

Pengaruh Konseling Kelompok Realitas Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengontrol Emosi Pada Siswa Kelas VII MTS NW Tanak Maik Tahun Pelajaran 2019/2020

Siti Wahida Fitri Atin

Universitas Hamzanwadi

wahidaaatin@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok Realitas untuk meningkatkan kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII MTs NW Tanak Maik Tahun Ajaran 2019/2020. Penelitian ini menggunakan lima orang siswa tapi fokuskan kepada satu orang siswa yang memiliki masalah tidak mamapu mengontrol emosi yang diambil sebagai sampel. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian subjek tunggal dengan prosedur desain A-B. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kemampuan mengontrol emosi. Data yang diperoleh dari skala kemampuan mengontrol emosi kemudian dianalisis menggunakan rumus eksperimen subjek tunggal dengan menghitung banyak skor yang didapatkan pada *fase baseline* dan menghitung banyak skor yang didapatkan pada *fase intervensi* kemudia dipadukan antara kedua fase tersebut untuk mengetahui pengaruh sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (konseling kelompok realitas untuk meningkatkan kemampuan mengontrol emosi). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada *fase baseline* mendapatkan skor rata-rata (MI) 123,6, dan pada *fase intervensi* mendapatkan skor rata-rata 135,6. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pemberian layanan konseling kelompok realitas untuk meningkatkan kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII MTs NW Tanak Maik Tahun Pelajaran 2019/2020.

Kata Kunci: Konseling Kelompok Realitas, Kemampuan Mengontrol Emosi

A. PENDAHULUAN

Proses belajar pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar untuk menumbuhkembangkan potensi sumber daya manusia peserta didik dengan cara mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mengajar. Secara detail dalam Undang-Undang RI No. 23 Tahun 2003 Pasal 3 menyatakan bahwa :

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa Kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggungjawab (UU Sisdiknas, 2003: 5).

Berbicara mengenai pendidikan merupakan hal yang kompleks karena sering mengalami berbagai persoalan yang menjadi sandungan dunia pendidikan. Melihat tuntutan-tuntutan pendidikan yang semakin tinggi menyebabkan ketidakseimbangan antara tuntutan dan hasil yang dicapai. Dari semua itu tujuan dari setiap anak didik datang ke sekolah tidak lain kecuali untuk belajar di kelas agar mendapatkan ilmu pengetahuan yang baik dan benar.

Untuk itu remaja saat ini sangat memerlukan perhatian yang serius dalam perkembangannya mereka terutama dalam hal pendidikan, Karena masa remaja merupakan masa peralihan dimana suasana hati bisa berubah dengan sangat cepat sehingga kadang emosi tidak bisa dikendalikan tanpa memikirkan akibat.

Menurut Goleman (dalam Ali dan Asrori, 2010:62) mengatakan bahwa:

Emosi adalah setiap kegiatan atau pengelolaan pikiran, perasaan, nafsu serta setiap keadaan mental yang hebat dan meluap- luap. Emosi juga merujuk ke pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas suatu keadaan yang biologis dan psikologis dan serangkaian untuk bertindak.

Hal ini terjadi karena pikiran emosional lebih cepat daripada pikiran rasional karena pikiran emosional sesungguhnya langsung bertindak tanpa mempertimbangkan apa pun yang akan dilakukannya. Sehingga sikap hati-hati dan proses analitis dalam

berpikir dikesampingkan sehingga tidak jarang menjadi ceroboh. Padahal kehati-hatian dan analitis itu sesungguhnya merupakan ciri khas dari proses kerja akal dalam berpikir.

Berdasarkan hasil observasi awal di MTS NW Tanak Maik Masbagik pada hari Senin 7 Desember 2018 bahwa terdapat 5 siswa yang masih tingginya tingkat kemarahan yang tidak terkelola sehingga siswa tersebut tidak mampu mengendalikan dirinya. Adapun bentuk ekspresi kemarahan siswa yang teramati adalah pertengkaran dengan teman, rentannya siswa yang tidak mampu mengelola emosi sehingga mengalami histeris seperti menangis yang tidak terkendali. Selain itu, siswa yang tidak mampu mengelola kemarahan ketika ada masalah di sekolah cenderung menghindari dengan cara bolos dari sekolah.

