





































































































































































































































dewasa awal: sebuah studi kasus. *Jurnal psikologi kepribadian dan Sosial*, 1(2), 53-59.

Dr, P. (2008). *Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. CV. Alfabeta, Bandung.

Elvina, S. N. (2019). Teknik self management dalam pengelolaan strategi waktu kehidupan pribadi yang efektif. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(2), 123-138.

Gea, A. A. (2014). Time management: Menggunakan waktu secara efektif dan efisien. *Humaniora*, 5(2), 777-785.

Herdiansyah, H. (2011). *Metode penelitian kualitatif [Qualitative research methods]*. Jakarta: Salemba Humanika.

Joko, S. (2004). *Metode Penelitian dalam teori dan praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Kholisa, N. (2012). Hubungan manajemen waktu dengan efektivitas kerja karyawan. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 1(1).

Moleong Lexy, J. (2011). *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2001), Cet. 1 M. Suqi Amin dan Hasan Ali Utbah, *Al-Mu'jam Al Wasit*, Juz I, (Kairo: Darul Kutub, 1982). Narwani Sri.

Monica, M. A., & Gani, R. A. (2016). Efektivitas layanan konseling behavioral dengan teknik self-management untuk mengembangkan tanggung jawab belajar pada peserta didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar

- Lampung tahun ajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 119-132.
- Nisa, M. A. (2019). *MANAJEMEN WAKTU SANTRI TAHFIDZ DAAR AL-FURQON DESA JANGGALAN KECAMATAN KOTA KABUPATEN KUDUS (KAJIAN SURAH AL-ASHR DALAM TAFSIR AL-MISBAH)* (Doctoral dissertation, IAIN KUDUS).
- Natari, D. A. M. (2016). *Studi Deskriptif Mengenai Body Image Pada Wanita Usia Dewasa Awal Yang Aktif Menggunakan Media Sosial Di Kota Bandung* (Doctoral dissertation, Fakultas Psikologi (UNISBA)).
- Nugrahani, F., & Hum, M. (2014). *Metode penelitian kualitatif*. Solo: Cakra Books.
- Nurpratiwi, A. (2010). Pengaruh kematangan emosi dan usia saat menikah terhadap kepuasan penikahan pada dewasa awal.
- Pandjaitan, D. R. H. (2020). *Time Management: Mengelola Karakter Mandiri Generasi Muda Indonesia di SMA Xaverius Pahoman Bandar Lampung*.
- Prijosaksono, A., & Sembel, R. (2002). *Self Management Series: Control Your Life*. Elex Media Komputindo.
- Purnawan, N. N., Piarna, R., & Merlinda, R. (2019). Rancang Bangun Human Resource Information System Modul Time Management. *Jurnal Ilmiah Ilmu Dan Teknologi Rekayasa*, 2(2).



- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.
- Rahardjo, M. (2017). Studi kasus dalam penelitian kualitatif: konsep dan prosedurnya.
- Safithry, E. A., & Anita, N. (2019). Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 33-41.
- Sanyata, S. (2012). Teori dan aplikasi pendekatan behavioristik dalam konseling. *Jurnal Paradigma*, 14(7), 1-11.
- Sa'diyah, H., Chotim, M., & Triningtyas, D. A. (2017). Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 67-78.
- Surur, A. M., & Nadhirin, A. U. (2020). Manajemen Waktu Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19 Pada TK Dharma Wanita 1 Baleturi. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 81-94.
- Sutoyo, A. (2014). Pemahaman Individu: Observasi, Ceklis, Interview, Kuesioner, Sosiometri.
- Tohirin, T. (2012). Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling. Jakarta: PT. Raja Grafindo.