

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *ROLE PLAYING* TERHADAP REGULASI EMOSIONAL SISWA MTs AL-WASHLIYAH JATI REJO

Nurika Aulia¹, Ika Sandra Dewi²,

Dina Hidayati Hutasuhut³, Khairina Ulfa Syaimi⁴

¹²³⁴Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah

[1nurikaaulia@umnav.ac.id](mailto:nurikaaulia@umnav.ac.id), [2ikasandradewi@umnav.ac.id](mailto:ikasandradewi@umnav.ac.id),

[3dinahidayatihts@umnav.ac.id](mailto:dinahidayatihts@umnav.ac.id), [4khairinaulfa@umnav.ac.id](mailto:khairinaulfa@umnav.ac.id)

ABSTRACT

Emotion is a person's reaction to a situation. Emotions can be pleasant feelings such as joy, happiness, love and laughter. A person who has good emotional regulation can behave positively and benefit themselves and others. This study aims to determine the effect of group guidance using role playing techniques on the emotional regulation of students at MTs Al-Washliyah Jati Rejo. The method used in this study is pre-experimental research. The research design uses one group design pretest and posttest, namely the existence of a group that is given treatment preceded (pretest) before treatment and (posttest) after treatment. The population in this study were all class VIII MTs as many as 30 students. The researcher will use 10 students as research samples taken based on the results of the questionnaire that has been given and based on certain criteria. The instrument used in this study is a questionnaire. The data obtained are then calculated using statistical assessment. So that the results of the calculated t value are greater than the t table, namely ($5.626 > 2.262$) indicating that the relationship between the two variables is positive. The significance value of 0.00 is smaller than the significance level of 0.05 ($0.00 < 0.05$), which indicates that the research hypothesis is accepted. Thus, the Role Playing Technique Group Guidance Service on Students' Emotional Regulation is proven.

Keywords: *Emotional Regulation, Group Guidance, Role Playing*

ABSTRAK

Emosi adalah reaksi seseorang terhadap suatu keadaan. Emosi bisa berupa perasaan yang menyenangkan seperti sukacita, bahagia, cinta dan tawa. Seseorang yang memiliki regulasi emosi yang baik dapat berperilaku yang positif dan menguntungkan diri sendiri dan orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik *role playing* terhadap regulasi emosional siswa MTs Al-Washliyah Jati Rejo. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian *pre-experimental*. Desain penelitian menggunakan *one group design pretest and posttest*, yaitu adanya suatu kelompok yang diberikan perlakuan dengan didahului (*pretest*) sebelum perlakuan dan (*posttest*) sesudah perlakuan. Populasi dalam penelitian ini seluruh kelas VIII MTs sebanyak 30 siswa. Peneliti akan memakai 10 siswa untuk menjadi sampel penelitian yang diambil berdasarkan hasil angket yang telah diberikan dan berdasarkan kriteria

tertentu. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ialah berupa kuesioner (angket). Data yang diperoleh kemudian dihitung menggunakan penilaian statistik. Sehingga mendapatkan hasil Nilai t hitung lebih besar dari t tabel yaitu ($5,626 > 2,262$) menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat positif. Nilai signifikansi sebesar 0,00 lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,00 < 0,05$), yang menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Dengan demikian, Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* Terhadap Regulasi Emosional Siswa terbukti.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Bimbingan Kelompok, *Role Playing*

A. Pendahuluan

Pendidikan menjadi sebuah kebutuhan hak manusia. Undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional Bab 1 Ayat 1, sebagai berikut: Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian dirinya, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Menurut Yusuf dan Kristiana, (2018) Pendidikan merupakan suatu bagian yang melekat pada manusia. Pada dasarnya pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan, membentuk watak serta membangun kecerdasan setiap bangsa, bertujuan untuk mengembangkan ide, potensi peserta

didik agar menjadi beriaman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, sehat, berilmu, berkarakter, mandiri dan bertanggung jawab. Pada tujuan ini dapat dipahami bahwa berpendidikan harus dapat mengembangkan sikap dan karakter seseorang agar dapat menjadi warga yang bertanggung jawab untuk masa depan.