Dari hasil wawancara pada hari Senin 7 Desember 2018 terhadap 5 orang siswa bahwa, Guru Bk MTs NW Tanak Maik Masbagik belum pernah memberikan layanan konseling kelompok dengan tema pendekatan konseling realitas meningkatkan kemampuan mengontrol emosi, sehingga masih ada siswa yang cenderung tidak mampu mengendalikan diri ketika memiliki atau sedang menghadapi masalah seperti, bertengkar .

Pengertian mengontrol emosi menurut Anonim (2016) mengontrol emosi adalah pengekangan atau penahanan terhadap perasaan batin yang keras (yang timbul dari hati). Karena apabila tidak dapat mengendalikan orang tersebut maka akan mersa rugi baik bagi diri sendiri (psikis dan psikologis) maupun orang lain. Sementara kata emosi berasal dari bahasa latin, yaitu *emovere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi.

Di samping itu menurut Goleman (dalam Ali dan Asrori, 2010:62) mengatakan bahwa:

Mengontrol emosi adalah setiap kegiatan atau pengelolaan pikiran, perasaan, nafsu serta setiap keadaan mental yang hebat dan meluap luap. Emosi juga merujuk kepada suatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas suatu keadaan yang biologis dan psikologis dan serangkaian untuk bertindak.

Selanjutnya menurut Chaplin (dalam Walgito, 2010:222) berpendapat bahwa:

Emosi merupakan reaksi yang kompleks yang mengandung aktifitas derajat yang tinggi dan adanya perubahan dalam kejasmanian serta berkaitan dengan perasaan yang kuat, karena emosi lebih intens dari pada perasaan dan sering terjadi perubahan perilaku, hubungan dengan lingkungan kadang terganggu.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu keadaan yang kompleks yang mencakup perubahan-perubahan. Yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku dan mempengaruhi fungsi psikis lainnya, seperti, tanggapan, atau pengelolaan pikiran, perasaan, pengalaman afektif. Mengontrol emosi adalah setiap kegiatan atau pengelolaan pikiran, perasaan, nafsu serta setiap keadaan mental yang hebat dan meluap luap.

Pengertian konseling kelompok realitas menurut Lubis (2016:171-173). konseling kelompok realitas adalah suatu upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok di mana dapat diperoleh dukungan dan empati yang diperlukan dalam rangka memenuhi kebutuhan mereka, yaitu perilaku yang tidak produktif dan merusak diri sendiri dan orang lain pada saat sekarang.

Penggunaan konseling kelompok realitas membantu konseli berperilaku yang lebih bertanggung jawab dengan cara mengajak konseli menilai perilaku mereka serta menyusun rencana atau kontrak perilaku yang harus mereka laksanakan dalam upaya untuk mengurangi tingkah laku membolos.

Konseling kelompok realitas mengajarkan realitas kepada konseli mengenai cara-cara yang baik untuk memenuhi kebutuhannya secara bertanggung jawab, selain itu tujuan dari konseling kelompok realitas membantu anggota kelompok untuk memikul tanggung jawab bagi dirinya sendiri, kemampuan bertindak sedemikian rupa yang memungkinkan individu memenuhi kebutuhannya dengan tanpa mengorbankan orang lain serta membantu konseli dalam membina tujuan hidupnya (Lubis, 2016:171-173).

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang akan di gunakan adalah eksperimen, dimana Menurut Suharsimi Arikunto (2006 :3) mengatakan bahwa,eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi, mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu.

