

STRATEGI BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMPN 1 SINDANGRESMI

Sonia Agustin¹, Muhamad Ikhsan², Fitri Arnita³

¹²³Bimbingan dan Konseling, Universitas Mathla'ul Anwar, Banten

e-mail:soniaagustin12@gmail.com, muhamadikhmann91@gmail.com, Fitriarnita94@gmail.com

Abstract (English)

This research is motivated by the results of a preliminary study conducted by researchers at SMPN 1 Sindangresmi that there are still students who have low self-confidence. The findings in the field show that there are still students who appear passive during the learning process, do not participate in learning activities, are not confident in their abilities, do not dare to speak in public, and there is no guidance and counseling program that is shown to increase student self-confidence. This study aims to determine the general description of the self-confidence of class VIII students at SMP Negeri 1 Sindangresmi in the 2024/2025 Academic Year, as well as to determine the effectiveness of group guidance service strategies using the rational emotive behavior therapy (REBT) approach in increasing self-confidence of class VIII students at SMP Negeri 1 Sindangresmi. This study uses a quantitative approach with a pre-experimental research type with one group pretest-posttest design. The sampling technique uses purposive sampling. Based on the pretest results, an average score of 54.6 was obtained with a low category. After following group guidance services with the rational emotive behavior therapy (REBT) approach, there was an increase based on the posttest results, a score of 112.4 was obtained with a high category. Data analysis showed that the significance value (p) obtained was 0.000 where (p) < 0.05 so it can be concluded that H_0 is rejected and H_a is accepted. This shows that the group guidance service strategy with the rational emotive behavior therapy approach to increase the self-confidence of class VIII students.

Abstrak (Indonesia)

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMPN 1 Sindangresmi bahwa masih terdapat siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah. Hasil temuan dilapangan menunjukkan bahwa masih ada siswa yang tampak pasif ketika proses pembelajaran, kurang berpartisipasi dalam kegiatan belajar, tidak yakin pada kemampuan dirinya, tidak berani berbicara di depan umum, dan belum ada program bimbingan dan konseling yang ditunjukkan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Sindangresmi Tahun Ajaran 2024/2025, serta untuk mengetahui efektivitas strategi layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Sindangresmi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimental dengan one group pretest-posttest design. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Berdasarkan hasil pretest diperoleh rata-rata skor 54,6 dengan kategori rendah. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) mengalami peningkatan berdasarkan hasil posttest diperoleh skor sebesar 112,4 dengan kategori tinggi. Analisis data menunjukkan nilai signifikansi (p) yang diperoleh adalah 0,000 dimana (p) $< 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa strategi layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII.

Article History

Submitted: 14 October 2024

Accepted: 23 October 2024

Published: 24 October 2024

Key Words

Self-Confidence, Group Guidance, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)

Sejarah Artikel

Submitted: 14 October 2024

Accepted: 23 October 2024

Published: 24 October 2024

Kata Kunci

Kepercayaan Diri, Bimbingan Kelompok, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dalam mencari jati diri peserta didik sehingga ia memiliki sikap yang mampu dalam menilai dirinya. Masa remaja merupakan masa yang mempunyai karakteristik unik yang tidak dapat di tentang. Dalam upaya menemukan jati diri remaja sangat mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar yang dapat menyebabkan tidak yakin atas kemampuan yang dimilikinya. Ketidakstabilan dalam menentukan sikap sangat berpengaruh dalam pembentukan mental rasa percaya diri pada peserta didik. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Santrock (Karlina, 2020) remaja (*adolescence*) diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Berlangsungnya masa remaja awal 12-15 tahun, remaja pertengahan 15-18 tahun dan remaja akhir 18-21 tahun Haditoro (Khadijah, 2019). Menurut Rizkiyah (Fitri, 2018) salah satu permasalahan yang masih dialami oleh remaja adalah kurangnya percaya diri.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti yang dilakukan di SMPN 1 Sindangresmi bahwa masih terdapat siswa yang tidak memiliki kepercayaan diri yang baik. Hal tersebut terlihat juga dari penelitian yang dilakukan oleh Penelitian yang dilakukan (Nurkia & Sulkifly, 2020) menunjukkan kepercayaan diri peserta didik hanya mencapai persentase 33%. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Prananda & Christiana, 2020) menunjukkan kepercayaan diri peserta didik pada *fase baseline* mencapai persentase 40% dengan kategori rendah. Penelitian yang dilakukan (Herlita, 2021) menunjukkan kepercayaan diri peserta didik hanya mencapai presentase sebesar 26,7% dengan kategori rendah. Berdasarkan data yang diperoleh dapat dimaknai bahwa masih ada siswa yang belum memiliki kepercayaan diri yang baik.