Sejak lahir manusia sudah dibekali dengan kemampuan untuk merasakan berbagai macam emosi. Kemampuan ini selanjutnya akan terus berkembang dengan proses pematangan serta adanya proses belajar melalui pengalaman dan interaksi dengan orang lain di lingkungan emosi yang dirasakannya. emosi yang ditunjukkan pun terbatas hanya pada perasaan senang dan tidak senang (Yahdinil dalam Firdaus, dkk., 2020).

Kutipan dari jurnal Sri Dewi (2021), manusia adalah makhluk yang

memiliki rasa dan emosi. Hidup manusia diwarnai dengan adanya emosi dan berbagai macam perasaan. Manusia menjadi sulit menikmati hidup secara optimal tanpa memiliki emosi, karena emosi menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan kita. Sebagai manusia, disamping itu emosi juga merupakan bentuk komunikasi yang dapat mempengaruhi manusia sebagai makhluk individu dan sekaligus makhluk sosial yang senantiasa melakukan hubungan interpersonal dengan sesamanya. Dalam hubungan itu dipastikan adanya berbagai pengalaman yang dapat menimbulkan aneka jenis emosi yang ditandai dengan berbagai ekspresi yang berbeda.

Kemampuan regulasi emosi yang dimiliki individu sudah dimiliki sejak bayi hingga dewasa, kemampuan ini terus berkembang bersamaan dengan pengalaman pengalaman emosi yang terjadi oleh kemampuan regulasi yang dimiliki mahasiswa lebih bervariasi dan bersifat fleksibel sesuai dengan tuntutan lingkungan sosial tempatnya berada. Emosi adalah reaksi seseorang terhadap suatu keadaan. Emosi bisa berupa perasaan yang

menyenangkan seperti sukacita, bahagia, cinta dan tawa. Emosi yang tidak menyenangkan berupa marah, benci, takut, dan cemas. Emosi sangat berperan penting bagi keseimbangan pola pikir seseorang yang dapat berpengaruh pada pola perilakunya. (Raihana, 2020).

Seseorang yang memiliki regulasi emosi yang baik dapat berperilaku yang positif dan menguntungkan diri sendiri dan orang lain. Hal itu dapat ditandai ketika individu meregulasi emosi maka dapat bekerjasama, menolong, berdamai, berbagi dan sebagainya. begitupula sebaliknya, pengelolaan emosi yang tepat memunculkan perilaku secara rasional dan sadar (Ningrum at al., 2019). Setiap peserta didik harus memiliki karakter yang baik dan dapat mencerminkan diri sebagai peserta didik yang menjunjung ilmu pengetahuan. Jika seorang peserta didik tak memiliki pengembangan karakter yang baik maka peserta didik tidak akan mampu dalam mengelola emosi yang ada di dalam dirinya.

Berdasarkan hasil observasi dengan guru-guru disekolah MTs Al-Washliyah Jati Rejo, seberapa banyak siswa yang masih belum mampu

dalam meregulasi emosi negative dalam lingkungan sekitarnya. Dalam hal yang dibahas ini, sangat dibutuhkan peran guru Bimbingan dan Konseling di sekolah. Dikarenakan seorang guru Bimbingan dan Konseling yang mampu mengenal dekat dengan siswa, juga guru Bimbingan dan Konseling dapat memberikan bimbingan ataupun motivasi yang membangun dalam mengarahkan siswa ke arah yang lebih baik.

Upaya membantu siswa disekolah tersebut, peneliti memberikan layanan alternative dalam Bimbingan dan Konseling. (Prayitno, 2015) yang dimaksud dengan layanan bimbingan kelompok adalah "suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok". Artinya semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain sebagainya, apa yang dibicarakan itu semua bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya. Layanan Bimbingan Kelompok adalah suatu kegiatan kelompok yang

memberikan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota- anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama (Syafaruddin dalam Ira Farahdina Aisyah, 2023). Menurut Wina Sanjaya *role playing* adalah metode pembelajaran sebagai bagian dari simulasi yang diarahkan untuk mengkreasi peristiwa sejarah, mengkreasi peristiwa-peristiwa aktual, atau kejadian yang mungkin akan muncul pada masa mendatang.

Disebabkan itu peneliti tertarik untuk menjalankan sebuah penelitian yang berjudul "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok melalui Teknik *Role Playing* terhadap Regulasi Emosional Siswa MTs Al-Washliyah Jati Rejo".