Sementara menurut Rasnow dan Rosenhal (dalam Sunanto,Takeuchi,Nakata,2005:54):

Desain penelitian eksperimen secara garis besar dapat dibedakan menjadi dua kelompok yaitu (1) desain kelompok (*group desain*) dan (2) desain subjek tunggal (*single subject design*). Desain kelompok mefokuskan pada data yang berasal dari kelompok individu, sedangkan desain subyek tunggal memfokuskan pada data individu sebagai sampel penelitian.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa desain subyek tunggal (*single subject design*) merupakan salah satu dari metode penelitian eksperimen yang memfokuskan pada data individu sebagai sampel penelitian. Desain dalam penelitian eksperimen subjek tunggal yang digunakan peneliti yaitu desain A-B, dimana A merupakan lambang dari data garis dasar (*baseline data*) sedangkan B menjadi data perlakuan (*intervensi data*).

Menurut Sundjana (2009: 71) sampel merupakan peroses menarik sebagian dari subjek, gejala atau objek yang ada pada populasi.Sementara itu menurut Arikunto (2006: 130) “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan sebagian dari populasi yang diambil sebagai perwakilan dari populasi itu sendiri untuk dijadikan bahan penelitian. Adapun Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 5 orang siswa tapi di fokuskan kepada satu orang dari kelas VII MTs NW Tanak Maik.

Definisi operasional variabel adalah penjelasan secara operasional variabel-variabel yang akan diteliti, baik variabel bebas maupun terikat.

Menurut Ridwan (2012: 117) mengatakan bahwa:

Biasanya variabel tindakan (sebagaimana juga pada variabel eksperimen) definisi operasional yang digunakan adalah tipe A yakni berupa bentuk tindakan yang harus dilakukan (yang mengakibatkan timbulnya dampak atau hasil tertentu). Bentuk tindakan misalnya berupa langkah-langkah menjalankan layanan.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa, dalam definisi operasional mempelajari tentang bagaimna cara data bisa dijaring atau data bisa didapatkan untuk mendapatkan data tersebut dalam penelitian ini menggunakan tipe (A) yang dimaksudkan tipe (A) adalah berupa bentuk tindakan yang harus dilakukan, yang mengakibatkan timbulnya dampak atau hasil

Skala psikologi menurut Azhar (2010: 1-4) skala psikologi merupakan proses kuantifikasi suatu atribut. Pengukuran yang diharapkan akan menghasilkan data yang valid harus dilakukan secara sistematis. Berbagai alat ukur telah berhasil diciptakan untuk melakukan pengukuran atribut dalam bidang fisik seperti berat badan, luas bidang datar, kecepatan kendaraan, suhu udara, dan semacamnya yang segi validitasnya semua dapat diterima secara universal.

Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti menggunakan mengumpulkan data yaitu skala kemampuan mengontrol emosi sebanyak 42 item ,pernyataan dengan 4 pilihan jawaban yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Pernyataan yang akan diberikan berbentuk pernyataan negatif akan diberikan skor 1 pada pilihan sangat sesuai, diberikan skor 2 pada pilihan sesuai, diberikan skor 3 pada pilihan tidak sesuai, dan diberikan skor 4 pada pilihan sangat tidak sesuai. Sedangkan pada pernyataan yang akan diberikan berbentuk pernyataan positif akan diberikan skor 4 pada pilihan sangat sesuai, diberikan skor 3 pada pilihan sesuai, diberikan skor 2 pada pilihan tidak sesuai, dan diberikan skor 1 pada pilihan sangat tidak sesuai.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis deskriptif data dengan menjelaskan hasil perhitungan analisis dalam kondisii (evaluasi awal) dan analisis antar kondisi (evaluasi hasil). Analisis dalam kondisi menganalisis perubahan data dalam satu kondisi misalnya kondisi *baseline* atau kondisi intervensi, sedangkan komponen yang akandianalisis meliputi komponen seperti tingkat stabilitas, kecenderungan arah, dan tingkat perubahan (Sunanto dan Dkk,2005: 96).

