

The Use of Group Counseling Strategies to Overcome Personal Problems in High School Students: A Systematic Literature Review (SLR)

Lokahita Narima Purnajati, Diva Asri Agustin, Bima Pratama Arsansyah, Ulya Makhmudah

Universitas Sebelas Maret
narimalokahita@gmail.com

Article History

received 20/9/2021

revised 20/10/2021

accepted 20/11/2021

Abstract

High school students are expected to be able to fulfill developmental tasks, one of which is in the personal/social. The purpose of this study is to collect and analyze articles related to the use of group counseling strategies to overcome personal/social problems in high school students. Sources of data obtained from collecting research results from 2013 to 2021. Based on the results of the study, there are various personal/social problems in high school students, namely low social adaptability, low self-compassion, aggressive behavior, low self-adjustment, truancy, tendency to withdraw, low self-discipline, low self-concept, social anxiety, low interpersonal communication, low self-regulation skills, low emotional management, lack of humility, and high body dysmorphic disorder. The results of each study indicate that group counseling with various approaches and techniques is effective in overcoming the personal/social problems faced by high school students. Based on the research that has been done, it is hoped that it will be able to help further researchers to identify more problems in each field and level.

Keywords: *guidance and counseling, personal/social problems, high school students*

Abstrak

Peserta didik SMA diharapkan mampu memenuhi tugas-tugas perkembangan, salah satunya di bidang pribadi/sosial. Tujuan penelitian ini yaitu mengumpulkan dan menganalisa artikel terkait penggunaan strategi konseling kelompok untuk mengatasi problematika bidang pribadi/sosial pada peserta didik SMA. Sumber data yang diperoleh dari mengumpulkan hasil penelitian dari tahun 2013 hingga 2021. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, terdapat berbagai problematika bidang pribadi/sosial pada peserta didik SMA yaitu rendahnya sosial adaptif, rendahnya *self compassion*, perilaku agresif, rendahnya penyesuaian diri, membolos, kecenderungan menarik diri, rendahnya kedisiplinan, rendahnya *selfconcept*, kecemasan sosial, rendahnya komunikasi interpersonal, rendahnya kemampuan regulasi diri, rendahnya pengelolaan emosi, kurangnya kerendahan hati, dan tingginya *body dysmorphic disorder*. Hasil masing-masing penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan berbagai pendekatan dan teknik cukup efektif dalam mengatasi problematika bidang pribadi/sosial yang dihadapi peserta didik SMA. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diharapkan mampu membantu peneliti selanjutnya dalam mengidentifikasi lebih banyak problematika di setiap bidang dan jenjang.

Kata Kunci: bimbingan dan konseling, problematika pribadi/sosial, peserta didik SMA



PENDAHULUAN

Peserta didik SMA merupakan individu yang sedang menginjak masa remaja pertengahan berkisar antara usia 14-18 tahun. Masa remaja dapat dijelaskan sebagai masa transisi dari kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada fase ini, terdapat perubahan dalam fisik maupun psikis secara kompleks menuju fase kematangan yang lebih baik. Hal tersebut sesuai dengan ungkapan Hurlock (2011) bahwa remaja atau *adolescence* berasal dari kata lain *adolescere* yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence* memiliki arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, kognitif, emosional, sosial, dan fisik. Perjalanan mencapai kematangan tersebut tentunya membutuhkan upaya yang tidak mudah. Tidak jarang, dalam proses peralihan menjadi dewasa, peserta didik SMA dihadapkan pada berbagai tugas dan tanggung jawab yang harus dipenuhi. Beberapa aspek kematangan yang seharusnya dipenuhi oleh peserta didik SMA terdapat pada tugas-tugas perkembangannya. Salah satu aspek perkembangan yang sebaiknya dikuasai adalah matang secara pribadi dan sosialnya.