Anthony (1995) menjelaskan kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Idealnya kepercayaan diri yang dimiliki individu harus berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini dimaksudkan agar individu dapat mengembangkan aspek-aspek yang ada dalam dirinya. Sedangkan remaja yang kurang percaya diri akan menunjukkan perilaku seperti, tidak bisa berbuat banyak, ragu dalam menjalani tugas, tidak berani berbicara jika tidak mendapat dukungan, menutup diri, cenderung menghindari situasi komunikasi, menarik diri dari lingkungan, sedikit melibatkan diri dalam kegiatan kelompok, menjadi agresif, bersikap bertahan dan membalas dendam perlakuan yang dianggap tidak adil Hurlock (Fitri, 2022).

Individu yang mempunyai percaya diri tinggi yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga individu tersebut dapat menuntaskan persoalan yang dihadapi. Tetapi pada kenyataannya setiap individu tidak memiliki kepercayaan diri yang sama. Individu yang memiliki rasa percaya diri rendah memerlukan banyak trik serta cara tertentu untuk mampu menumbuhkan percaya diri dalam setiap tindakan dan perilaku (Sarastika, 2014).

Mengingat betapa pentingnya kepercayaan diri bagi setiap individu, maka kita perlu menumbuhkan kepercayaan dalam diri kita. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi, maka ia memiliki keyakinan serta tekad yang kuat bahwa apa yang dilakukan akan berhasil. Willis (Ghufro & Risnawita, 2017) mengemukakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Selanjutnya Anthony (Sagala, 2021) juga mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang yang diperoleh melalui monolog dengan dirinya sendiri yang bersifat internal, keyakinan yang mendukung berbagai tujuan hidupnya untuk tidak berputus asa walaupun menemui kegagalan. Dapat kita pahami bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang tentang kemampuan intelektual, sikap perasaan, kekuatan fisik, dan penampilan diri, seseorang yang tidak

memiliki kepercayaan diri tidak yakin terhadap kemampuan diri sendiri dan berfikir semua hal mustahil akan dapat mencapai apa yang dicita-citaannya, dan selalu tergantung kepada orang lain, sehingga siswa tidak yakin bahwa siswa mampu mengerjakan suatu pekerjaannya sendiri. Adanya permasalahan rendahnya kepercayaan diri peserta didik diberbagai sekolah yang ada di Indonesia yang disebabkan oleh beberapa faktor baik faktor internal maupun eksternal.

Prayitno & Amti (2008) menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling adalah layanan yang membantu individu atau kelompok menjadi mandiri dan tumbuh dalam hubungan pribadi, sosial, dan profesional mereka secara maksimal melalui berbagai layanan dan kegiatan yang mendukung mereka sesuai dengan standar yang berlaku. Bimbingan dan konseling adalah proses pemberian bantuan atau pertolongan oleh seorang konselor kepada klien atau siswa melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbal balik antara keduanya agar konseli memiliki kemampuan atau kecakapan melihat dan menemukan masalahnya serta mampu memecahkan masalahnya sendiri Tohirin (Saragi, dkk. 2022). Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada seseorang untuk dapat mengembangkan kemampuan dirinya dan dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi seseorang tersebut.

Ada beberapa layanan yang dapat digunakan dalam pelayanan Bimbingan dan Konseling memiliki tujuh jenis layanan, yakni: layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan bimbingan belajar, layanan konseling perorangan, layanan konseling kelompok dan layanan bimbingan kelompok (Winkel & Hastuti, 2013). Pada penelitian ini peneliti tertarik menggunakan layanan bimbingan kelompok karena akan mendorong terjadinya pertukaran pengalaman-pengalaman antar anggota dalam kelompok melalui dinamika yang terjadi serta bimbingan kelompok dapat lebih bersifat efektif dan efisien. Gazda (Hapsyah, dkk. 2019) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka dalam menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Romlah (2001) menyatakan bahwa bimbingan kelompok yaitu proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok.