Analisis antar kondisi dimulai dengan menganalisis data yang stabil harus mendahului kondisi yang akan dianalisis. Misalnya ketika data baseline bervariasi (tidak stabil) maka akan mengalami kesulitan untuk menginterpretasi pengaruh intervensi terhadap variabel terikat, juga tergantung pada perubahan level dan besarnya overlap yang terjadi antara dua kondisi yang sedang dianalisis (Sunanto dan Dkk, 2005: 100).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pelaksanaan penelitian dilakukan 13 kali pertemuan dengan berfokus pada satu orang konseli yang dijadikan sampel penelitian. dan 3 kali pertemuan untuk menjawab skala kemampuan mengontrol emosi *fase baseline* (sebelum diberikan perlakuan), 7 kali pertemuan untuk melakukan konseling kelompok realitas dan 3 kali pertemuan untuk menjawab skala mengontrol emosi *fase intervensi* (setelah diberikan perlakuan). Pada pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 29 Juli 2019.

1. Hasil Penelitian

Data hasil sebelum diberikan perlakuan masalah kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII MTs NW Tanak Maik Tahun Pelajaran 2019/2020 dapat dilihat pada tabel dibawah ini sebagai berikut:

Tabel 4.2 Data sebelum diberikan perlakuan tentang kemampuan mengontrol emosi pada siswa

Sesi	Nama	L/P	Skor
1	NF	P	113
2			127
3			131
	Jumlah		371

Data hasil pada *fase intervensi* setelah diberikan perlakuan masalah kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII di MTs NW Tanak Maik Tahun Pelajaran 2019/2020 dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

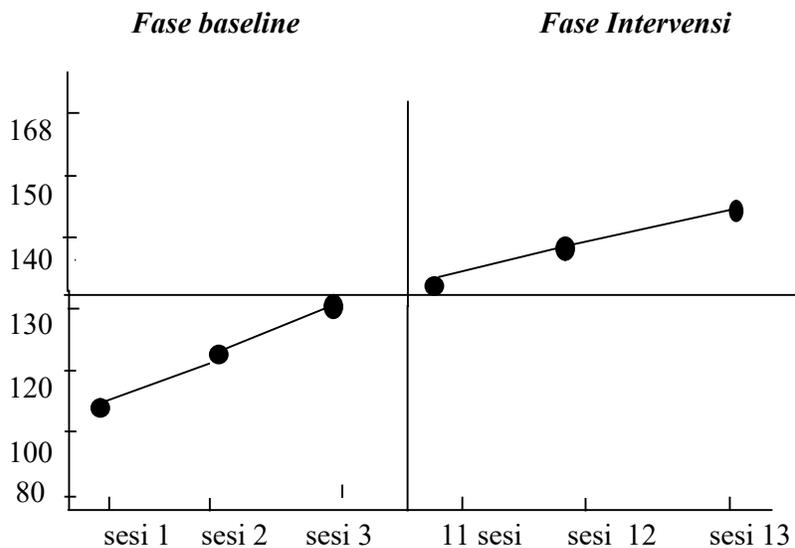
Tabel 4.3 Data Fase Intervensi (setelah diberikan perlakuan) kemampuan mengontrol emosi pada siswa

Sesi	Nama	L/P	Skor
11	NF	P	132
12			135
13			140
		Jumlah	407

Berdasarkan tabel 4.3 setelah diberikan perlakuan menjelaskan tentang kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII MTs NW Tanak Maik Tahun Pelajaran 2019/2020. Setelah diberikan perlakuan atau diberikan layanan konseling (*fase intervensi*) terdapat skor meningkat dari sebelum diberikan perlakuan, dimana pada pertemuan ke sebelas mendapatkan skor = 132, kemudian pada pertemuan ke duabelas dengan skor =135, kemudian pada pertemuan ketiga belas dengan skor =140 dan dari ketiga pertemuan tersebut skor rata-rata diatas mean ideal, dan skor tertinggi =140 dan skor yang terendah= 132 dengan jumlah skor keseluruhan 404