Menurut Pikunas (Yulia, 2015) menjelaskan mengenai tugas-tugas perkembangan sosial peserta didik SMA, memaparkan pendapat Candless dan Evan bahwa masa remaja dapat diinduksi dengan adanya keinginan yang kuat untuk tumbuh dan berkembang secara matang agar diterima oleh teman sebaya, orang dewasa, dan budaya. Melalui keinginan tersebut, peserta didik SMA secara tidak langsung mulai mempersiapkan diri untuk mencapai kematangan tersebut. Akan tetapi, pada fase ini masih banyak dijumpai terjadinya kesenjangan antara harapan dan realita yang terjadi sehingga menimbulkan suatu problematika. Hal tersebut dipertegas dengan hasil observasi penelitian yang dilakukan oleh Sari, Kasih, dan Usman pada September 2019 di SMA N 3 Mukomuko. Hasil observasi penelitian tersebut memaparkan bahwa peserta didik yang gagal mencapai tugas perkembangannya, ditandai dengan adanya peserta didik yang kurang bisa menerima kenyataan perubahan fisik berupa badan terlalu besar atau kecil, kurang akan kesadaran dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru di kelas, dan peserta didik kurang memiliki rasa percaya diri (Sari, Kasih, Usman, 2021).

Selain itu, terdapat pula penelitian lain yang membahas tentang masalah di bidang pribadi mengenai kontrol diri yang dilakukan oleh Lestari dan Nursalim pada Oktober 2018 di SMA N 11 Surabaya. Hasil angket kontrol diri yang diberikan kepada peserta didik kelas XI menunjukkan bahwa 75% peserta didik memiliki kontrol diri (*self-control*) rendah dengan indikasi perilaku yang menyimpang seperti datang terlambat ke sekolah karena malamnya bermain hingga larut malam sehingga bangun kesiangan, mengumpulkan tugas terlambat dan mencontek teman, tidak mengenakan atribut sekolah sesuai dengan aturan sekolah, bermain hp saat pelajaran, alasan izin ke toilet padahal ke kantin, tergesah-gesah dalam mengambil keputusan, labil atau tidak bisa menahan keinginan, impulsif dan lain-lain (Lestari & Nursalim, 2019). Bahkan dengan kontrol diri yang rendah, baru-baru ini juga memicu aksi kriminal pengeroyokan siswi SMAN 6 Kendari pada 21 Oktober 2021 lalu. Pengeroyokan tersebut dilakukan oleh kakak kelas yang tersinggung akan konten video yang diunggah oleh korban di media sosial TikTok. Berdasarkan fakta dari permasalahan tersebut, dapat disimpulkan bahwa masalah di bidang pribadi dapat menjalar di bidang masalah sosial berupa hubungan dengan teman sebaya. Oleh sebab itu, sebagai guru bimbingan dan konseling tentunya perlu untuk membantu peserta didik dalam mengatasi permasalahan yang dialami agar tidak menyebabkan permasalahan baru yang lebih buruk.

Salah satu strategi yang dapat dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling untuk mengatasi permasalahan siswa yaitu dengan konseling kelompok. Menurut Herlina (2016) konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bertujuan pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhan. Sedangkan menurut Harrison (Kurnanto, 2013) konseling kelompok adalah layanan konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang dihadapkan dengan 1-2 konselor, dalam prosesnya konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan komunikasi, pengembangan harga diri dan keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah. Efektifitas konseling kelompok dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Lestari dan Nursalim (2019) dalam meningkatkan kontrol diri khususnya pada aspek kedisiplinan di SMA N 11 Surabaya. Pada penelitian tersebut dilakukan *treatment* pada satu kelompok, dan kelompok lainnya sebagai kelompok kontrol. Konseling kelompok tersebut dilakukan dengan strategi *self management* dan juga menggunakan konseling kelompok realita dengan teknik WDEP. Berdasarkan teknik yang dilakukan, ternyata membuktikan bahwa kontrol diri peserta didik di SMA tersebut memiliki peningkatan dibuktikan dengan tingkat kedisiplinan yang lebih baik daripada sebelumnya.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok cukup efektif untuk mengatasi permasalahan peserta didik khususnya di bidang pribadi/sosial. Melalui konseling kelompok, permasalahan yang akan diselesaikan dapat mencakup banyak orang yang terbentuk dalam dinamika kelompok sehingga antar anggota dapat saling belajar dari pengalaman antara satu anggota dengan anggota yang lain, sehingga klien dapat menyelesaikan masalahnya (Lestari & Nursalim, 2019). Akan tetapi, contoh yang dipaparkan hanya sebagian kecil dari permasalahan di bidang pribadi/sosial yang dialami oleh peserta didik SMA. Masih banyak lagi permasalahan-permasalahan yang dihadapi yang dapat diatasi dengan konseling kelompok dengan berbagai teknik yang sesuai dengan permasalahan tersebut. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menelusuri lebih lanjut terkait problematika peserta didik SMA di bidang pribadi/sosial yang dapat diatasi melalui konseling kelompok dengan berbagai teknik yang relevan akan masalah yang dihadapi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Tabel Jurnal Problematika

