

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrohim, & Fadillah, K. S. N. (2024). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Kesepian dengan Perilaku Cyberslacking pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA. *Prosiding Berkala Psikologi*, 6, 467–471.
- Aguss, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Saat Bertanding Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Sejati. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 164. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.9117>
- Aini, L. N., & Rinaldi, M. R. (2023). Nomophobia Sebagai Moderator Antara Kontrol Diri Terhadap Cyberslacking Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. *Journal Psikogenesis*, 11(1), 67–76. <https://doi.org/10.24854/jps.v11i1.3947>
- Akbulut, Y., Dursun, Ö. Ö., Dönmez, O., & Sahin, Y.L. (2016). In Search of a measure to investigate Cyberslacking in educational settings. *Computers in Human Behavior*, 55, 616-625. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2025.11.002>
- Albar, A.D., & Ariyanto, M.S (2024)., Hubungan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Cyberslacking pada Mahasiswa, *Jurnal Ilmiah Psikologi Insani*. 9(2), 16-21.
- Alsya & Nurlaela, R. S. (2024). Sistem Pengambilan Contoh dalam Metode Penelitian. *Karimah Tauhid*, 3(6), 7228–7237. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i6.14047>
- Aliyah, R., Herlan, P., & Suhadianto. (2024). Stres Akademik dan Cyberslacking pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 446-461. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa>
- Anam, K., & Pratomo, G. A. (2019). Fenomena Cyberslacking pada Mahasiswa. *Intuisi Jorunal Psikologi Ilmiah*, 11(3), 202-210. <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/intuisi/article/view/23378>
- Aprilia, N. (2020). Pengaruh Kesepian dan Kontrol Diri terhadap Kecenderungan Ketergantungan Terhadap Ponsel. *Psikoborneo. Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 294. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4908>
- Arikuntu, S. (2013). Manajemen Penelitian. PT. Rineka Cipta

- Astuti, F. D., Sartika, R., & Suratradi, P. (2020). Pengaruh Tingkat Pengetahuan Kewirausahaan Terhadap Minat Menjadi Entrepreneur pada Mahasiswa (studi kasus mahasiswa UBSI cabang salemba 22 Jakarta), *Jurnal Pendidikan dan Kewirausahaan*, 7 (2), 1-12. <https://doi.org/10.47668/pkwu.v7i2.26>
- Azizah, M. (2020). Pengaruh Kemajuan Teknologi Terhadap Pola Komunikasi Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang (Umm). *Jurnal Sosiologi Nusantara*, 6(1), 45-54. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/jsn>
- Amin, N., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel Dalam Penelitian. *Buku Ajar Statistika Dasar*, 14(1), 15–31. <https://doi.org/10.21070/2017/978-979-3401-73-7>
- Azka, R. H., Rizki, M. F., Putri, E. A., Damayanti, M., & Gazadinda, R. (2023). Bagaimana Mahasiswa Menghadapi Kebijakan PPKM saat Pandemi? Eksplorasi Faktor Psikologis pada Kepatuhan terhadap Kebijakan Stay-At-Home. *Journal of Psychological Science and Profession*, 7(2), 40. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v7i2.44856>
- Azwar. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Pustaka Belajar.
- Bachtiar, N., Hasan, M. I., & Andodo, C. (2023). Stres Akademik Mahasiswa Kesehatan Terhadap Perubahan Psikologis, Fisiologis, Perubahan Motivasi Dan Kualitas Belajar Mahasiswa. *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 14(2), 11–20. <https://doi.org/10.36308/jik.v14i2.539>
- Bahari, A. K., Surur, A. A., Purwantie, D., & Afiati, N. S. (2021). Distraksi Digital : Studi Korelasional Antara Stres Akademik Dengan Cyberslacking. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional*, 1(December), 421–435.
- Chen. y., Chen, H., & Andrasik, F. (2021). Perceived Stress and Cyberslacking among Collage Students: The Mediating Roles Of Fatigue And Negative Coping Styles. 1-12
- Chrisnatalia, M., Leoniharza, D., & Bera Liwun, S. B. (2023). Self-Control dan Cyberslacking Pada Mahasiswa. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 2, 128–137. <https://doi.org/10.24246/j.js.2023.v13.i2.p128->