Menurut Winkel & Hastuti (2013) manfaat layanan bimbingan kelompok adalah: mendapat kesempatan untuk berkontak dengan banyak siswa, memberikan informasi yang dibutuhkan oleh siswa, siswa dapat menyadari tantangan yang akan dihadapi, siswa dapat menerima dirinya setelah menyadari bahwa teman-temannya sering menghadapi persoalan kesulitan dan tantangan yang kerap kali sama, dan lebih berani mengemukakan pandangannya sendiri bila berada dalam kelompok, diberikan kesempatan untuk diskusi, lebih bersedia menerima suatu pandangan atau pendapat orang lain. Dari teori tersebut peneliti menyimpulkan bahwa bimbingan kelompok efektif bisa membangun kepercayaan diri individu, karena dalam pelaksanaannya individu sebagai anggota kelompok melatih diri untuk mengungkapkan pendapat, pikiran, serta ide yang dimilikinya. Dengan cara seperti ini individu yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dapat mengembangkan kepercayaan dirinya.

Bimbingan dan konseling memiliki teknik dan pendekatan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, salah satunya yaitu dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT). Salah satu teknik dalam bimbingan dan konseling yang dapat mengatasi kecemasan adalah dengan *rational emotive behavior therapy* (REBT) yang dapat menghilangkan kecemasan, ketakutan, kekhawatiran, dan ketidak yakinan diri Mapiare (Arnita, 2022).

Pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) untuk meningkatkan kepercayaan diri dapat diberikan layanan konseling dalam bentuk dinamika kelompok (Ellis & Dryden, 2007). Layanan konseling dengan dinamika kelompok bertujuan untuk membantu

individu agar aktif, dinamis dalam berkomunikasi dan berani mengungkapkan pendapat dan dapat bertukar pikiran, sehingga individu terbantu melatih dirinya yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya (Komalasari, dkk. 2011).

Winkel & Hastuti (2013) pendekatan REBT atau yang lebih dikenal dengan *rational emotive behavior therapy* adalah konseling yang menekankan interaksi berfikir dan akal sehat (*rational thinking*), perasaan (*emoting*), dan berperilaku (*acting*). Teori ini menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam terhadap cara berfikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.

Ellis & Dryden (2007) mengemukakan *rational emotive behavior therapy* (REBT) ialah sebuah tahap terapeutik yang tujuannya untuk memperbaiki serta merubah pikiran, persepsi, pandangan, serta keyakinan individu seseorang yang tidak rasional serta tidak logis berubah jadi rasional dan logis. Pikiran yang tidak logis mengarah pada disfungsi perilaku, pada gilirannya, individu sering berperilaku yang akan menghambat pencapaian tujuan dan kesuksesan yang diinginkan.

Berdasarkan fenomena dan permasalahan yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti memandang penting untuk melakukan penelitian berkaitan dengan Kepercayaan Diri Siswa di SMPN 1 Sindangresmi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu penelitian yang menitikberatkan pada mengukur dan menganalisa relasi timbal balik diantara berbagai variabel. Penelitian dilihat berada dalam kerangka bebas nilai (Hardani & Dkk, 2020). Jenis metode menggunakan *pre-experimental* dengan Desain penelitian ini menggunakan *one grup pretest posttest desain*, populasi pada penelitian ini siswa SMPN 1 Sindangresmi kelas VIII yang berjumlah 79 siswa dan memiliki karakteristik sesuai kebutuhan peneliti. Penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Sindangresmi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, sampel diambil kriteria yang sudah ditentukan. Analisis data memakai perhitungan uji T, dengan jenis instrumen berupa skala likert.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pendistribusian instrumen penelitian kepada responden yaitu instrumen kepercayaan diri yang diberikan oleh peneliti sebelum dan sesudah diberikan layanan REBT. maka di dapatkan hasil yang sesuai dengan tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui hasil *pre-test* dan *post-test* dari keefektifan program bimbingan kelompok dengan pendekatan REBT terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, diperoleh hasil sebagai berikut:

