



## Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan *Self Awareness* Andikpas di LPKA Kelas I Palembang

Nabillah Adhistia<sup>1</sup>, Kusnadi<sup>2</sup>, Lena Marianti<sup>3</sup>  
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Corresponding Author:  [Nabillahadhistia28@gmail.com](mailto:Nabillahadhistia28@gmail.com)

### ABSTRACT

#### ARTICLE INFO

Article history:

Received  
October 24, 2023

Revised  
February 21,  
2024

Accepted  
February 23,  
2024

This research is entitled "The effectiveness of group counseling using the Rational Emotive Behavior Therapy approach to increase Andikpas' Self Awareness". The aim of this research is to describe the level of self-awareness of andikpas, as well as help andikpas with low self-awareness. This research used a true experimental method with a population of 113 people and a sample of 32 respondents. Sampling used a purposive sampling technique, with a total of 24 respondents, data collection techniques used questionnaires and documentation. The data analysis technique uses a paired sample t-test with the help of SPSS 23. The results of the research show that the level of self-awareness andikpas is in the medium category at 67%, and the results of the paired sample t-test for the experimental group show a significance value of  $0.000 < 0.05$ , and The control group showed a significance value of  $0.002 < 0.05$ , it can be concluded that  $H_a$  was accepted and  $H_o$  was rejected, so it can be concluded that group counseling with the REBT approach or group counseling is equally effective in increasing self-awareness and education, but there are differences in the level of effectiveness between group counseling and the group counseling approach. REBT and group counseling.

**Key words:** *Rational Emotive Behavior Therapy Approach, Self Awareness, Group Counseling*

How to cite

Adhistia, N., Kusnadi, Marianti, L. (2023). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Self Awareness Andikpas di LPKA Kelas I Palembang. *Journal of Society Counseling*, 1(3).

Journal Homepage

<https://journal.scidacplus.com/index.php/josc>

This is an open access article under the CC BY SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Published by

ScidacPlus

### PENDAHULUAN

Masa remaja adalah usia ketika seseorang mengalami peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, sehingga mood remaja seringkali sangat tidak stabil atau tidak puas dengan segala hal, termasuk pengambilan keputusan, dan hati serta perkataan seringkali tidak tepat sasaran (John Santrock, 2007). Masa remaja adalah masa dimana remaja mulai mencari jati diri, mengembangkan sikap dan sifat, serta mereka sangat ingin tahu dan terus menerus mencoba hal-hal baru (Mannan, A, 2017). Fase perkembangan ini membutuhkan penyesuaian mental, nilai, dan minat baru. Proses perkembangan tidak selalu berjalan seperti yang diharapkan (Sumanto, M. A, 2014). Terkadang remaja menghadapi masalah dan keputusan untuk memahami siapa mereka

dan akan menjadi apa mereka di masa depan. Remaja biasanya sangat egois dan sering menyalahgunakan harga dirinya. Di usia remaja, otak anak muda berkembang sangat cepat sehingga produktif dan peka terhadap hal-hal baru (Andriani, T, 2012). Anak-anak mungkin belum memahami hal-hal baru yang dipaparkan yang dapat menimbulkan tindak kejahatan pada anak. Faktanya, banyak kejahatan yang dilakukan oleh anak-anak. Anak-anak yang melakukan kejahatan seringkali adalah anak-anak bermasalah yang tinggal di lingkungan rumah dan hubungan sosial yang tidak sehat (Adisa, M. P, 2024). Perkembangan anak tidak lepas dari pengaruh lingkungan dimana anak ditempatkan. Lingkungan yang bersangkutan tidak hanya berasal dari keluarga, tetapi juga dari lingkungan sekolah, tetangga dan teman (Gunadi, A. A. ,2017). Ketika anak-anak belajar untuk saling menghormati dan bersikap toleran, mereka akan belajar untuk bersabar dan menghormati orang lain. Namun, ketika tumbuh di lingkungan yang buruk di mana terdapat permusuhan, anak-anak belajar berkelahi.