- Djoar, R. K., & Anggarani, A. P. M. (2024). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Stress Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1), 52–59. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v6i1.24064>
- Ednadita, G., Octavia, S., Khairunnisa, F. S., Rodhiyah, I., & Hendraputra, D. (2020). Effects of Self-Control on Cheating Among Indonesia Collage Students. *Indonesian Psychological Research*, 2(2), 87-95. <https://doi.org/10.29080/ipr.v2i2.246>
- Erindana, F. U. N., Nashori, H. F., & Tasaufi, M. N. F. (2021). Penyesuaian Diri dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(1), 11. <https://doi.org/10.31293/mv.v4i1.5303>
- Fadhallah R.A. (2021). *Wawancara*. UNJ Press.
- Fanzira. (2022). Pengaruh Self Control dan Motivasi Belajar terhadap Perilaku Cyberslacking pada Mahasiswa Uin Walisongo Semarang
- Febiana, I., & Simanjuntak, E. (2021) Self Regulated Learning dan Stres Akademik Pada Mahasiswa. 9(2), 144-153. <https://doi.org/10.33508/exp.v9i2>
- Firdaus, M. (2020). Kontrol Diri Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak. 14(1).
- Firdaus, M. (2021). Metodologi Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Analisis Regresi IBM SPSS Statistics Version 26.0. CV. Dotplus Publisher
- Fitriani, D., Fitriani, S., & Nihlatin Nisa, A. (2024). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Menyontek Pada Mahasiswa. *Jurnal Wahana Konseling*, 7 (1), 50-60, <https://doi.org/10.31851/juang.v7i1.15083>
- Grashinta, A., Gentary, A., & Syihab, A. (2022). Stres dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Pelaku Cyberslacking (Academic Stress and Procastination in Cyberslacking Students). *Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set*, 13(2), 176–188.
- Hafizah, S., & Ra'iyati, S. (2023). Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Perilaku Cyberslacking Mahasiswa. *Psycho Idea*, 21(2), 108. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v21i.16148>
- Hayati, R., (2023), Gambaran Stres Akademik Mahasiswa Bimbingan Konseling.

9(1), 13-22

- Hertanto, E. (2017). Perbedaan Skala Likert Lima Skala dengan Skala Likert Empat Skala. *Jurnal Metodologi Penelitian*, 2-3
- Husniah, W. O., & Fauzi, M. I. (2023). Teknik Emotion Focused Coping Untuk Mengatasi Stres Akademik Mahasiswa Melalui Konseling Individual. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 438-442.
- Hansen. (2023). Etika Penelitian: Teori dan Praktik Manajemen Kontrak Konstruksi View project. Podomoro University Press, January, 1. <https://www.researchgate.net/publication/367530183>
- Inrdriyani, S., & Handayani, N. S (2018). Stres Akademik dan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 153-160. <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2260>
- Ihsan, H. (2015). Validitas Isi Alat Uukur Penelitian: Konsep Dan Panduan Penilaiannya. *Pedagogia Jurnal Ilmu Pendidikan*, 13(3), 173. <https://doi.org/10.17509/pedagogia.v13i3.6004>
- Ilhamsyah, F., Margareta, I., Pratiwi, Amanda, S. L., & Alrefi. (2023). Gambaran Umum Stress Akademik Mahasiswa Keguruan di Palembang. *Kopendik: Jurnal Ilmiah Kopendik (Konseling Pendidikan)*, 2(2), 71–78.
- Jailani, Syahrani, Jeka, & Firdaus. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Kurnia, D. A. N., & Rinaldi, M. R. (2024). Kepribadian Agreeableness dan Cyberslacking pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 9(2), 2–7. <https://doi.org/10.26858/talenta.v9i2.46187>
- Karos, A. K., Suarni, W., & Sunarjo, I. S (2021). Self Regulates Learning dan Stres Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Sublimapsi*, 2(3), 62-72. <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v5i2.44927>
- Lestari, B. S., & Purnamasari, A. (2022). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Problem Focused Coping dengan Stres Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 4(1), 56
- Lorenza, T. (2021). Pengaruh Penggunaan Model Inside Outside Circle (Ioc)

- Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Tematik Terpadu Kelas Iv Sdn Gugus V Kecamatan Sutera. *Didaktik : Jurnal Ilmiah Pgsd Stkip Subang*, 7(02), 415-426. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v7i02.235>
- Madjid, A. N. F., Aswar, & Tajuddin, A. (2022). Effects of Self-Control Ability in Pressing Aggressive Behavior. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 6(1), 1–11.
- Margaretha, M., Sherlywati, Monalisa, Y., Mariana, A., Junita, I., Martalena, Iskandar, D., & Nur. (2021). Cyberslacking behavior and its relationship with academic performance, 10(4), 1881-1892. <https://doi.org/10.12973/EU-JER.10.4.1881>
- Marsya Nurhariza, F., & Karimah, A. (2023). Persepsi Mahasiswa tentang Stres Akademik dan Dampaknya pada Motivasi Belajar Mahasiswa Semester 5 Bimbingan Penyuluhan Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *TARBIYAH: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(2). <https://jurnal.diklinko.id/index.php/tarbiyah/Published:31Desember2023https://jurnal.diklinko.id/index.php/tarbiyah/>
- Megananda, D., & Hertinjung, W. (2021). Cyberloafing Mahasiswa pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 Ditinjau dari Kontrol Diri. *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan IV, 1998*, 118–129.
- Merfin Hidayat, Aseng, A. C., Tumbel, N. J., & Pandeiro, L. B. (2023). Sikap Kontrol Diri dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswa: Studi Empiris pada Mahasiswa FKIP Universitas Klatat. *Jurnal Informatika Ekonomi Bisnis*, 5, 403–408. <https://doi.org/10.37034/infv5i2.568>
- Maharani, I., & Budiman, A. (2020). Hubungan Stres Akademik dengan Prokratinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Masa Pandemi. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 693-699. <https://doi.org/10.29313/x6i2.24257>
- Meleong, J. L.(2017). Metodologi Penelitian Kuantitatif
- Muetya, sena G., Rifai, M., & santoso, teguh, panji, M. (2022). Nusantara : Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial Perpajakan. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(4), 1483–1490.
- Mulyani, S. R. (2021). Metodologi Penelitian. Widina Bhakti Persada Bandung.
- Mumtaza, S. N. U. R., Kumalasari, A., & Anggriani, D. (2023). Cyberslacking

