

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
REINFORCEMENT TERHADAP PENGENDALIAN EMOSI SISWA SMP
SWASTA DHARMA UTAMA SUKASARI – PEGAJAHAN**

Mayling Zul agesta¹, Nur Asyah ², Ika Sandra Dewi³,Dina Hidayati Hutasuhut⁴

^{1,2,3,4}Universitas Muslim Nusantara Al-washliyah, Medan

maylingmaylingzulagesta@gmail.com, nurasyah@umnaw.ac.id,
ikasandradewi@umnaw.ac.id, dinahidayatihts@umnaw.ac.id.

ABSTRACT

This Pre-Experiment research aims to determine the effect of group guidance using the Reinforcement technique on emotional regulation among students at Dharma Utama Private Junior High School in Sukasari Pegajahan, to see if this group counseling service can improve emotional control in students. The subjects of this study are the students of Dharma Utama Private Junior High School in Sukasari Pegajahan (in this study, only 10 students were sampled). This type of research is qualitative. Data collection techniques were carried out through observation, interviews, and group guidance services with the Reinforcement technique, which examines the impact of this group guidance on students' emotional regulation. After conducting the research, the following results were obtained: 1) The implementation of group guidance with the Reinforcement technique on emotional regulation in autistic students at Dharma Utama Junior High School in Sukasari Pegajahan was conducted according to the students' needs. 2) Group guidance using Reinforcement techniques aimed at emotional regulation in students is provided learners in managing their emotions. 3) The school counselor plays a role in guiding students to be able to control their emotions. Overall, this study concludes that group guidance services using Reinforcement techniques can improve emotional control in students at Dharma Utama Sukasari Pegajahan Private Junior High School. Overall, this study concluded that group guidance services with Reinforcement techniques can improve emotional control in students at Dharma Utama Sukasari Pegajahan Private Middle School. The pretest results before being given group guidance services with Reinforcement techniques were 49.125% and the posttest results after being given group guidance services with Reinforcement techniques were 79.5%. This proves that there was an increase of 30.375% in students who participated in group guidance services with Reinforcement techniques. This shows that these services can improve emotional control in Dharma Utama Sukasari Pegajahan Private Middle School students.

Keywords: Group Guidance, Reinforcement Techniques, Emotion Regulation

ABSTRAK

Penelitian Pra Eksprimen ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement terhadap pengendalian emosi pada siswa SMP Swasta Dharma Utama Sukasari Pegajahan, apakah layanan konseling kelompok ini dapat meningkatkan pengendalian emosi pada siswa. Adapun sebagai subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik tingkat SMP Swasta Dharma Utama Sukasari Pegajahan (dalam penelitian yang menjadi sampel hanya 10 siswa), Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif Teknik pengumpulan data dilakukan dengan, Observasi, wawancara, layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement yaitu meneliti pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik tersebut pada pengendalian emosi siswa. Setelah dilakukan penelitian diperoleh hasil sebagai berikut: 1) Pelaksanaan Bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement terhadap pengendalian emosi pada siswa di SMP Swasta Dharma Utama Sukasari Pegajahan dilakukan sesuai kebutuhan siswa. 2) Bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement terhadap pengendalian emosi pada siswa diberikan bertujuan untuk membantu peserta didik dalam pengendalian emosi. 3) Guru BK memiliki peran dalam mengarahkan siswa untuk dapat mengendalikan emosinya. Secara keseluruhan penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement dapat meningkatkan penendalian emosi pada siswa di SMP Swasta Dharma Utama Sukasari Pegajahan Hasil pretest sebelum diberikan treatment layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement sebesar 49,125% dan hasil posttest setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement sebesar 79,5%. Hal ini membuktikan bahwa terjadinya peningkatan sebesar 30,375% pada peserta didik yang mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement. Hal ini menunjukkan bahwa layanan tersebut dapat meningkatkan pengendalian emosi peserta didik SMP Swasta Dharma Utama Sukasari Pegajahan.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik Reinforcement, Penhngendalian Emosi