Penulis (Tahun)	Rendah nya Sosial Adaptif	Rendah nya Self Compassion	Perilaku Agresif	Rendah nya Penyesuaian Diri	Membo los	Kecenderu ngan Menarik Diri	Rendah nya Kedisipli nan	Rendah- nya Self Concept	Kecema san Sosial	Rendahn ya Komunika si Interpers onal	Rendah nya Kemamp uan Regulasi Diri	Rendah nya Pengelol aan Emosi	Kurang- nya Kerenda han Hati	Tinggi- nya Body Dymor phic Disoder
Abadi dan Aflakifard (2018)	✓													
Abdi & Mafirja (2019)				✓										
Azizah, Wibowo, & Purwanto (2020)		✓												
Novita dan Neviyarni (2021)			✓											
Krisnanda (2019)			✓											
Nisa, Wibowo, & Awalya					✓									

(2021)

Nalman,
Sutardi,
dan
Sulisyawa
ti (2018)

✓

Amilin &
Lukitaning
sih (2014)

✓

Aftiani &
Pratiwi
(2013)

✓

Lestari &
Nursalim
(2019)

✓

Novriansy
ah,
Purwanto,
& Wibowo
(2020)

✓

Bakhtiar
&
Rahmatia
(2018)

✓

Safitri,
Yusmans

✓

yah, &
Utaming
sih (2016)

Yudayanti
, Antari, &
Dantes
(2014)

✓

Aldina
(2019)

✓

Kharisma
dan Astuti
(2019)

✓

Adam dan
Nursalim
(2014)

✓

Hasanah
dan
Pratiwi
(2020)

✓

Edmawati
, Hambali,
&
Hidayah
(2019)

✓

Naini,
Mulawar

✓

man, dan
Wibowo
(2021)

Tabel 2. Tabel Jurnal Solusi

Penlis (Tahun)	Pendekat Rasional Emosional	Teknik Cogniti ve Restruc turing	Teknik Wawan cara Motivas i Interven si Berbasi s Kekuata n	Teknik Self Managem ent	Teknik Pengelo laan Emosi	Teknik Manajem en diri dan Teknik Penguata n	Teknik Behav ioral Contra ct	Pende katan Cognit ive Perila ku	Pende katan Behav ior	Teknik SFBT	Teknik Role Playing	Teknik Reinfor cement Positif	Teknik Kursi Kosong dan Self Talk	Teknik Proble m Solving	Latihan Regulasi Diri	Teknik Journali ng	Pendek atan Kognitif dan SFBT Berbasi s Mindful ness
Abadi dan Aflakifard (2018)	✓																
Abdi & Mafirja (2019)		✓															
Azizah, Wibowo, & Purwanto (2020)			✓														

Novita
dan
Neviyarni
(2021)

✓

Krisnanda
(2019)

✓

Nisa,
Wibowo,
& Awalya
(2021)