B. Metode Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian *pre-experimental*. yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang merupakan perkiraan bagi informasi yang dapat diperoleh dengan eksperimen yang sebenarnya dalam keadaan yang tidak memungkinkan untuk mengontrol atau memanipulasikan semua variable

yang relevan. Desain penelitian menggunakan *one group design pretest and posttest*, yaitu adanya suatu kelompok yang diberikan perlakuan dengan didahului (*pretest*) sebelum perlakuan dan (*posttest*) sesudah perlakuan. Desain ini akan dilakukan observasi sebanyak dua kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas VII MTs Al-Washliyah Jati Rejo yang berjumlah 30. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode *purposive sampling*. Karena pengambilan sampel anggota dari populasi dilakukan berdasarkan kriteria atau pertimbangan tertentu yang ditentukan oleh peneliti. Kriteria dan langkah-langkah yang menjadi dasar pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Peserta didik kelas VIII MTs Al-Washliyah Jati Rejo
2. Peserta didik yang tidak mampu meregulasikan

emosinya berdasarkan dari kriteria tertentu dan hasil dari angket yang telah diberikan

3. Peserta didik bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Penulis melakukan observasi kepada guru-guru MTs Al-Washliyah Jati Rejo dikarenakan peneliti akan memberikan layanan bimbingan kelompok maka terdapat ketentuan tertentu. Peneliti akan memakai 10 siswa untuk menjadi sampel penelitian yang diambil berdasarkan hasil angket yang telah diberikan dan berdasarkan kriteria tertentu.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Sebelum dilakukan penelitian, peneliti melakukan uji coba angket, yaitu menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini merupakan hasil adopsi dari angket yang telah dikembangkan oleh Tria Yunita Sari dan Najlatun Naqiyah. Mengingat instrumen

tersebut telah melalui proses validasi dan reliabilitas pada penelitian asalnya, peneliti dalam studi ini tidak melakukan pengujian validitas dan reliabilitas ulang.

Hasil uji dari penelitian terdahulu menunjukkan bahwa angket tersebut memiliki validitas yang memadai, ditunjukkan oleh nilai korelasi item yang memenuhi kriteria, serta reliabilitas yang tinggi, dengan nilai Cronbach's Alpha melebihi batas minimum yang disarankan. Oleh karena itu, instrumen ini dinilai layak dan relevan untuk digunakan kembali dalam konteks penelitian yang sejenis. Dalam angket ini ada 40 butir item dan terdapat 2 butir item yang tidak valid dan 4 indikator.

Uji Normalitas

Uji statistik normalitas yang digunakan di dalam penelitian ini ialah uji kolmogrov smirnov dan dengan bantuan SPSS Version 23.00 For Windows. Di dalam uji normalitas jika nilai $> 0,05$ maka data tersebut berdistribusi normal, begitu juga sebaliknya jika nilai $< 0,05$ maka data tersebut tidak berdistribusi normal. Berikut hasil uji normalitas yang

diperoleh dari bantuan program SPSS:

Tabel 1 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pre	post
<i>N</i>		10	10
<i>Normal Parameters</i>	<i>Mean</i>	106.00	133.20
<i>a,b</i>	<i>Std. Deviation</i>	11.557	10.779
<i>n</i>			
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute Positive Negative</i>	.235 .117 -.235 .235	.185 .185 -.115 .185
<i>Test Statistic</i>			
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.124 ^c	.200 ^{c,d}

a. *Test distribution is Normal.*

b. *Calculated from data.*

c. *Lilliefors Significance Correction.*

d. *This is a lower bound of the true significance.*

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa nilai signifikansi dari kedua variabel pada penelitian ini berada pada distribusi normal. Hal ini dilihat dari uji normalitas yang memperoleh nilai signifikansi dari pre test yaitu $0,124 > 0,05$ dan nilai signifikansi dari post test yaitu $0,200 > 0,05$.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan dengan bantuan SPSS Version 23.00 For Windows. uji homogenitas jika nilai $> 0,05$ maka data tersebut homogen , begitu juga sebaliknya jika nilai $< 0,05$ maka data tersebut tidak homogen. Hasil perhitungan uji

homogenitas pada data penelitian ini dapat dilihat pada tabel SPSS sebagai berikut:

Tabel 2 Uji Homogenitas

*Test of Homogeneity of Variances
pre test*

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.074	1	18	.789

Berdasarkan hasil uji homogenitas diatas, diperoleh nilai signifikansi yaitu $0,789 > 0,05$ artinya yaitu data tersebut homogen. hasil ini mengindikasikan bahwa variabel yang diuji memiliki tingkat variabilitas yang sebanding di seluruh kelompok yang diteliti.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji t berpasangan (*Paired Sampel T-Test*), yang digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara dua kelompok data yang berpasangan yaitu antara nilai pre test dan post test. Uji hipotesis

dilakukan dengan bantuan SPSS Version 23.00 For Windows.