Dari hasil analisis data *baseline* dengan data *intervensi* dimana pada tahap analisis ini terlihat adanya pengaruh atau tidak antara *intervensi* (konseling kelompok realitas) terhadap *baseline* (kemampuan mengontrol emosi). Agar lebih jelasnya digambarkan dalam bentuk grafik yaitu sebagai berikut:

Grafik 4.3 Hasil Analisis perbandingan antara fase baseline dan intervensi



Keterangan:

- Skor 80 s/d 168 : Nilai skor skala kemampuan mengontrol emosi
- Sesi 1 s/d 3S : Sesi pertemuan dengan konseli
- ● : Jumlah skor yang diperoleh konseli
- _____ : garis rata-rata mind ideal (MI)

Berdasarkan hasil grafik subyek tunggal dari d Berdasarkan hasil grafik subyek tunggal dari data hasil penggabungan sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan dapat disimpulkan bahwa, terdapat perbedaan skor pemberian skala kemampuan mengontrol emosi sebelum melakukan layanan konseling kelompok realitas dengan peni (*fase besaline*) dan setelah diberikan layanan konseling realitas (*fase Intervensi*). Sebelum diberikan konseling kelompok realitas dengan skor tertinggi= 131, skor terendah= 113 sedangkan setelah diberikan layanan konseling kelompok realitas realitas mendapat skor tertinggi= 140 , dan skor terendah= 132. Skor rata-rata mean sebelum diberikan konseling =123,6 dan skor rata-rata setelah diberikan layanan konseling kelompok realitas=135,6 Jadi terdapat perbedaan skor sebelum diberikan layanan konseling realitas dan sesudah diberikan konseling realitas. Skor rata-rata setelah diberikan perlakuan lebih tinggi dari skor rata-rata sebelum diberikan perlakuan. Sehingga hasil skor akhir dari hasil analisis data diatas rata-rata.

Begitu juga untuk melihat pengaruh sebelum dan setelah diberikan konseling realitas pada masalah siswa yang berkaitan dengan kemampuan mengontrol emosi pada siswa dapat di lihat pada diagram di bawah ini:

Diagram 4.3 profil masalah siswa(fase baseline) sebelum diberikan perlakuan dalam kemampuan mengontrol emosi

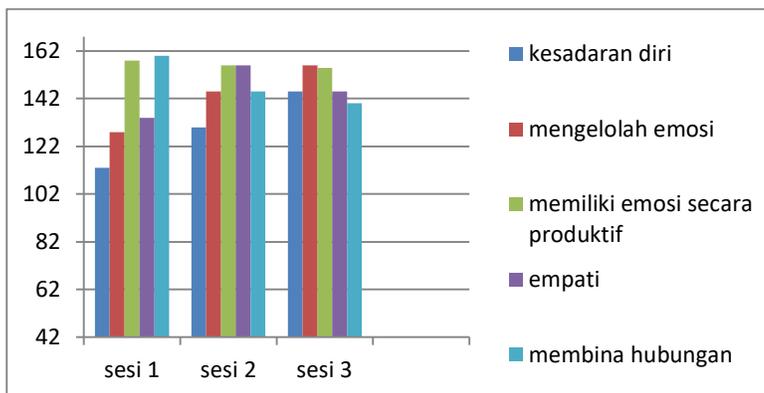
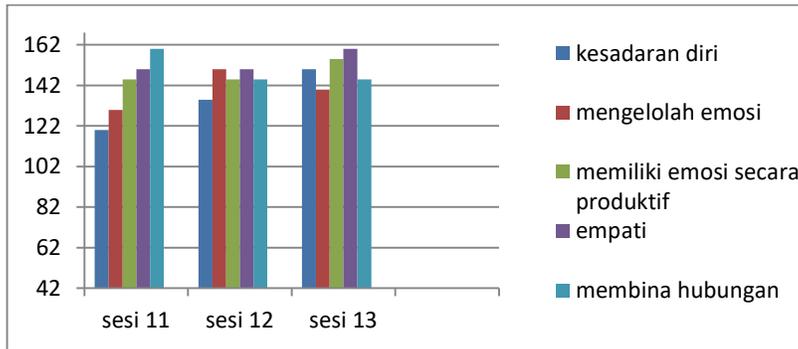