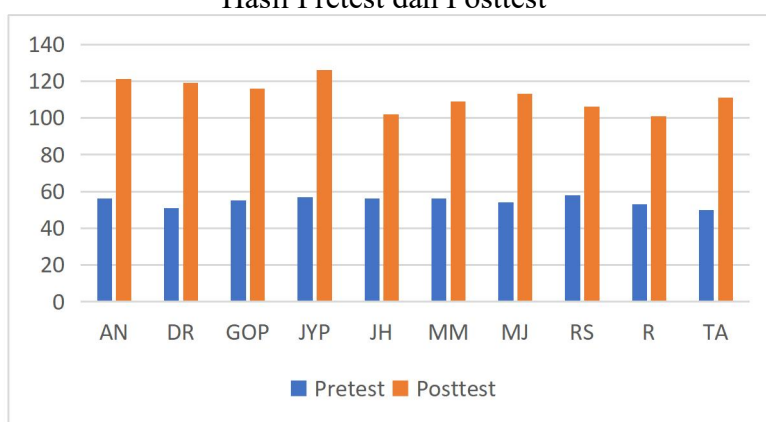
Tabel 1.
Hasil *Pretest* dan *Posttest*

No	Nama Responden	Hasil Pretest	Kriteria	Hasil Posttest	Kriteria
1	AN	56	Rendah	121	Tinggi
2	DR	51	Rendah	119	Tinggi
3	GOP	55	Rendah	116	Tinggi
4	JYP	57	Rendah	126	Tinggi
5	JH	56	Rendah	102	Tinggi
6	MM	56	Rendah	109	Tinggi

7	MJ	54	Rendah	113	Tinggi
8	RS	58	Rendah	106	Tinggi
9	R	53	Rendah	101	Tinggi
10	TA	50	Rendah	111	Tinggi

Dari hasil *pretest* dan *posttest* tabel 1 diatas, bisa di simpulkan bahwa siswa mempunyai tingkat kepercayaan diri rendah sebelum diberikan layanan dengan rata-rata sebesar 54,6 (Rendah), setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan REBT mengalami peningkatan kepercayaan diri siswa dengan rata-rata sebesar 121,4 (Tinggi) dengan selisih sebesar 57,8. Maka bisa disimpulkan bimbingan kelompok dengan pendekatan REBT berdampak baik dalam peningkatan kepercayaan diri siswa.

Gambar 1.
Hasil Pretest dan Posttest



Berdasarkan hasil dari grafik diatas menunjukkan terjadi perubahan sebelum diberikan layanan dan setelah diberikan layanan kepada 10 siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah. Pada hasil yang di dapatkan oleh AN *pretestnya* mendapatkan skor 56 dan skor untuk *posttestnya* sebesar 121 maka selisih skor sebesar 65, lalu yang kedua hasil yang di dapatkan oleh DR saat *pretestnya* memiliki skor sebesar 51 dan untuk hasil *posttestnya* sebesar 119 maka selisih skor sebesar 68, lalu yang ketiga hasil yang di dapatkan oleh GOP saat *pretestnya* memiliki skor sebesar 55 dan untuk hasil *posttestnya* sebesar 116 maka selisih skor sebesar 61, lalu yang keempat hasil yang di dapatkan oleh JYP saat *pretestnya* memiliki skor sebesar 57 dan untuk hasil *posttestnya* sebesar 126 maka selisih skor sebesar 69, lalu yang kelima hasil yang di dapatkan oleh JH saat *pretestnya* memiliki skor sebesar 56 dan untuk hasil *posttestnya* sebesar 102 maka selisih skor sebesar 46, lalu yang keenam hasil yang di dapatkan oleh MM saat *pretestnya* memiliki skor sebesar 56 dan untuk hasil *posttestnya* sebesar 109 maka selisih skor sebesar 53, lalu yang ketujuh hasil yang di dapatkan oleh MJ saat *pretestnya* memiliki skor sebesar 54 dan untuk hasil *posttestnya* sebesar 113 maka selisih skor sebesar 59, lalu yang kedelapan hasil yang di dapatkan oleh RS saat *pretestnya* memiliki skor sebesar 58 dan untuk hasil *posttestnya* sebesar 106 maka selisih skor sebesar 48, lalu yang kesembilan hasil yang di dapatkan oleh R saat *pretestnya* memiliki skor sebesar 53 dan untuk hasil *posttestnya* sebesar 101 maka selisih skor sebesar 48 dan yang terakhir kesepuluh hasil yang di dapatkan oleh TA saat *pretestnya* memiliki skor sebesar 50 dan untuk hasil *posttestnya* sebesar 111 maka selisih skor sebesar 61.

Didalam riset ini uji prasyarat analisis memakai uji normalitas Shapiro wilk untuk menguji distribusi data penelitian normal atau tidak.