Hasil perhitungan uji homogenitas pada data penelitian ini dapat dilihat pada tabel SPSS sebagai berikut:

Tabel 3 Uji Hipotesis

Paired Samples Test									
		Paired Differences				95% Confidence Interval of the Difference	t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower				
					Upper				
Pai ri 1	bimbi ngan kelo mpok - regul asi emosi onal	27. 200	15. 288	4.8 35	16. 263	38.13 7	5.6 26	9	.000

Berdasarkan data diatas maka terdapat nilai signifikansi (2-tailed) lebih kecil dari taraf signifikansi yaitu ($0,00 < 0,05$) dan juga terdapat nilai t hitung $>$ t tabel yaitu ($5.626 > 2.262$).

Maka ada 2 cara dalam pengambilan keputusan yaitu:

1. Apabila nilai signifikansi (2-tailed) $< 0,05$ menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara dua variabel dan terdapat pengaruh terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel.
2. Apabila nilai t hitung $> t$ tabel maka dikatakan adanya perbedaan yang signifikan antara dua variabel dan menunjukkan terdapat pengaruh perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel.

Maka berdasarkan hasil diatas dapat disimpulkan bahwa "Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* berpengaruh Terhadap Regulasi Emosional Siswa MTs Jati Rejo", karena dengan adanya perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel

dikarenakan nilai t hitung $> t$ tabel dan nilai signifikansi $< 0,05$.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* Terhadap Regulasi Emosional Siswa. Hasil dari analisis data dalam penelitian ini yaitu menunjukkan adanya Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* Terhadap Regulasi Emosional Siswa dibuktikan dengan hasil nilai signifikansi (2-tailed) yaitu $0,00 < 0,05$, dan terdapat nilai uji t yang menunjukkan positif dengan adanya perbedaan yang signifikan berdasarkan nilai t hitung $> t$ tabel, yang artinya secara statistik Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* Terhadap Regulasi Emosional Siswa karena nilai signifikansi $< 0,05$. Terjadi peningkatan atau perbedaan dalam kemampuan komunikasi

interpersonal siswa dikarenakan nilai t hitung yang bernilai positif atau > tabel, nilai t hitung yang positif menunjukkan bahwa skor rata-rata. Setelah pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* lebih tinggi dibandingkan sebelum program diberikan serta arah pengaruhnya sesuai dengan harapan awal, karena skor Regulasi Emosional setelah program mengalami peningkatan yang signifikan.

Sesuai dengan pendapat Prayitno (2017) yang mengatakan bahwa layanan bimbingan kelompok yang diberikan dalam suasana kelompok memiliki keunggulan dalam mengembangkan keterampilan emosi dan komunikasi sosial untuk siswa. Dan salah satu teknik dalam layanan bimbingan kelompok yang digunakan untuk membantu siswa dalam melatih dan mengembangkan regulasi emosi yaitu teknik *role playing*. Selain untuk

menghargi diri sendiri, teknik role playing juga melatih individu untuk meningkatkan empati individu terhadap orang lain. Efektivitas program ini bersifat universal dan dapat diterapkan sebagai pendekatan yang komprehensif. Setiap siswa memiliki karakteristik psikologis, latar belakang keluarga, serta pengalaman sosial yang berbeda-beda, namun dengan pendekatan yang beragam dan fleksibel, Teknik ini dapat memberikan hasil yang optimal.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* Terhadap Regulasi Emosional Siswa bukan satu-satunya metode layanan yang cocok dalam meningkatkan regulasi emosi siswa. Meningkatkan regulasi emosi siswa diperlukan pendekatan yang holistik dan kontekstual melalui pemanfaatan

berbagai layanan dan teknik bimbingan yang saling melengkapi.

meningkatkan regulasi emosional siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji *Paired Sample T-Test*, diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pre-test* dan *posttest* pada kemampuan regulasi emosional siswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai rata-rata *pre-test* sebesar 106,00 dan *post-test* sebesar 133,20, yang berarti terdapat peningkatan sebesar 27,20 poin setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*.