✓

Nalman,
Sutardi,
dan
Sulisyawa
ti (2018)

✓

Amilin &
Lukitaning
sih (2014)

✓

Aftiani &
Pratiwi
(2013)

✓

Lestari &
Nursalim

✓

(2019)

Novriansyah,
Purwanto,
& Wibowo
(2020)

✓

Bakhtiar &
Rahmatia
(2018)

✓

Safitri,
Yusmansyah, &
Utaminingsih (2016)

✓

Yudayanti,
Antari, &
Dantes
(2014)

✓

Aldina
(2019)

✓

Kharisma
dan Astuti

✓

(2019)

Adam dan
Nursalim
(2014)

✓

Hasanah
dan
Pratiwi
(2020)

✓

Edmawati,
Hambali,
& Hidayah
(2019)

✓

Naini,
Mulawarm
an, dan
Wibowo
(2021)

✓

Problematika bidang pribadi sosial yang dialami oleh peserta didik di jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) beserta strategi penyelesaian melalui konseling kelompok

Problematika pribadi/sosial dalam 20 artikel dikelompokkan menjadi 14 problematika yang berbeda. Setiap problematika diatasi melalui strategi konseling kelompok dengan berbagai teknik dan pendekatan. Problematika mengenai rendahnya kemampuan sosial adaptif diteliti oleh Abadi dan Aflakifard (2018) yang ditingkatkan melalui strategi konseling kelompok dengan pendekatan rasional emosional pada peserta didik SMA di Abarkuh. Selain itu, ada pula penelitian yang hampir serupa mengenai rendahnya penyesuaian diri peserta didik di SMA Dayah Inshafuddin Banda Aceh dengan implementasi strategi konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* (Abdi & Mafirja, 2019). Hasil dari kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa masing-masing pendekatan dan teknik yang dilakukan efektif. Selanjutnya, problematika mengenai rendahnya *self-compassion* diteliti oleh Azizah, Wibowo, & Purwanto (2020) yang ditingkatkan melalui strategi konseling kelompok dengan wawancara motivasi intervensi berbasis kekuatan di SMA N 5 Semarang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan penggunaan konseling kelompok wawancara motivasi intervensi berbasis kekuatan terbukti efektif dalam meningkatkan *self compassion*.

Problematika mengenai perilaku agresif diteliti oleh Novita dan Neviyarni (2021) yang direduksi melalui strategi konseling kelompok teknik *self management* di SMA N 6 Padang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif untuk mereduksi perilaku agresi. Permasalahan serupa juga diteliti oleh Krisnanda (2019) pada peserta didik di SMA Malang menggunakan strategi konseling kelompok teknik pengelolaan emosi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi konseling tersebut terbukti efektif untuk mencegah agresivitas siswa yang dilihat dari sikap di setiap pertemuan. Berlawanan dengan problematika tersebut, ada pula problematika mengenai kecenderungan menarik diri (*withdrawal*) diteliti oleh Amilin & Lukitaningsih (2014) pada peserta didik SMA N 1 Mantup Lamongan yang direduksi menggunakan strategi konseling kelompok dengan pendekatan kognitif perilaku. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa peserta didik memiliki penurunan nilai rata-rata pretest (89,83) ke posttest (60,50) yang membuktikan pendekatan ini efektif dilakukan untuk mereduksi kecenderungan menarik diri.

Problematika mengenai perilaku membolos diteliti oleh Nisa, Wibowo, & Awalya (2021) yang direduksi melalui strategi konseling kelompok perilaku dengan manajemen diri dan teknik penguatan peserta didik di MA Assalafiyah Luwungragi Brebes. Selain itu, ada pula penelitian untuk mereduksi problematika serupa yaitu oleh Nalman, Sutardi, dan Sulisyawati (2018) melalui konseling kelompok teknik *behavioral contract* di SMA N 8 Kota Bengkulu. Beberapa hasil analisis yang diperoleh, menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok menggunakan masing-masing strategi efektif diaplikasikan guna mereduksi kebiasaan membolos sekolah.