A. Pendahuluan

Pengendalian emosi merupakan kemampuan penting yang perlu dikembangkan oleh siswa, terutama pada masa remaja, dimana mereka mengalami perubahan emosional yang signifikan. Pada masa SMP menjadi fase yang sangat penting dalam pembentukan karakter dan kemampuan sosial siswa. Namun, di SMP Swasta Dharma Utama Sukasari, beberapa siswa menunjukkan kesulitan dalam

mengendalikan emosi, seperti marah, frustrasi, atau terlibat konflik dengan teman sebaya. Hal ini dapat mengganggu suasana belajar, hubungan sosial, dan perkembangan pribadi mereka.

Layanan bimbingan kelompok menawarkan solusi untuk membantu siswa mengalami dan mengelola emosinya secara efektif, melalui pendekatan ini, siswa mendapatkan dukungan dari konselor dan teman sebaya untuk mengeksplorasi masalah emosional yang dihadapi.

Salah satu teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok adalah teknik reinforcement (penguatan), yang memberikan apresiasi atau dorongan positif untuk memotivasi siswa mengembangkan perilaku yang diinginkan, seperti mengelola emosi dengan lebih baik.

Penelitian ini penting dilakukan untuk mengukur sejauh mana pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan reinforcement terhadap kemampuan pengendalian emosi siswa sehingga dapat memberikan rekomendasi strategis bagi guru BK dan pihak sekolah dalam mengatasi masalah emosional siswa.

Tingkat stress dan emosi negatif yang tinggi pada siswa SMP Swasta Dharma Utama Sukasari pada masa remaja adalah periode yang penuh dengan perubahan dan tantangan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Siswa SMP sering kali menghadapi tekanan akademik yang tinggi, tekanan sosial, dan perubahan hormonal yang signifikan dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan emosi negative lainnya pada siswa.

Menurut *Dra. Nur Asyiah (2019)*, bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri. Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan baru dari guru pembimbing (konselor) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan atau topic tertentu

berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari, atau untuk perkembangan dirinya baik secara individu maupun sebagai pelajar, dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Menurut *Prayitno (2017)* Kegiatan bimbingan kelompok pada umumnya terdapat empat tahap perkembangan kegiatan kelompok, yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

Kurangnya keterampilan pengendalian emosi yang memadai banyak siswa SMP Swasta Dharma Utama Sukasari yang belum memiliki keterampilan yang memadai untuk mengelola emosi mereka secara sehat. Mereka mungkin kesulitan mengenali dan memahami emosi mereka sendiri, serta kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang konstruktif. Kurangnya keterampilan ini dapat berdampak negatif pada perilaku mereka, hubungan interpersonal mereka, dan prestasi akademik mereka.

Peran bimbingan kelompok dalam pengembangan sosial-emosional dapat menjadi wadah yang efektif untuk membantu siswa yang mengembangkan keterampilan sosial-emosional mereka. Dalam konseling kelompok, siswa dapat belajar tentang emosi mereka sendiri dan emosi orang lain, berlatih dalam mengapresiasi emosi mereka dengan cara yang sehat, dan membangun hubungan yang positif dengan teman.

Teknik reinforcement dalam bimbingan kelompok dapat digunakan dalam bimbingan kelompok untuk mendorong perilaku positif dan mengurangi perilaku negatif. Teknik ini melibatkan pemberian hadiah atau penghargaan untuk perilaku yang diinginkan, dan pengurangan atau

penghilangan hadiah untuk perilaku yang tidak diinginkan. Teknik reinforcement dapat membantu siswa belajar mengendalikan emosi mereka dengan cara yang lebih positif dan konstruktif.

Pentingnya program konseling di SMP Dharma Utama Sukasari seperti banyak sekolah lainnya, mungkin memiliki program konseling yang bertujuan untuk membantu siswa mengembangkan sosial-emosional dan mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Program konseling ini dapat memberikan layanan konseling individual, bimbingan kelompok, dan program pencegahan yang dirancang untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan yang mereka butuhkan untuk sukses di sekolah dan dalam hidup.