- dalam Pembelajaran Daring: 14(1)
- Nasir, N., Adetya, S., Viena Yuliana, Y., Bhayangkara Jakarta, U., Harsono No, J. R., & Minggu, P. (2023). Dampak Cyberslacking pada Tingkat Pembelajaran Mahasiswa. *Journal on Education*, 05(02), 4624–4632.
- Neliwati, S. . (2018). Metodologi Penelitian Kuantitatif (Kajian Teori dan Praktek). CV. Widya Puspita.
- Ningtias, Y. C., & Magistarina, E. (2023). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Perilaku Cyberloafing Pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang. *Journal Of Social Science Research*, 3(5), 10054–10062.
- Nofitriani, N. N. (2020). Dampak Cyberslacking pada Mahasiswa. 4(1), 53-65
- Nurahmy, A., Nur, M., & Nurdin, H. (2023). Hubungan Regulasi Diri Dalam Belajar Dengan Perilaku Cyberslacking pada Mahasiswa di Kota Makassar. 3(1), 234-246
- Nurandini, H., Nuryani, R., & Lindasari, S. W. (2024). Korelasi antara konformitas dengan cyberslacking pada mahasiswa. 18(3), 389–397.
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). Buku Ajar Dasar-dasar Statistik Penelitian. In *Sibuku Media*.
- Nuzula, I., & Nur Fahmawati, Z. (2024). Pengaruh Akademik Bouyancy dan Kontrol Diri Terhadap Cyberslacking pada Mahasiswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 588-602. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6059>
- Oktaviani, M. A. (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4), 549–556. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i4.4832>
- Padillah. (2021). Analisis Kecenderungan Perilaku Cyberslacking terhadap Resiliensi akademik mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 5(4), 103-107
- Pangestu, Y. P. D. A., & Mamahit, H. C. (2024). Stres Akademik dan Prokratinasi Akademik dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa. *Psiko Edukasi*, 22(1), 50-70. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v22i1.5605>
- Papilaya, J. O., & Huliselan, N. (2016). Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*. 15(1), 56. <https://doi.org/10.14710/jpu.15.1.56-63>

- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The Impact Of Streson students. *International Journal Of Adolescence and Youth*, 25(1), 104-112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Pranitasari, D., Afifah, N., Prastuti, D., Hermastuti, P., Syamsuar, G., & Suryono, D.W (2023). Self Control, Self Awareness dan Kejenuhan Belajar pada Cyberslacking Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring. *Media Manajemen Jasa*. 11(1), 56-68. <https://10.52447/mmj.v11i1.6978>
- Pedhu, Y., & Date Doni, A. M. (2022). Kontrol Diri Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psiko Edukasi*, 20(2), 165–175. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v20i2.3540>
- Priadana, S., & Sunarsi, D. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. In *Pascal Book* (Vol. 11, Issue 1).
- Purwantonono. (2018). Teknik Penyusunan Intrument. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1).
- Putra, H. H., & Dewi, fransisca I. (2024). Peran Kontrol Diri Terhadap Perilaku Cyberslacking pada Mahasiswa. *Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(4), 1179–1187.
- Putri, P. K., Risnawati, E., & Avati, P. (2022). Stress Akademik Mahasiswa Semester Awal Dan Mahasiswa Semester Akhir: Studi Komparatif Dalam Situasi Pembelajaran Daring. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 20(2). <https://doi.org/10.47007/jpsi.v20i2.232>
- Rahayu, P. P., Irsyadiah, A. U. I., Fitriyatinur, Q., & Indiarti, P. T. (2021). Jurnal Pengabdian Sosial Indonesia (Journal of Indonesian Social Service) Pemberian Edukasi Kepada Masyarakat Tentang Generasi z dan Keunikannya. *Jurnal Pengabdian Sosial Indonesi*, 1, 43–53. <https://dx.doi.org/10.23960/Jpsi/v1i1.43-53>
- Ramadhan, M. F., Siroj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Validitas and Reliabilitas. *Journal on Education*, 6(2), 10967–10975. <https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.4885>
- Rahim, A., Putra, F., & Solina, W. (2022). Ketercapaian Tugas Perkembangan Mahasiswa Pada Masa Dewasa Awal di Universitas PGRI Sumatera Barat