Problematika mengenai rendahnya kedisiplinan diteliti oleh Aftiani & Pratiwi (2013) pada peserta didik kelas XI di SMA N 1 Kedungadem Bojonegoro yang direduksi melalui strategi konseling kelompok *behavior*. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok *behavior* mampu meningkatkan kedisiplinan siswa dari segi mematuhi tata tertib sekolah. Hal tersebut sesuai dengan hasil analisis yang memaparkan bahwa setiap siswa selepas diberikan layanan konseling kelompok *behavior* terdapat penurunan skor pelanggaran tata tertib sekolah pada seluruh subjek penelitian. Selain

itu, penelitian dengan permasalahan yang sama juga diteliti oleh Lestari & Nursalim (2019) di SMA N 11 Surabaya dengan strategi konseling kelompok teknik *self management*. Strategi tersebut terbukti efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik, dibuktikan dengan perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* siswa yang meningkat.

Problematika mengenai rendahnya *self-concept* diteliti oleh Novriansyah, Purwanto, & Wibowo (2020) pada peserta didik di SMA N 1 Lemahabang melalui strategi konseling kelompok teknik SFBT. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa strategi tersebut efektif untuk meningkatkan konsep diri dan sebagian dari setiap aspek konsep diri yaitu yang paling signifikan pada moral etika, dan peningkatan terendah pada aspek keluarga. Selanjutnya yaitu problematika mengenai kecemasan sosial diteliti oleh Bakhtiar & Rahmatia (2018) di SMA N 2 Unggul Pangkajene melalui konseling kelompok dengan pendekatan latihan *behavioral*. Hasil penelitian ini efektif mengurangi kecemasan sosial dibuktikan melalui hasil *post-test* berada pada kategori rendah, sehingga masalah kecemasan sosial pada siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menunjukkan perubahan yang sangat besar dalam mengatasi kecemasan sosial

Problematika mengenai rendahnya komunikasi interpersonal diteliti oleh Safitri, Yusmansyah, & Utaminingsih (2016) di SMA N 8 Bandar Lampung melalui konseling kelompok dengan teknik role playing. Penelitian dengan permasalahan serupa juga dilakukan oleh Yudayanti, Antari, & Dantes (2014) pada peserta didik kelas di SMA N Singaraja melalui konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* positif. Selain itu, Aldina (2019) juga meneliti permasalahan ini pada peserta didik SMA N Padang Tiji dengan memberikan strategi layanan konseling kelompok teknik kursi kosong dan *self-talk*. Masing-masing hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi tersebut efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal peserta didik. Namun, terdapat perbedaan tingkat keefektifan konseling kelompok yaitu teknik *self talk* memiliki hasil lebih signifikan dibandingkan teknik kursi kosong.

Problematika mengenai rendahnya kemampuan regulasi diri diteliti oleh Kharisma dan Astuti (2019) di SMA N 1 Jatinom melalui konseling kelompok dengan teknik *problem solving*. Strategi tersebut terbukti efektif terhadap regulasi diri siswa yang dibuktikan dengan siswa yang kecanduan game online dapat mengatur dirinya dengan membuat jadwal kapan siswa tersebut bermain. Selain itu, juga terdapat permasalahan serupa yang diteliti oleh Adam dan Nursalim (2014) pada peserta didik di SMA N 2 Tuban melalui strategi konseling kelompok dengan latihan regulasi diri yang efektif sebagai upaya pengelolaan waktu bagi pengurus osis dan pengurus ekstrakurikuler. Masih berkaitan dengan pengelolaan diri, ada pula problematika yang hampir sama yaitu terkait rendahnya pengelolaan emosi yang diteliti oleh Hasanah dan Pratiwi (2020) yang ditingkatkan melalui konseling kelompok dengan teknik *journaling* pada peserta didik SMA N 11 Surabaya. Berdasarkan hasil analisis data pre-test dan posttest dapat disimpulkan bahwa strategi tersebut efektif digunakan untuk meningkatkan pengelolaan emosi peserta didik.