Gambar 2. Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	0.206	10	.200 [*]	0.929	10	0.442
Posttest	0.097	10	.200 [*]	0.972	10	0.910

Berdasarkan gambar 2 diatas Berdasarkan hasil uji normalitas yang dipaparkan diketahui nilai signifikan $0,910 > 0,05$ maka kesimpulannya nilai residual berdistribusi normal. Sedangkan pengujian hipotesis memakai uji Shapiro-Wilk. Data yang diperoleh melalui hasil *pre-test* dan *post-test* di uji menggunakan rumus uji Shapiro-Wilk dengan menggunakan aplikasi SPSS Ver.25. Hasilnya sebagai berikut:

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Sebelum diberikan perlakuan – Setelah diberikan perlakuan	-57.800	8.548	2.703	-63.915	-51.685	-21.383	9	0.000

Hasil output SPSS tersebut menemukan data Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,000 $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, maka kesimpulannya terdapat perbedaan rerata diantara hasil *pre-test* dan *post-test* kepercayaan diri siswa, dapat dikatakan positif dengan meningkatnya kepercayaan diri salah diberikan pelayanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan data yang telah dipaparkan diatas maka dapat disimpulkan tingkat kepercayaan diri siswa dapat diketahui dari hasil *pre-test* dan *post-test*. Dari hasil *pre-test* dengan rata-rata skor 54,6 setelah siswa diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan REBT sebanyak 8 kali pertemuan, setelah itu dilakukan *posttest* denngan perolehan skor rata-rata sebesar 112,4. Hasil pengujian Uji T memakai apliakasi SPSS Ver.25 diperoleh Asymp. Sig. (2-Tailed) memiliki nilai 0,000 $< 0,05$. Kesimpulannya bimbingan kelompok dengan pendekatan REBT dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa yang dapat di lihat melalui perubahan nilai sebelum dan sesudah di berikan perlakuan oleh peneliti dalam layanan bimbingan kelompok, serta hasil statistik pengolahan data ini dapat dimanfaatkan dan menjadi bahan kajian lanjutan oleh peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Sagala, A.H. (2021). “ *Penerapan Rational Emotive Behaviour Therapy Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Karyawan Di Bank Riau Kepri Cabang Bengkalis*”. Skripsi pada Prodi Bimbingan Dan Konseling FK Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau: Diterbitkan.
- Anthony, R. (1995). *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri*. (Terjemahan Rita Wiryadi). Jakarta: Binarupa Aksara.
- Arnita, F. (2022). *Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Untuk Menurunkan Kecemasan Menghadapi Ujian Pada Siswa*. Tesis Pada Prodi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Padang : Diterbitkan.
- Fitri, E. Zola, N. & Ifdil. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja Serta Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*. 4 (2), 1-5.
- Fitri, G. (2022). Hubungan Interaksi Dalam Keluarga Dengan Kepercayaan Diri Remaja Di Torang Cupak Nagari Pakan Sinayan. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 2(2), 2.
- Komalasari, G., Wahyuni, E. & Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Ellis, A. & Dryden, W. (2007). *The Practice of rational emotive behaviour therapy*. New York: Springer.
- Ghufron, N.M. & Risnawati, S.R. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.
- Hapsyah, D.R. (2019). Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Mengurangi Prasangka Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Selaras*. 5 (2), 162-175.
- Herlita, N. (2021). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di SMP Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar*. Skripsi Pada Prodi Bimbingan dan Konseling FTB UIN Ar-Raniry Banda Aceh: Diterbitkan.
- Lauster, P. (2022). *Tes Kepribadian*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Khadijah (2019). Perkembangan Jiwa Keagamaan Pada Remaja. *Jurnal Al-Taujih*. 5(2), 114-124.
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Jurnal Education Non Formal*. 1(1), 147-158
- Nurkia, S. & Sulkifly. (2020). Penerapan Teknik Konseling Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jambura Guidance and Counseling Journal* : 1(1), 14-30.
- Prananda, T. & Christian, E. (2020). Meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan konseling individu dengan Teknik reframing. *Bimbingan Konseling*. 1(1), 11-21.
- Prayitno & Amti, E. (2008). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Saragi, M.P.D., Hendriani, A., Widia, I. & Fauzan, M. (2022). Penggunaan Bimbingan Kelompok Dalam Pencegahan Narkoba Dikalangan Mahasiswa. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*. 8(3), 264-269.
- Sarastika, P. (2014). *Buku Pintar Tampil Percaya Diri*, Yogyakarta : Araska.
- Wasono, M.P.J. (2019). Peningkatan Disiplin Berseragam Siswa Melalui Bimbingan Kelompok. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*. 2(1), 54-66
- Winkel, W.S. & Hastuti, S.M.M. (2013). *Bimbingan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.