- (Studi pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018). *Jurnal Wahana Konseling*, 5(1), 70-79. <https://doi.org/10.31815/juang.v5i1.7692>
- Rahmatia, N., Razak, A., Ahmad, A. T. (2024). Smartphone Addiction dan Perilaku Cyberslacking pada Mahasiswa. 4(2), 10-19
- Ridha, N. (2020). Paradigm. *Computer Graphics Forum*. 39(1), 672-673.
<https://doi.org/10.1111/cgf.13898>
- Riyansyah, R., Puspitadewi, L., & Ramadani, I. (2024). Kesehatan Mental Remaja: Analisis Keterkaitan Kontrol Diri dan Interaksi Sosial. *Itisyfa:Journal Of Islamic Guidance and Counseling*, 2(3), 410-419
- Rosita, E., Hidayat, W., & Yuliani, W. (2022). Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner. *Fokus (Kajian Bimbingan dan Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(4), 279. <https://doi.org/22460/fokus.v4i4.7413>
- Santri, D. D., Nurrochmah, C., & Pradana, H. H. (2025). Dinamika Quarter Life Crisis pada Masa Dewasa Awal. 3(1), 118–131.
- Saragih, E, S. (2020). Kontrol Diri dan Kecenderungan Internet Addiction Disorder. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 4(1), 57.
<https://doi.org/10.26623/philanthropy.v4i1.1859>
- Satwika, Y. W., & Dinarti, K. L. (2022). Hubungan Stres Akademik dengan Perilaku Cyberloafing pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7), 84–95.
- Shabrina, N., Darmadi, D., & Sari, R. (2020). Pengaruh Motivasi dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan CV. Muslim Galeri Indonesia. *Jurnal Madani: Ilmu Pengetahuan, Teknologi, Dan Humaniora*, 3(2), 164–173.
<https://doi.org/10.33753/madani.v3i2.108>
- Shabrina, R. M. (2020). Uji Normalitas. *Doctoral Dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2017). *Research Methods for Psychology*. Wiley
- Silaen, S. (2018). *Metodologi Penelitian Sosial Untuk Penulisan Skripsi dan Tesis*. In media
- Simanjuntak, E., Fajrianti, F., & Purwono, U. (2019). Skala Cyberslacking Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 55.

<https://doi.org/10.14710/jp.18.1.55-68>

- Simbolon, L. L. (2020). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Cyberslacking Mahasiswa Universitas Hkbp Nommensen Medan. 7(2). <http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/4661>
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). Dasar Metodologi Penelitian
- Sugiyono. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.
- Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R dan D. Alfabeta.
- Syafiqah, N. (2025). Hubungan Boredom dengan *Cyberslacking*. 3, 3894–3900.
- Syarifah, Purwantini, L., & Hanoum, M. (2025). Stres akademik dan academic flow terhadap perilaku cyberloafing pada mahasiswa tingkat akhir. 17(1), 15–30.
- Tarigan, M., & Silaban, D. F. (2024). Pendahuluan Statistika Deskriptif Ukuran frekuensi Ukuran pemusatan. 4(2), 187–195.
- Wahyu, W. (2017). Mengakomodasi Efek Metode dalam Pengujian Validitas Konstruk Melalui Analisis Faktor Konfirmatori. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 37. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v1i1.478>
- Wardhana, A. (2024). Uji Validitas , Uji Reliabilitas , dan Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Jalur Menggunakan SPSS (Issue August).
- Wibowo, R. A., Kurniawan, A. A., Elektro, T., & Tidar, U. (2020). Theta Omega : Journal o f Electrical Engineering , Computer a nd Information Technology. *Journal of Electrical Engineering, Computer and Information Technology*, 1(2), 1–6.
- Zamzani, S., Ahmad, & Ahkam, M. (2024). Hubungan Regulasi Diri Dengan Cyberslacking Pada Mahasiswa Di Universitas Negeri Makassar. *Pinisi Journal of Education*, 4(2), 26–34.
- Zikri, T. R., & Tumin, T. (2024). Pengaruh Penggunaan Media Sosial TikTok terhadap Hasil Belajar PAI Peserta Didik di SMP Muhammadiyah 1 Minggir. *Cendekia : Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah*, 1(5), 221–230. <https://doi.org/10.62335/ddzx2v40>
- Zulfah, (2021). Karakter: Pengembangan Diri. *Jurnal Pendidikan*, 1(1), 28–33