Problematika mengenai tingginya *body dysmorphic disorder* diteliti oleh Edmawati, Hambali, & Hidayah (2019) pada peserta didik SMA N 10 Malang yang direduksi melalui konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*. Berdasarkan hasil penelitian strategi tersebut terbukti efektif, dibuktikan dari kemampuan peserta didik untuk menyeimbangkan antara *real self* dengan *ideal self* serta menyesuaikan diri secara adaptif. Selain itu, problematika lain yaitu mengenai kurangnya kerendahan hati yang diteliti oleh Naini, Mulawarman, dan Wibowo (2021) pada peserta didik SMA di

Kota Semarang yang ditingkatkan melalui konseling kelompok online dengan pendekatan kognitif dan SFBT berbasis *mindfulness*. Berdasarkan hasil penelitian, menyebutkan bahwa pendekatan kognitif berbasis *mindfulness* memiliki efektivitas cukup besar. Sedangkan untuk konseling kelompok online, pendekatan *solution-focused* juga dapat meningkatkan kerendahan hati siswa, tetapi tidak ada peningkatan yang signifikan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian berbagai jurnal melalui metode *sytematical literature review*, dapat disimpulkan bahwa terdapat berbagai problematika di bidang pribadi/sosial khususnya di jenjang pendidikan SMA/MA yaitu diantaranya rendahnya kemampuan sosial adaptif, rendahnya *self-compassion*, perilaku agresif, rendahnya penyesuaian diri, membolos, kecenderungan menarik diri, rendahnya kedisiplinan, rendahnya *self-concept*, kecemasan sosial, rendahnya komunikasi interpersonal, dan rendahnya kemampuan regulasi diri, rendahnya pengelolaan emosi, kurangnya kerendahan hati, dan tingginya *body dysmorphic disorder*. Problematika tersebut diatasi melalui strategi layanan konseling kelompok dengan pengimplementasian berbagai macam pendekatan dan teknik yaitu diantaranya pendekatan rasional-emosional, teknik *cognitive restructuring*, wawancara motivasi intervensi berbasis kekuatan, teknik *self management*, teknik pengelolaan emosi, teknik *behavior* dan *reinforcement*, teknik *behavioral contract*, pendekatan kognitif perilaku, pendekatan SFBT, teknik *role playing*, teknik kursi kosong dan *self-talk*, teknik *problem solving*, Istihah regulasi diri, dan teknik *journaling*. Hasil masing-masing penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan berbagai pendekatan dan teknik ternyata cukup efektif sebagai upaya kuratif dalam mengatasi problematika bidang pribadi/sosial yang dihadapi peserta didik SMA. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan metode SLR diharapkan mampu membantu peneliti selanjutnya dalam mengidentifikasi lebih banyak problematika di setiap jenjang tidak hanya di jenjang SMA.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, A. A. S. R., & Aflakifard, H. (2018). Investigate the Effects of Group Counseling with Emotional-Logical Approach on Academic Achievement and Social Adjustment of Students. *American Journal of Psychology and Cognitive Science* Vol. 4, No. 3, pp. 41-45
- Abdi, S., & Mafirja, S. (2019). Pelaksanaan Konseling Kelompok menggunakan Teknik Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa SMA Dayah Inshafudin Banda Aceh. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 1(2), 46-52.
- Adam, R. (2014). Penerapan Konseling Kelompok Dengan Latihan Regulasi Diri Untuk Meningkatkan Kemampuan Pengelolaan Waktu Pengurus OSIS Dan Pengurus Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tuban Tahun 2014. *Jurnal BK UNESA*, 4(3).
- Aftiani, H. (2013). Penerapan Konseling Kelompok Behavior Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di Sekolah SMAN 1 Kedungadem Bojonegoro. *Jurnal BK Unesa*, 3(1).
- Aldina, F. (2019). Dampak Konseling Kelompok Teknik Kursi Kosong dan Self Talk untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa. *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam*, 120-126.
- Amilin, F. (2014). Penerapan Konseling Kelompok Kognitif Perilaku Untuk Menurunkan Kecenderungan Menarik Diri (Withdrawl) pada Siswa Kelas X MIA 4 SMA NEGERI 1 Mantup Lamongan. *Jurnal BK Unesa*, 4(3).