Hasil wawancara dengan guru BK di SMP Swasta Dharma Utama Sukasari mengenai pengendalian emosi siswa/siswi kelas VII. Siswa sering kali mudah marah dan frustrasi ketika menghadapi kesulitan saat di jam pelajaran ataupun saat mereka tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan. Siswa juga sering kesulitan untuk mengendalikan emosi mereka ketika menghadapi situasi yang menekan, seperti ujian atau konflik dengan teman. Siswa menunjukkan perilaku agresif, seperti memukul, menendang, atau melempar benda, ketika mereka marah atau frustrasi. Siswa menarik diri dari lingkungan sosial dan menghindari interaksi dengan orang lain ketika mereka merasa sedih atau kecewa.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pra eksperimental (eksperimen semu). Hal ini karena masih terdapat variabel luar yang berpengaruh terhadap

terbentuknya variabel *dependent*, hasil eksperimen yang merupakan *dependent* itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel *independent*. Hal ini terjadi karena tidak adanya variabel kontrol. Pengambilan sampel responden dalam penelitian ini tidak melalui proses randomisasi karena hal ini digunakan peneliti untuk mengetahui informasi di awal penelitian. Desain penelitian yang peneliti gunakan adalah dengan metode *one group pre test– post test*. Desain penelitian ini digambarkan dalam tabel di bawah ini:

Tabel: 1 Metode Penelitian One Group Pretest – Posttest Design

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
O ₁	X	O ₂

Keterangan:

- O₁ : Pengukuran (*pretest/Quesioner*) untuk mengukur tingkat emosi siswa, sebelum diberikan konseling kelompok.
- X : Pemberian perlakuan (*treatment*), yaitu pemberian konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* terhadap emosi siswa
- O₂ : Pengukuran (*posttest/Quesioner*) untuk mengukur tingkat emosi siswa siswa setelah diberikan perlakuan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

**Data Peserta didik SMP Swasta
Dharma Utama Sukasari
Pegajahan Yang mengikuti
Bimbingan Kelompok dengan
teknik Reinforcement**

No	Inisial	Kelas	Hasil	Kriteria
1	AAP	VIII	49	Rendah
2	AI	VIII	47	Rendah
3	DP	VIII	51	Rendah
4	NR	VIII	51	Rendah
5	HH	VIII	50	Rendah
6	DS	VIII	46	Rendah
7	M	VIII	50	Rendah
8	NN	VIII	49	Rendah
9	M	VIII	50	Rendah
10	NN	VIII	49	Rendah

Berdasarkan tabel 4.2 tersebut sebelum diberikan perlakuan layanan Bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement pada peserta didik di SMP Swasta Dharma Utama Sukasari Pegajahan, diperoleh data dengan kriteria rendah yang sesuai dengan kategori tingkatan skala pengendalian emosi yang baik. Maka dari itu peneliti memberikan *treatment* dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement dalam meningkatkan pengendalian emosi pada peserta didik.

**Hasil pretest pengendalian emosi
peserta didik**

No	Inisial	Hasil	Kriteria
1	AAP	49	Rendah
2	AI	47	Rendah
3	DPN	51	Rendah
4	NR	51	Rendah
5	HH	50	Rendah
6	DS	46	Rendah
7	M	50	Rendah
8	NN	49	Rendah
9	M	50	Rendah
10	NN	49	Rendah

Berdasarkan tabel 4.3 tersebut, hasil *pretest* sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement pada peserta didik SMP Swasta Dharma Utama Sukasari pegajahan. Maka dari itu peneliti memberikan *treatment* dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement dalam meningkatkan pengendalian emosi pada peserta didik.

