahsinia* 4, no. 1 (2023): 82–92. <https://doi.org/10.57171/jt.v4i1.348>.

Sadiyah, Sista Liana, dan Mufaro'ah. "Studi Tentang Kesulitan Fokus Anak dalam Pembelajaran: Tinjauan Psikologis dan Edukatif." *PIJAR: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran* 3, no. 1 (2024): 26–33. <https://doi.org/10.58540/pijar.v3i1.646>.

Sari, Anisa Permata, Silfia Hasanah, dan Muhammad Nursalman. "Uji Normalitas dan Homogenitas dalam Analisis Statistik." *Pendidikan Tambusai* 8, no. 2012 (2024): 51329–37.

Sauran, Aji Restu, dan Wandrio Salewa. "Teknik Cognitive Behavior Therapy Dalam Gangguan Kepribadian Bipolar." *Poimen Jurnal Pastoral Konseling* 3, no. 1 (2022): 74–91. <https://doi.org/10.51667/pjpk.v3i1.941>.

- Setyorini, Ragil, Firman Firman, dan Netrawati Netrawati. "Penerapan Konseling Individu Berbasis Cognitive Behavioral Therapy Dalam Meningkatkan Motivasi Siswa." *Guidance* 21, no. 02 (2024): 316–23. <https://doi.org/10.34005/guidance.v21i02.4282>.
- Siti Lutfiah, Qoqom Komariah, Ilham Adzikri, dan Imalatul Khairat. "Mengelola Pikiran Negatif dengan Teknik Self-Talk, Teknik Reframing dan Thought Stopping." *Mandub : Jurnal Politik, Sosial, Hukum dan Humaniora* 3, no. 2 (2025): 225–34. <https://doi.org/10.59059/mandub.v3i2.2577>.
- Sudiana, Naomi Preity Paramita, dan Firmanto Adi Nurcahyo. "Intervensi Internet Gaming Disorder pada Generasi Z." *Jurnal Penelitian Inovatif* 5, no. 1 (2025): 271–84. <https://doi.org/10.54082/jupin.594>.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta. Dalam Bandung: Alfabeta. 2016.
- Susanto, Aditiyo, Dini Rachmawati, dan Nanik Dwi Hastuti. *Meningkatkan Keaktifan Belajar Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Metode Games Based Learning Pada Peserta Didik Kelas VII A Smp N 36 Semarang*.
- Suwartono. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*.
- Tim Penulis : Edward Harefa, Achmad Ruslan Afendi, Perdy Karuru, dkk. *Buku Ajar Teori Belajar Dan Pembelajaran. Teori pembelajaran konstruktivis*. (Jl. Kenali Jaya No 166 Kota Jambi 36129), Februari 2024, 122.
- Wiguna, I. Gusti Rai Putra, Wati Wati, dan Marianto Marianto. "Pendekatan Terintegrasi Hipnoterapi Dan Cognitive Behavioral Therapy Dalam Penanganan Pasien Jiwa." *Healthy : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan* 3, no. 2 (2024): 133–40. <https://doi.org/10.51878/healthy.v3i2.3435>.
- Yusminanda, Iffa Masithah. "Distraksi pada Pekerja Daring Selama Berinteraksi dengan Internet." *Jurnal ILMU KOMUNIKASI* 16, no. 2 (2019): 175–90. <https://doi.org/10.24002/jik.v16i2.1310>.
- Yustika, Aprilia Dwi, dan Rizma Aulia Umsyani. *Efektivitas Penggunaan Canva untuk Mengatasi Distraksi Digital dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia di Kelas IX.5. t.t.*

- Zahara, Rika, Fadhlina Rozzaqyah, dan Fatiah Qonita. "Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Layanan Bimbingan Klasikal dengan Pendekatan Problem Based Learning di SMP Negeri 57 Palembang." *Guidance* 22, no. 02 (2025): 421–28. <https://doi.org/10.34005/guidance.v22i02.4854>.
- Zaki, M., dan Saiman Saiman. "Kajian tentang Perumusan Hipotesis Statistik Dalam Pengujian Hipotesis Penelitian." *JIIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 4, no. 2 (2021): 115–18. <https://doi.org/10.54371/jiip.v4i2.216>.