Adapun nilai t hitung sebesar 5,626 dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000, yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Maka, secara statistik, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari layanan bimbingan kelompok teknik *role playing* terhadap

Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan *role playing* berperan penting dalam meningkatkan regulasi emosi siswa. Dalam proses ini, siswa tidak hanya diajak untuk aktif berpartisipasi, juga melatih empati, melatih keterampilan mengelola emosi, meningkatkan kesadaran emosi, juga melahir kepercayaan diri. Melalui kegiatan ini, siswa dapat menyalurkan ekspresi, melibatkan diri dalam suasana yang menyenangkan, serta membangun antusiasme baru dalam proses pembelajaran.

Dalam pelaksanaannya, teknik *role playing* pada layanan bimbingan kelompok yang efektif ditandai oleh adanya keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Melalui teknik *role playing*, siswa diberi ruang untuk mengalami langsung kesadaran

emosi dalam berbagai konteks sosial, sehingga dapat memahami posisi orang lain dan merespons secara tepat. Selain itu, kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik role playing juga mendorong siswa untuk berani tampil, menghargai pendapat teman, dan mengontrol emosi selama berinteraksi. Hal ini sangat penting dan efektif untuk membantu siswa mengembangkan regulasi emosi, yang merupakan keterampilan penting untuk kesejahteraan emosional dan sosial mereka.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing memberikan kontribusi nyata dalam membentuk dan melatih regulasi emosi siswa. Layanan ini efektif dalam menciptakan siswa untuk mengeksplorasi berbagai emosi dan perspektif, serta mengembangkan keterampilan sosial dan pemecahan masalah yang penting untuk regulasi emosi.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* Terhadap Regulasi Emosional Siswa dapat disimpulkan bahwa hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara teknik *role playing* terhadap regulasi emosional siswa.

Nilai *t* hitung lebih besar dari *t* tabel yaitu ($5,626 > 2,262$) menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat positif. Nilai signifikansi sebesar 0,00 lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,00 < 0,05$), yang menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Dengan demikian, Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* Terhadap Regulasi Emosional Siswa terbukti.

Selanjutnya berdasarkan hasil perhitungan koefisien determinasi, diperoleh nilai sebesar 13,9% dan 86,1%. Hal ini menunjukkan bahwa 13,9% peningkatan regulasi emosi dipengaruhi oleh teknik *role playing*, sedangkan 86,1% dipengaruhi oleh faktor lain, seperti teknik *assertive training*, *sosiodrama*, *modeling*, *cognitive restructuring*, dan *self-management*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, I. F. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi pada Siswa Kelas XI IIS SMA N 1 Binjai Kab. Langkat. *Jurnal Mudabbir Penelitian dan Kajian Pendidikan*, 3 (2), 70-83.
- Dewi, S. (2021). *Strategi Regulasi Emosi dalam Menangani Masalah pada Kepengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'-Malebbi IAIN Parepare* (IAIN Parepare).
- Firdaus, L. A., Ismanto, H. S., & Widiharto, C. A. (2020). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Untuk Mengembangkan Regulasi Emosi. *Empati-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 101.
- Hutasuhut, Dina Hidayati, Muhammad Noer Fadlan, and Dinda Yarshal.(2023)"Mengurangi Penyebab Plagiat pada Tugas Akhir Semester Melalui Bimbingan Kelompok Mahasiswa BK Universitas Muslim Nusantara Alwashliyah." Journal on Education. 3023-3027.
- Ningrum, R. E. C., Matulessy, A., & Rini, R. A. P. (2019). Hubungan antara konformitas teman sebaya dan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku bullying pada remaja. *Insight: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 15(1), 124.
- Prayitno. (2015). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang : Universitas Negeri Padang.
- Prayitno dkk. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok yang Berhasil Dasar dan Profil, (Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia).
- Raihana, R. (2020). Upaya pengelolaan emosi ibu pada anak selama pembelajaran dari rumah

(dampak pandemi covid 19).

Generasi Emas, 3(2), 132-142.

Yusuf, P. M., & Kristiana, I. F. (2018).

Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial pada siswa sekolah menengah atas.

Jurnal Empati, 6(3), 98-104.