Diagram 4.4 profil masalah siswa (fase intervensi) setelah diberikan perlakuan tentang kemampuan mengontrol emosi



Berdasarkan data grafik 4.3 dan 4.4 tentang kemampuan mengontrol emosi pada siswa menunjukkan bahwa sebelumnya nilai rata-rata pada *fase baseline* tergolong rendah dengan mendapatkan skor rata-rata 123,6 setelah diberikan konseling kelompok realitas pada konseli nampak skor yang diperoleh meningkat menjadi skor rata-rata 135,6. Jadi berdasarkan nilai data yang diperoleh dapat dikatakan aspek membina hubungan pada konseli meningkat

2. Pembahasan

Berdasarkan tujuan dan hasil dari penelitian, maka akan dibahas secara jelas tentang gambaran kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII MTs NW Tanak Maik sebelum diberikan layanan konseling Realitas (*fase baseline*) dan kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII MTs NW tanak Maik setelah diberikan layanan konseling Realitas (*fase intervensi*).

Pelaksanaan layanan konseling kelompok realitas untuk meningkatkan kemampuan mengontrol emosi siswa dilakukan sebanyak 13 kali pertemuan, 6 kali pertemuan pemberian skala kemampuan mengontrol emosi dan 7 kali pertemuan untuk memberikan layanan konseling dengan menggunakan pendekatan konseling kelompok realitas. Pelaksanaan layanan konseling kelompok realitas bertujuan untuk membantu konseli menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan - kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain.

Pada penelitian ini, untuk melihat tingkat keberhasilan yang dilakukan peneliti dari hasil analisis deskriptif penelitian ini maka akan di cocokan berdasarkan hasil dari penelitian yang relevan, yang pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, diantaranya adalah :

Novalina (2011) melakukan penelitian tentang efektivitas konseling realitas untuk meningkatkan penyesuaian diri di fakultas psikologi Sumatra utara Tahun ajaran 2010/2011. Adman (2016) melakukan penelitian tentang peran kecerdasan emosional sebagai faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar siswa di Universitas pendidikan Indonesia Tahun ajaran 2016/2017. Jamna (2016) melakukan penelitian tentang efektifitas pelaksanaan bimbingan kelompok dengan konseling kelompok realitas dalam mengembangkan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah pada siswa kelas X SMAN 1 Sungai Tarab Tahun ajaran 2015/2016.

Penelitian yang relevan diatas memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini yaitu, persamaan penelitian Novalina, dengan penelitian ini adalah sama-sama variabel bebas yaitu pendekatan konseling kelompok realitas. Dan perbedaanya yaitu dijudul tempat, dan tahun penelitiannya yang diteliti oleh Novalina tentang efektivitas konseling realitas untuk meningkatkan penyesuaian diri di fakultas psikologi Sumatra utara tahun ajaran 2010/2011. Sementara penelitian ini mengkaji pengaruh konseling kelompok realitas untuk meningkatkan kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII MTs NW Tanak Maik Tahun Ajaran 2019/2020.

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Adman, dengan penelitian ini yaitu, sama-sama di variabel terikat yaitu peneliti tentang emosi. Perbedaan penelitian tersebut terletak pada penelitian tahun, tempat, penelitian Adman tentang peran kecerdasan emosional sebagai faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar siswa di Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Ajaran 2016/2017. Sedangkan penelitian ini mengkaji tentang pengaruh konseling kelompok untuk meningkatkan kemampuan mengontrol emosi tahun ajaran 2019/2020.