- Azizah, N., Wibowo, M. E., & Purwanto, E. (2019). The Effectiveness of Strength Based Intervention Motivational interviewing Group Counseling to Improve Students' Self Compassion. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(4), 189-193.
- Bakhtiar, M., & Rahmatia, R. (2018). The Effectiveness of Group Counseling Model through The Behavioral Rehearsal Approach to Overcome Student Social Anxiety. *Journal of Education, Teaching and Learning*, 3(2), 354-360.
- Edmawati, M. D., Hambali, I. M., & Hidayah, N. (2018). Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mereduksi Body Dysmorphic Disorder. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 3(8), 1076-1079.
- Hasanah, Y. A., & Pratiwi, T. I. (2020). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Journaling Untuk Meningkatkan Pengelolaan Emosi Pada Peserta Didik di SMA Negeri 11 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 11(3).
- Herlina, U. (2016). Teknik Role Playing dalam Konseling Kelompok. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 94-107
- Hurlock, E. B. (2011). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan.
- Kharisma, V. G., & Astuti, B. (2019). Efektivitas Metode Problem Solving Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Regulasi Diri Siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 5(1), 20-25.
- Krisnanda, V. D. (2019). Effectiveness of Managing Emotion Techniques in Group Counseling to Prevent Aggressiveness of High School Students. *Sosio e-Kons*, 11(2), 108-114.
- Kurnanto, M.E. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta
- Lestari, F. A., & Nursalim, M. (2019). Layanan Konseling Kelompok Strategi Self-Management untuk Meningkatkan Kontrol Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas XI SMA Negeri 11 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 10(2).
- Naini, R., Mulawarman, M., & Wibowo, M. E. (2021). Online Group Counseling with Mindfulness-Based Cognitive and Solution-Focused Approach for Enhancing Students' Humility. *International Journal of Information and Education Technology*, 561-566.
- Nisa, K., Wibowo, M. E., & Awalya, A. (2020). The Effectiveness of Behavioral Group Counseling with Self-Management and Reinforcement Techniques to Reduce Students' Truancy. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(1), 13-17.
- Novita, R., & Neviyarni, N. (2021). Effectiveness of group counseling services using self management techniques on aggressive student behavior. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*, 2(2), 140-146.
- Novriansyah, D., Purwanto, E., & Wibowo, M. E. (2019). The effectiveness of solution-focused brief therapy group counseling to improve students' self-concepts. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(4), 130-136.
- Safitri, Y., Yusmansyah, Y., & Utaminingsih, D. (2017). Penggunaan layanan konseling kelompok teknik role playing untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa kelas XI. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 5(4).
- Sari, H. P., Kasih, F., & Usman, C. I. (2021). Model of The Group Guidance Service Design Using The Cinema Therapy Method In Helping Student Achievement of Development Tasks. *Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application, and Development*, 1(1), 70-82.
- Sutardi, D., & Sulusyawati, H. (2019). Efektifitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengurangi Kebiasaan Membolos Siswa Kelas Xi Sma Negeri 8 Kota Bengkulu. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 3(2), 31-41.

- Yudayanti, N. L. S., Antari, N. N. M., & Dantes, N. (2014). Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Penguatan Positif untuk Meningkatkan Keterampilan dalam Berkomunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Mia 2 SMA Negeri 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Yulia, H. (2015). Profil pencapaian Tugas-tugas Perkembangan Sosial peserta didik Kelas XI SMA Negeri 1 Rao Kecamatan Rao Induk Kabupaten Pasaman Timur. *Doctoral dissertation, STKIP PGRI Sumatera Barat*.