DAFTAR PUSTAKA

Almadan, Nur Muhammad Ridho. "Implementasi Layanan Informasi Dalam Menanggulangi Tindakan Cyberbullying Di Sma Swasta Al–Maksum Desa Cinta Rakyat Kecamatan Percut Sei Tuan." *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 1 (2023): 113–31.

Alperi, Muzanip. "Peran Bahan Ajar Digital Sigil Dalam Mempersiapkan Kemandirian Belajar Peserta Didik." *Jurnal Teknodik*, 2020, 99–110. https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i1.479.

Amatul Firdausa Nasa, Meria Susanti, Lala Septiyani Sembiring, Rahmi Fahmy, Rusli5, Meifal, Tri Rahayuningsih, Siska Oktari, Yosea Kurnianto. "Kepercayaan Diri Generasi Z Indonesia Memasuki Dunia Kerja: Gambaran Self-Perceived Employability." *Jurnal Ilmu Perilaku* 6 (2022): 188–205.

Andri Sahata Sitanggang, Mochammad Hatta Kimura Raya Ramkar, Naufal Azhar, Astika Ayu Pratiwi, Ferdian Dwi Saputra. "Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa: Kajian Terhadap Korelasi Intensitas Penggunaan Dan Tingkat Kecemasan." *Inovasi Kesehatan Global* Volume. 2, (2025).

Ani Lufianti , Ahmad Saefudin, Muhammad KhotibulUmam. "Peranan Self Efficacy Dalam Meningkatkan Minat Belajar." *Journal of Learning and Teaching* 01, no. 1 (2024): 5–15.

Ardhana Reswari, Muhammad Roda'i, A. Ghufran Ferdiant, Hesti Kusumawati, Eko Ariwidodo, Mukarramah Yusuf, Fatati Nuryana, Wadhan, Edward Ngil,

Farid Firmansyah, Virgiawan Cikal Permana, Sri Handayani. *Metodologi Penelitian*. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2025.

Ardi, Zadrian, Frischa Meivilona Yendi, and Ifdil Ifdil. "Konseling Online : Sebuah Pendekatan Teknologi Dalam Pelayanan Konseling." *Konseling, Jurnal* Volume 1, (2013): 1–5.

Aryani, Farida, Sella Mewarni, Muhammad Rais, and Muhammad Rafli. "Optimalisasi Layanan Kesehatan Mental Di Kalangan Mahasiswa Melalui Pengembangan Model Konseling Online." *Seminar NAsional Hasil Penelitian*, 2024, 1510–18.

Astuti, Sri Wahyuning. "Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Pasca Pandemi Covid Post-Covid Pandemic Use of Sosial Media on Student Mental Health." *Promedia, (Public Relation Dan Media Komunikasi)*, no. 2 (2022): 220–40.

Azwar, Saifuddin. *Validitas Dan Reliabilitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.

Bandura, Albert. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman, 1997.

———. *Self-Efficacy In Changing Societies*. *Self-Efficacy in Changing Societies*. America: Cambridge University Press, 1997. https://doi.org/10.1017/cbo9780511527692.009.

Covey, Stephen R. *The 7 Habits of Highly Effective People: Powerful Lessons in Personal Change*. Simon & Schuster, 2013.

Elly Aulia Sujani, Tiara Meidiani Putri, Amelia Rahayu, Wanda Hamidah, Iis Lisnawati. “Analisis Gaya Belajar Mahasiswa Gen Z.” *Jurnal Genta Mulia* 4, no. 1 (2024): 1–6.

Faujani, Fajrina Putri, Wahyu Ayuda, Budi Agung Prasetya. “The Influence of Self-Efficacy , Motivation to Enter the World of Work and Training on Work Readiness of Generation Z of Students in Cirebon.” *Al Tijarah* 11, no. 1 (2025): 19–34.

Fayrus, and Abadi Slamet. *Model Penelitian Pengembangan (RnD)*, 2022.

Fitriani, Yuniar, Nadia Mutiara, and Nurul Febri Hardiyanti. “Pentingnya Self Improvement Untuk Meningkatkan Kualitas Diri.” *Journal of Information Systems and Management* 04, no. 01 (2025): 20. https://jisma.org.

Ghozali, Imam. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2018.

Hakiki, Muhammad, Arisman Sabir, and Ana Maryana. “Efektivitas Modul Digital Berbasis E-Learning Pada Matakuliah Pendidikan Karakter Di Stkip Muhammadiyah Muara Bungo.” *Jurnal Muara Pendidikan* 7, no. 2 (2022): 269–78. https://doi.org/10.52060/mp.v7i2.901.

Haqiqi, Rahmat Hidayatul. “Upaya Self Improvement Melalui Prinsip Atomic Habits Dalam Al - Qur ’ An (Kajian Tafsir Tematik Q . S . Al - Hashr [59 : 18]),” 2025.

