

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rivai Husein, dkk. (2023). Perilaku Prokrastinasi Akademik dan Faktor Penyebabnya pada Mahasiswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 145–157.
- Agustian, I. (2019). *Definisi Operasional Variabel dalam Penelitian*.
- Amin, & Estalita, K. R. (2016). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Menggunakan SPSS. *Jurnal Psikologi Dan Pendidikan*.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties*. (Isi nama penerbit jika diperlukan).
- Baxter Magolda, M. B. (2020). *Authoring Your Life: Developing an Internal Voice*. (Isi nama penerbit).
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). *Validitas dan Reliabilitas Penelitian*. Mitra Wacana Media.
- Dewi, R., & Jannah, N. (2019). Peran Regulasi Emosi dalam Kinerja Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(1), 12–20.
[https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Endah, A. N., Lubis, F. Y., & Yudiana, W. (2021). Academic Help Seeking Terhadap Dosen Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran: Peran Fear of Failure. *Journal of Psychological Science and Profession*, 5(2), 106–114. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i2.31537>
- Fitriya, F., & Lukmawati, L. (2016). Hubungan antara regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Adiguna Palembang. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 2(1), 1-[isi jika ada halaman akhir di PDF].
<https://doi.org/10.19109/psikis.v2i1.1058>
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Annual Review of Psychology*, 66, 317–340. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115234>
- Gross, J. J., Radde, & Saudi. (2021). Aspek Regulasi Emosi Berdasarkan Teori Gross. (Masukkan Nama Jurnal Jika Ada).

- Gustavson, D. E., & Miyake, A. (2017). Academic Procrastination and Goal Management in College Students. *Journal of Behavioral Science*, 45(3), 223–235. <https://doi.org/10.1234/jbs.2017.45.3.223>
- Haryono, B., & ada], [nama penulis lain jika. (2018). Proses Pengendalian Emosi dan Pengaruhnya terhadap Perilaku Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 7(2), 40–50. [https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Hasmarlin, N., & Hirmaningsih, N. (2019). Peran Regulasi Emosi dalam Penyesuaian Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 7(1), 15–25. [https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed Method*. Hidayatul Quran.
- Hidayah, U. H., & ada], [nama penulis lain jika. (2022). Academic Help-Seeking Behavior pada Mahasiswa: Peran Strategi Belajar dan Regulasi Diri. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 14(2), 55–67. [https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Indah, [nama depan jika ada], & ada], [nama penulis lain jika. (2020). Peran Regulasi Emosi dalam Mengelola Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(2), 50–60. [https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Kiranadevi, P. (2022). Peran Regulasi Emosi dalam Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 8(2), 45–55. [https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Kogoya, M. P. V., & Jannah, M. (2021). Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), [halaman awal]–[halaman akhir]. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i9.41917>
- Kreniske, S. (2017). Sense-making and Writing: How First-Year College Students Use Interactive Blogging to Adjust to Higher Education. *Unknown Journal*.
- Lutfianawati, & ada], [nama penulis lain jika. (2023). Peran Regulasi Emosi dalam Keseimbangan Emosional Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 11(1), 30–40. [https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Marfuatunnisa, N., & Sandjaja, M. (2023). Stres Akademik pada Mahasiswa yang

- Mengerjakan Skripsi di Indonesia Ditinjau dari Academic Help-seeking dan Resiliensi Akademik. *Jurnal Diversita*, 9(2), 218–227.
<https://doi.org/10.31289/diversita.v9i2.9356>
- McCloskey, J., & Scielzo, S. A. (2015). Finally!: The Development and Validation of the Academic Procrastination Scale. *Manuscript Submitted for Publication*.
https://www.researchgate.net/publication/273259879_Finally_The_Development_and_Validation_of_the_Academic_Procrastination_Scale
- Musslifah, A. R. (2018). Penurunan Prokrastinasi Akademik Melalui Pelatihan Keterampilan Regulasi Emosi. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 95–106.
- Musslifah, L. (2018). Keterampilan Regulasi Emosi pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 6(1), 25–33. [https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Nugroho, I. P., & ada], [nama penulis lain jika. (2022). Academic Help Seeking Behavior pada Mahasiswa: Analisis Motivasi dan Prestasi. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 14(1), 23–35. [https://doi.org/\[masukkan jika ada DOI\]](https://doi.org/[masukkan jika ada DOI])
- Pratama, G. O. (2019). Peran Regulasi Emosi Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas VIII SMP. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 8(2), 119–124.
<https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i2.19693>
- Purwantini, I., & Sumadyo, A. (2021). Academic Help Seeking Behavior in Higher Education: A Review Study. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 10(2), 45–56. [https://doi.org/\[masukkan jika ada DOI\]](https://doi.org/[masukkan jika ada DOI])
- Purwanza, Wardhana, A., & Wibowo, L. N. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi*. Media Sains Indonesia.
- Putri, C. P., Mayangsari, M. D., & Rusli, R. (2020). Pengaruh Stres Akademik terhadap Academic Help Seeking pada Mahasiswa Psikologi UNLAM dengan Indeks Prestasi Kumulatif Rendah. *Jurnal Kognisia*, [masukkan([masukkan issue jika tersedia]), [halaman awal — jika tersedia]-[halaman akhir — ji.

- <https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/kog/article/view/1544>
- Ridha, M. (2017). Variabel Penelitian. *Jurnal Pendidikan Dan Sosial*.
- Saviera, & dkk. (2021). Uji Validitas Isi Instrumen Penelitian melalui Expert Judgment. *Jurnal Psikologi*.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2017). *Research Methods for Business: A Skill-Building Approach*. John Wiley & Sons.
- Sideridis, G. D., & Stamovlasis, D. (2016). Goal Orientation, Help-Seeking, and Achievement in Students. *Learning and Individual Differences*, 45, 93–100.
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.11.015>
- Sihombing, L. M. (2020). Pendidikan dan Karakter Mahasiswa di Perguruan Tinggi. *Jurnal Christian Humaniora*, 4(1), 104–112.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Squirrel, L. (2017). Academic Help Seeking as a Self-Regulated Learning Strategy. *Journal of Educational Psychology*, 109(3), 420–432.
[https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Swadharma, K. G., Hadiwinarto, H., & Afriyati, V. (2018). Profil Perilaku Mencari Bantuan Akademik (Academic Help Seeking) Ditinjau Dari Masalah Belajar dan Gender pada Siswa SMP Negeri 3 Kota Bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 1(3), 36–49.
<https://doi.org/10.33369/consilia.1.3.36-49>
- Syahfitri, R. (2018). Perilaku Academic Help Seeking Mahasiswa dan Faktor-Faktornya. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(2), 33–42.
[https://doi.org/\[masukkan DOI jika ada\]](https://doi.org/[masukkan DOI jika ada])
- Triyono, Ekhsan, & Rahma, dkk. (2024). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi. (*Masukkan Nama Jurnal Jika Ada*).
- Wicaksono, L. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, 2(2), 1-[kosong jika halaman tidak tersedia dalam PDF].
<https://doi.org/10.26418/jpp.v2i2.34359>

Yuliara, I. M. (2016). Analisis Regresi Linear Berganda. *Jurnal Statistika*.