**Hasil posttest pengendalian emosi
peserta didik**

No	Inisial	Hasil Posttest	Kriteria
1	AAP	82	Sangat tinggi
2	AI	80	Tinggi
3	DPN	85	Sangat tinggi
4	NR	79	Tinggi
5	HH	80	Tinggi
6	DS	78	Tinggi
7	M	74	Tinggi
8	NN	78	Tinggi
9	M	74	Tinggi
10	NN	78	Tinggi

Berdasarkan tabel 4.4 tersebut, hasil *posttest* setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement pada peserta didik kelas menghasilkan perubahan peningkatan pengendalian emosi yang baik pada peserta didik. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement dapat mengatasi pengendalian emosi yang rendah pada peserta didik, peserta didik sudah mengalami perubahan yang lebih baik dari sebelum diberikan perlakuan layanan tersebut.

Setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement selesai, peneliti menyebar instrument atau angket

posttest kepada 10 peserta didik untuk mengetahui keadaan peserta didik setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement. Hasil pretest sebelum diberikan treatment layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement sebesar 49,125% dan hasil posttest setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement sebesar 79,5%. Hal ini membuktikan bahwa terjadinya peningkatan sebesar 30,375% pada peserta didik yang mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement. Hal ini menunjukkan bahwa layanan tersebut dapat meningkatkan pengendalian emosi peserta didik SMP Swasta Dharma Utama Sukasari Pegajahan.

Sebelum melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement peneliti menyebar instrument atau angket pretest kepada 10 peserta didik yang memiliki pengendalian emosi rendah atau kurang baik untuk mengetahui keadaan peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement dilakukan sebanyak lima kali pertemuan, waktu yang disediakan setiap pertemuan hanya 45 menit. Disetiap pertemuan ini juga peneliti selalu menerapkan teknik-

teknik Reinforcement di dalam layanan, yaitu berargumentasi, penyajian gagasan yang relevan dan menanggapi gagasan. Pada pertemuan pertama dilakukan pada tanggal 16 Mei 2025, pada pertemuan pertama ini peneliti menjadi pemimpin kelompok, materi yang dibahas adalah tentang layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement dan pengendalian emosi, Pada pertemuan ini, proses kegiatan sangat kaku, anggota kelompok masih malu-malu mengeluarkan pendapatnya, untuk berbicara saja, ada diantara mereka yang cenderung menunggu disapa atau disuruh terlebih dahulu oleh pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok berusaha menciptakan kelompok yang hangat, agar dinamika kelompok dapat berkembang dengan baik. Pada pertemuan ini, AAP, AI dan DPN yang terlihat aktif karena mereka memiliki sifat yang agresif dan tidak mau kalah, kemudian RE, FP AS, AU dan P belum bisa memberikan gagasan karena mereka memiliki sifat susah tersenyum atau bergurau ketidak mampuan dalam pengendalian emosi. Dipertemuan kedua dan ketiga, dilaksanakan pada tanggal 20 Mei dan 27 Mei 2025,

peneliti tetap menerapkan teknik-teknik dalam Reinforcement, yaitu berargumentasi, penyajian gagasan yang relevan dan menanggapi gagasan. Dengan tiga teknik tersebut menimbulkan pengendalian emosi peserta didik menjadi lebih baik. Diantara lain: berani berargumentasi pendapat di dalam kelompok, saling menerima pendapat yang disampaikan anggota lain, dan berani menanggapi pernyataan-pernyataan di dalam diskusi kelompok. Dipertemuan kedua dan ketiga ini layanan bimbingan kelompok dengan teknik Reinforcement ini didukung juga dengan materi yang menarik yaitu tentang “pertemanan”, para peserta didik sangat tertarik dengan materi yang diberikan oleh pemimpin kelompok, karena materi ini yang sedang dialami peserta didik dikehidupannya sekarang.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa. Layanan bimbingan kelompok dengan Reinforcement dapat meningkatkan pengendalian emosi peserta didik SMP Swasta Dharma Utama Sukasari Pegajahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiputra, N. (2015). *Konseling Kelompok: Perspektif Teori dan Aplikasi*. Media Abadi.
- Adhiputra, N. (2015). *Konseling Kelompok: Perspektif Teori dan Aplikasi*. Media Abadi.
- Anggeani, V., & Asyah, N. (2022). Hubungan konsep diri dengan kemampuan resolusi konflik interpersonal pada siswa di SMK Istiqlal Deli Tua. *EduGlobal: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 1(3), 209-220.
- Arikunto, S. (2017). *Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program*.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka cipta.
- Arikunto, S. 2018. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. 2018.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Asyah, N. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Role Playing terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa. *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 12-20.
- Asyah, N., Putri, R. F., & Putri, R. F. (2023). Pelaksanaan Teknik Bimbingan dan Konseling Bagi Guru Untuk Mengatasi Perilaku Bullying di Sekolah. *Altafani*, 2(2), 251-259.
- Asyah, N., Putri, R. F., & Putri, R. F. (2023). Pelaksanaan Teknik Bimbingan dan Konseling Bagi Guru Untuk Mengatasi Perilaku