Hasanudin, Aktsa Sharikha, Kurniati, and Mita Septiani. “Karakteristik Modul

Digital Berbasis Interactive Flipbook Pada Mata Kuliah Evaluasi Program Untuk Mendorong Pembelajaran Self Integrated Di Perguruan Tinggi." *Prosiding Teknologi Pendidikan* 1 (2) (2022): 1–7. https://pkm.uika-bogor.ac.id/index.php/PTP/article/view/1295.

Hasyudi, Muhammad Alif, and Nurhaeda Latief, Fitriani. "Pengaruh Self Management Dan Self Improvement Terhadap Kualitas Mahasiswa Pada Institut Teknologi Dan Bisnis Nobel Indonesia." *Jurnal Ilmiah Bisnis & Kewirausahaan* 14, no. 2 (2025): 261–72.

Hayati, Ria. "Implementasi Pendidikan Karakter Cerdas Format Klasikal (PKC-KA) Dalam Layanan Informasi." *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 9, no. 1 (2019): 89–101.

https://quran.nu.or.id/ali-imran/139. "QS. Al-Baqarah Ayat 286," n.d.

Indah, Dwi, Gita Cahyani, and Endah Mastuti. "Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Perantau Pada Pembelajaran Di Masa Pandemi Covid-19." *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental* 2, no. 1 (2022): 789–98.

Ishak, Moh, Bagus Baydhowi, Moh Mahfud, and Mas'odi. "Gen Z Dalam Dunia Pendidikan." *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik* 2, no. 1 (2025): 328–38. https://doi.org/10.61722/jmia.v2i1.3351.

Kencono, Sekar Lintang, Zefanya Angelique Napitupulu, Ahmad Zaka Abqori, Shallaisya Ainnur Fatiha, and Melly Amalia Vardia. "Hubungan Self-Efficacy Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri

Malang." *Flourishing Journal* 4, no. 12 (2024): 571–79. https://doi.org/10.17977/um070v4i122024p571-579.

Khuluq, Ahmad Ahsanul, Moh Rifqi, and Falah Al. "Keseimbangan Antara Ujian Dan Kemampuan Manusia : Telaah Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 286 Dalam Tafsir Al-Mishbah." *Journal of International Multidisciplinary Researchm Keseimbangan* 2 (2024): 16–25.

Kuserawati, Selvia, and Ika Andrini Farida. "Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Universitas Negeri Malang." *Flourishing Journal* 2, no. 4 (2022): 277–90. https://doi.org/10.17977/um070v2i42022p277-290.

Lubis, May Sari, Anada Leo Virganta, and Putra Afriadi. "Kelayakan Modul Digital Berbasis Project Pada Mata Kuliah Musik Anak Usia Dini" 9, no. 2 (2023): 384–93.

M. Rosyid Alfazani, Dinda Khoirunisa A. "Faktor Pengembangan Potensi Diri: Minat/Kegemaran, Lingkungan Dan Self Disclosure (Suatu Kajian Studi Literatur Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial)." *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial* 2, no. 2 (2021): 586–97. https://dinastirev.org/JMPIS.

Miftah, Ahmad, Farida Aryani, Arnidah, Muhammad Anas, Abdul Saman. "Developing a Web-Based Online Counseling Service Application." *Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling* 8, no. 2 (2022): 1–6.

Mulawarman, Mulawarman, Eni Rindi Antika, Sigit Hariyadi, and Shania Dea

Menany. “Konseling Online Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis.” *Teraputik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 3 (2022): 266–74. https://doi.org/10.26539/teraputik.53798.

Mutiara, Tejarukmi, and Dianti E Kusumawardhani. “Hubungan Intensitas Penggunaan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Dengan Keterlibatan Belajar Mahasiswa Generasi Z.” *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan* Volume 5, (2020): 192–201.

Nadhifah, Hafsya Afra, Muhammad Arif Budiman Sucipto, and Hanung Sudibyo. “Tingkat Perilaku Konsumtif Generasi Z Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan.” *Jurnal Fokus Konseling* 10, no. 1 (2024): 17–27.

Nayla, Muthia Rahman. “Memahami Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Muthia.” *Jurnal Ilmiah Mutiara Pendidikan* 2, no. 1 (2024): 44–56.

Nurfitri, Aldila Dyas. “Perilaku Pengguna Media Sosial Beserta Implikasinya Ditinjau Dari Perspektif Psikologi Sosial Terapan.” *Buletin Psikologi* 25, no. 1 (2017): 36–44. https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.22759.

Pandang, Abdullah, Farida Aryani, Suciani Latif, Akhmad Harum, Universitas Negeri Makassar, Universitas Negeri Makassar, Universitas Negeri Makassar, Universitas Negeri Makassar, and Universitas Negeri Makassar. “Analisis Kebutuhan Pengembangan E-Brief Counseling Untuk Penguatan Self-Regulated Learning Mahasiswa.” *Jurnal Konseling Andi Matappa* 9 (2025): 9–10.