Selanjutnya, persamaan penelitian yang dilakukan oleh Jamna, dengan penelitian ini adalah terletak pada variabel bebas yaitu pendekatan konseling kelompok realitas. Dan perbedaan antara penelitian Jamna dengan penelitian ini adalah terletak pada judul tempat dan tahun penelitian, Jamna penelitian tentang efektifitas pelaksanaan bimbingan kelompok dengan konseling kelompok realitas dalam mengembangkan penyesuaian diri siswa dilingkungan sekolah pada siswa kelas X SMAN 1 Sungai Tarab Tahun Ajaran 2015/2016. Sedangkan penelitian ini mengkaji tentang pengaruh konseling kelompok realitas untuk meningkatkan kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII MTs NW Tanak Maik Tahun Pelajaran 2019/2020.

D. KESIMPULAN

Dari hasil analisis data menunjukkan nilai rata-rata (*fase baseline*) 123,6 skor terendah 113 dan skor tertinggi 131 dengan skor rata-rata 371. Sedangkan nilai rata-rata (*fase baseline*) 123,6. Skor terendah 132 skor tertinggi 140 dengan, mean rata-rata 135,6. Bahwa pemberian layanan konseling kelompok realitas dapat meningkatkan kemampuan mengontrol emosi pada siswa kelas VII MTs NW Tanak Maik.

Bagi Guru BK, hendaknya menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan realitas untuk meningkatkan kemampuan mengontrol emosi pada siswa, dimana pendekatan konseling kelompok realitas tersebut telah efektif digunakan dalam penelitian ini. Bagi siswa, diharapkan untuk dapat meningkatkan kemampuan mengontrol emosinya dengan baik. dengan menjalankan pengalaman dan keputusan konseli yang telah dijalani. Kepada peneliti, dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim,(2016) . <http://penegertian.komplit.blogspot.com/2016/02-pengertian-pengendalian-emosi.html>.di unduhHari Jum'at.10 April, 8:30 WITA.
- Anonim,(2019).<http://journal.uinbanten.ac.id/index.php/saintifikislamic/atricel/view/284>.diunduh HariSelasa, 02 Mei,2019, 09:45 WITA.
- Ali Mohammad,& Asrori Mohammad. (2010). *Psikologi Remaja perkembangan perstadidik*. Jakarta. PT BumiAskara.
- Arikunto, Suharsimi.(2006). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*.Jakarta RinekaCipta
- Azwar saifuddin.(2010). *Penyusun Skala Psikologi*.Yogyakarta.penerbit Pustaka Pelajar.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.Jakarta.RinekaCipta.
- Corey, Gerald. (2010). *Teori dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*.Penerjemah E. Koskawara. Bandung. Refika Aditama.
- Purwanto.(2010). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi Dan Pendidikan*.Yogyakarta.PustakaPelajar.
- Nurkencana, wayan.1986.*Evaluasipendidikan*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Ridwan.(2016). *Penelitian Tindakan Bimbingan Dan Konseling Dengan Pendekatan Islami Dilengkapi dengan Latihan Membuat Proposal*. Bandung. Alfabeta..
- Sukmadinata,Nana S.(2012). *Metod ePenelitian Pendidikan*.Bandung: Penerbit PTRemaja Rosdy.
- Sugiyono, (2010).*Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sobur, Alex .(2013). *Psikologi umum dalam lintasan sejarah*.Bandung .CV PustakaSetia
- Sugiyono. (2010). *Metode P enelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.Bandung: Alfabeta.
- Walgito, Bimo.(2010). *Pengantar psikologi umum*.Yogyakarta. CV Andi.
- Sugiyono (2014). *Statistika untuk penelitian*. Bandung. Afabeta
- Sobur, Alex .(2013). *Psikologi umum dalam lintasan sejarah*.Bandung .CV PustakaSetia.
- Sunanto,Takeuchi,Nakata.(2005).*Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal*.
Tsukuba: Criced.
- Yusuf Ln Syamsu.(2015). *Psikologi Perkembangan anak dan remaja*.Bandung. PT Remaja Rosdakarya.