- Bullying di Sekolah. *Altafani*, 2(2), 251–259.
<https://doi.org/10.59342/jpkm.v2i2.152>
- Asyah. N. Meningkatkan Hubungan Sosial Mahasiswa Dengan Pendekatan Layanan Konseling Kelompok jurnal bimbingan konseling 19 (01),. 9 17,2022
- Aziza, Y. R., & Sumarwoto, V. D. (2016). Peningkatan Keaktifan Mengemukakan Pendapat melalui Bimbingan Pribadi dengan Teknik Reinforcement pada Siswa SMP Negeri 1 Takeran Kab. Magetan. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1).
- Bhave, Swati. Y & Saini, Sunil. (2009). *Anger Management*. New Delhi, India: Sage Publication Djajendra. (2009).
- Fatria, F., & Saragih, N. A. (2021). Kemampuan Menulis Teks Cerpen Dengan Menggunakan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Video Semester 7a Pbsi Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah Tp 2020/2021. In *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian* (Vol. 4, No. 1, pp. 85-91).
- Goleman. D. (1996). *Emotional Intelligence : Mengapa EI Lebih Penting dari pada IQ*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gustria Sri Hasti. (2006). Hubungan antar Pola Komunikasi Orang Tua – Anak dengan Stabilitas Emosi Remaja (Studi Deskriptif terhadap Siswa SMA Kelas XI di kota Bandung Tahun Ajaran 2005/2006). Skripsi Jurusan FIP UPI Bandung: Tidak Diterbitkan.
- Habsy, B. A. (2017). Model konseling kelompok cognitive behavior untuk meningkatkan self esteem siswa SMK. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 31(1), 21–35.
- Idzni, Z. F., & Saragih, N. A. (2022). Hubungan komunikasi interpersonal dengan perilaku bullying pada siswa kelas IX SMP Swasta Karya Jaya Tanjung Morawa tahun ajaran 2021/2022. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(5), 6233-6242.
- Karina. S. Hubungan sikap sosial terhadap prestasi belajar siswa pada masa Pandemi Covid 19 kelas VIII SMP Negeri 1 Perbaungan jurnal educational research and social studies 21-30, 2024
- Latipah. H, & Ika. S.D (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Perilaku Membolos Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Sei Suka T.A 2021/2022. Vol 3, 119-135
- M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, Bandung: Alfabeta, 2013.
- Muhammad. I. M & Dina. H. H (2022) Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioral Terhadap Sikap Agresi Siswa SMA Yayasan Peguruan Indonesia Membangun. VOL 3, 116129
- Nurul Azmi Saragih, N. B. S. (2022). Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2021-2022. *ALACRITY : Journal of Education*, 2(2), 78–84.