Prasetyo, Dimas Adi, and Akhmad Fajar Prasetya. “Pengembangan E-Modul Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Home Room Tentan g Self Efficacy Pada Siswa SMP Muhammadyah 1 Kalasan” 4, no. 2 (2022): 69–76.

Prayitno, and Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: Rineka cipta, 2013.

Prensky, By Marc. *Digital Natives , Digital Immigrants*. New York: MCB University Press, 2001.

Primack BA, Shensa A, Sidani JE, Whaite EO, Lin LY, Rosen D, Colditz JB, Radovic A, Miller E. “Social Media Use and Perceived Social Isolation Among Young Adults in the U.S.” *Am J Prev Med*, 2017.

Putra, Fadli Padila, Eva Latipah, and Yayan Suryana. “Korelasi Self-Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Sosiologi.” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman* 9, no. 1 (2023): 51. https://doi.org/10.31602/jbkr.v9i1.11237.

Putra, Grahadi Purna. “Permasalahan Hukum Dalam Perlindungan Konsumen Terhadap Produk Digital : Tantangan Dan Solusi Di Era E- Commerce.” *Jurnal Hukum Bisnis* Volume 13, no. November (2024): 1–10.

Reza Syarwanda, Hajjul Kamil. “Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh.” *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan* Volume 4, (2019).

Ria Dul Janna, Yovita, Rian Vebrianto. “Pengembangan E-Modul Berbasis

Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Dan Hasil Belajar Siswa" 7 (2023): 139–46.

Richards, D., & Viganó, N. "Online Counseling : A Narrative and Critical Review of the Literature." *Journal of Clinical Psychology* 69, 9 (2013): 994-1011.

Rusandi, M. Arli, and Ali Rachman. "Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi (Solution Focused Brief Therapy) Untuk Meningkatkan Self Esteem Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling FKIP Unlam Banjarmasin." *AL'ULUM* 62, no. 4 (2014).

Saputra, Agra Dwi. "Peran Guru Kelas Dalam Mengampu Tugas Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah." *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah* 6, no. 2 (2022): 389–400. https://doi.org/10.35931/am.v6i2.977.

Shofiah, Vivik, and Raudatussalamah. "Self- Efficacy Dan Self- Regulation Sebagai Unsur Penting Dalam Pendidikan Karakter." *Kutubkhanah: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan* 17, no. 2 (2015): 214–29.

Silviana, Amy Dwi. "Peran Self-Efficacy Terhadap Kemandirian Berkarya Studi Kasus Pada Individu Dengan Skizofrenia Pasca Rehabilitasi Sosial," 2025.

Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta, 2018.

Sulastri, Helmi Putri, Asep Irvan Irvani, and Resti Warliani. "Pengembangan

Modul Digital Fisika Berbasis Project Based Learning (PjBL) Dalam Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik." *Optika: Jurnal Pendidikan Fisika* 8, no. 1 (2024): 97–111. https://doi.org/10.37478/optika.v8i1.3696.

Sunaryanto, Ketut, and Olivia Idrus. "Karakteristik Generasi Z Dan Dampak Produktivitas Kerja Pada Dunia Kerja Di Indonesia." *Jurnal Sains Dan Teknologi* 7, no. 3 (2025): 37–43. https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/saintek/article/view/3892.

Syaodih, Sukmadinata dan Nana. *Metode Penelitian Pendidikan: Kualitatif, Kuantitatif Dan RND*. Bandung: Alfabeta, 2013.

Wahdati, Dini, and Zulkipli Lessy. "Konsep Self Efficacy Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Hadis Serta Implikasinya Terhadap Pembentukan Karakter Peserta Didik." *Jurnal Pendidikan Dasar Islam* 9, no. 1 (2026): 74–87.

Wahyu Nanda Eka Saputra , Augusto Da Costa, Said Alhadi. "Creative Solution Focused Counseling Models (CSFCM): Strategi Kreatif Untuk Mengembangkan Self-Regulated Learning Siswa." *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 3, no. 4 (2024).

Widiana, Ferlinda Herdianti, and Brillian Rosy. "Pengembangan E-Modul Berbasis Flipbook Maker Pada Mata Pelajaran Teknologi Perkantoran." *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan* 3, no. 6 (2021): 3728–39. https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i6.1265.

Wijaya, Amal Danuarta. "Dampak Rendahnya Self Efficacy Pada Mahasiswa Tingkat Akhir : Sebuah Studi Literatur." *JUBIKOPS : Jurnal Bimbingan*

Konseling Dan Psikologi 4, no. September (2024): 115–26.

Yelly, Prina. “Pengembangan E-Modul Membaca Lanjut Berbasis Digital Interaktif Untuk Meningkatkan Kompetensi Literasi Akademik Mahasiswa Perguruan Tinggi” 22, no. 1 (2025): 1–4.

Zulkifli, Ilham Kamaruddin, Deri Firmansah, Ade Putra Ode Amane Nasarudin, and Moihammad Ardani Samad Haerudin. *Metodologi Penilaian Kuantitatif*. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2022.