- <https://doi.org/10.52121/alacrity.v2i2.85>
- Pelatihan Kecerdasan Emosional. [Online]. Tersedia : <http://kecerdasanmotivasi.wordpress.com/2011/02/04/pelatihan-kecerdasan-emosionalinterpersonal-skills-program-2-hari-6-sesi-12-jam/>)
- Pratama, S., & Saragih, N. A. (2022). Hubungan konsep diri dengan kepercayaan diri pada siswa smk melati perbaungan tahun ajaran 2021/2022. *Cybernetics: journal educational and social studies*, 88-103.
- Pratama, S., & Saragih, N. A. (2022). Hubungan konsep diri dengan kepercayaan diri pada siswa smk melati perbaungan tahun ajaran 2021/2022. *Cybernetics: journal educational research and social studies*, 3(3), 88-103.
- Priatmoko Dwi Slamet. (2011). Upaya meningkatkan pengendalian emosi melalui layanan bimbingan kelompok pada remaja di panti asuhan yayasan alhidayah desa desel sadeng kecamatan gunung pati semarang. Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Semarang: Tidak Diterbitkan.
- Putri, S. A., Saragih, N. A., & Dewi, I. S. (2024). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Efikasi Diri Pada Siswa Kelas VII. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(5), 5236–5244. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i5.15623>
- Sahir, S.H. (2021). Metodologi Penelitian. Yogyakarta. Penerbit KBM Indonesia.
- Saragih, N. A., & Sari, D. N. (2019). Hubungan Coping Stress dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK pada Mata Kuliah Statistika. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 2(2), 89-96.
- Saragih, N. A., Ariani, F. D., & Dewi, I. S. (2023). Pengaruh Insomnia Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa MTs Al Washliyah Tanjung Morawa. *Psikologi Konseling*, 21(2), 1980.
- Saragih, N. A., Putri, E., & Asmah, N. (2018). Pengaruh Gender Terhadap Interaksi Sosial Dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Siswa SMP. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 21-31.
- Saragih, N. A., Sirait, D., & Handayani, A. T. (2024). Model Cognitive Behavior Modification untuk Mengelola Stres dalam Belajar pada Mahasiswa BK.
- Sari, D. N., & Saragih, N. A. (2019, September). Proses berpikir mahasiswa dalam menyelesaikan masalah matematika pada materi pembuktian matematika berdasarkan gaya belajar. In *PROSIDING SEMINAR NASIONAL HASIL PENELITIAN* (Vol. 2, No. 2, pp. 990-995).
- Sari, D. N., & Saragih, N. A. (2020, November). Meningkatkan Hasil Belajar Mahasiswa Pendidikan Matematika Dengan Menggunakan Metode Penemuan Terbimbing Berbasis Budaya. In *Prosiding*

- Seminar Nasional Hasil Penelitian (Vol. 3, No. 1, pp. 318-323).
- Sembiring, A. J., Nasriyanto, E. N., & Cicirosnita, J. (2024). Hubungan Pola Tidur Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Pada Siswa Di Sma It Latansa Cendikia Pasar Kemis Kab. Tangerang Tahun 2024. *Medic Nutricia: Jurnal IlmuKesehatan*, 5(4), 91-100.
- Silalahi, N. B., & Saragih, N. A. (2022). Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2021-2022. *ALACRITY: Journal of Education*, 78-84.
- Sugiyono. 2021. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung. Alfabeta.
- Sukardi Dk, Desak Made Sumiati, Pedoman Praktis Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah, Rineka Cipta, Jakarta, 2001
- Sukardi, DK, Pengantar Pelaksanaan Progam Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Rineka Cipta, Jakarta, 2008
- Tohirin, Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah, Pt Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2013
- Trimoro & Nur, A (2023) Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Terhadap Interaksi Sosial Pada Anak Autis SMP-LB MUZDALIFAH MEDAN Tahun Pelajaran 2021/2022. ISSN: 2774-8391, Vol 3, 21-29
- Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Yulita, T., Dewi, I. S., & Saragih, N. A. (2025). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN EFEKASI DIRI MAHASISWA UMN AL-WASHLIYAH SEBAGAI CALON GURU BK. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(03), 333-341.
- Zahira, S., Asyah, N., Saragih, N. A., & Zulkarnaen, I. (2025). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Kelas X MAN 2 Deli Serdang Tahun Ajaran 2024/2025. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(04), 333-344.