Di zaman teknologi modern yang serba cepat ini, perubahan gaya hidup mengubah perilaku anak dengan begitu cepat, mengarah pada tindakan kriminal sehingga mereka harus berurusan dengan hukum dan berakhir di Lembaga Pemasyarakatan Khusus Anak (LPKA) atau Tempat Penempatan Sementara Anak ( LPAS) (Bayu, S. 2022). Anak yang terbukti melanggar hukum dipidana di Lembaga Khusus Anak (LPKA) sedemikian rupa sehingga menjadi pribadi yang lebih baik lagi, juga sesuai amanat lembaga pendidikan di lembaga pemasyarakatan dan lembaga pelatihan, yang dapat meningkatkan nilai narapidana melalui pengembangan program pelatihan narapidana (Hamja, 2019). *Self awareness* adalah suatu keadaan dimana seseorang dapat memahami dirinya sendiri, yaitu mengetahui potensi dalam dirinya, yang meliputi memahami kelebihan dan kekurangan dirinya (Makmun, H, 2017). Ketika seseorang menyadari dirinya, keberadaannya dan posisinya, ia dapat menghasilkan perilaku yang positif dan bertanggung jawab. *Self awareness* berperan sangat penting sebagai pertahanan diri dalam menghadapi perbedaan lingkungan, keragaman budaya dan situasi yang tidak terduga, sehingga setiap individu harus memahami kesadaran diri atau percaya diri (Ratna Sulistami, D, 2006). Dari sudut pandang Islam, pengetahuan diri disebut muhasaba, seseorang harus dapat mengenal dirinya sendiri, mengetahui semua kemungkinan kelemahan dan kekuatan internal, merenungkan apa yang dilakukan, berapa banyak kelalaian yang dilakukan dan apa yang diketahui, dipikirkan dan dilakukan, maka seseorang dikatakan mampu mengenal dirinya sendiri. Seseorang tidak menerima apa yang ada dalam dirinya dan hidupnya, dan dia menyalahkan dirinya sendiri ketika keinginannya tidak memenuhi harapan, percaya bahwa dia adalah orang yang tidak berguna dan tidak berharga. Kemampuan Muhasabah meningkatkan self awareness, sehingga menghasilkan manusia yang peka terhadap kebaikan, dapat membedakan antara kebaikan dan keburukan, serta mengetahui cara mengenal diri sendiri. Kesadaran diri sangat perlu ditanamkan pada diri remaja karena dengan adanya kesadaran diri remaja dapat mengatur dan melakukan semua aktivitas sehari-hari dengan benar dan terarah.

Sejatinya, setiap individu pasti memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi. Kesadaran diri (*selfawareness*) dapat membantu individu beradaptasi dengan lingkungan dan budaya yang berbeda (Fluerentin, E, 2012). Kesadaran diri yang rendah dapat mempengaruhi kesadaran emosional seseorang. Kesadaran emosional merupakan salah satu hal terpenting dalam hidup, dengan kesadaran diri yang baik seseorang mampu menerima dan mencerna situasi dengan baik, yang berujung pada kepuasan hidup (Handayani, A, 2019). Orang dengan kesadaran diri akan rendah mudah terbawa arus, yang bahkan bukan yang mereka inginkan. Selain itu, ia juga sulit mengembangkan potensi dalam dirinya karena selalu merasa ada

yang kurang. Menurut Goleman, seseorang yang mampu mengambil keputusan sehingga mengetahui mana yang benar dan salah bagi dirinya dikatakan percaya diri (Nasution, A. V. R, 2020). Leary & June berpendapat bahwa kesadaran diri juga memungkinkan ingatan diri dan pengetahuan diri, memungkinkan perasaan, pikiran, dan konsekuensi tindakan untuk dievaluasi sendiri. Kemudian dapat menerima efek dari tindakan tersebut. Menurut Nevid, pengaruh pengetahuan diri sangat penting dalam masalah kecanduan narkoba (Putra Rahma, 2019). Berdasarkan hasil observasi awal yang saya lakukan dan berbagai informasi dari para pegawai yang ada di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) banyaknya anak didik pemasyarakatan yang menggunakan narkoba karena mudah terbawa arus dan sering merasa bingung dengan apa yang ia rasakan, sehingga membuatnya sulit mengontrol emosinya. Hal tersebut dapat dilihat dari ciri-ciri *self awareness* rendah, yakni (1) sulit mengendalikan emosi yang dirasakan, perilaku yang dilakukan serta dampaknya terhadap orang lain, (2) bergantung kepada orang lain, (3) tidak menyadari kelebihan dan kekurangan diri sendiri, (4) sulit mengambil keputusan, (5) sulit mengungkapkan pikiran, perasaan, pendapat dan keyakinan (Salis Daliana, 2016). Kesadaran diri adalah kemampuan memahami ciri-ciri fisik, kepribadian, watak dan tempramennya, mampu mengenali bakat bawaan dalam diri, serta mempunyai gambaran atau gambaran diri yang jernih dengan segala kelebihan dan kekurangannya (Safrudin, S. K. M, 2019). *Self awareness* merupakan sesuatu yang sangat penting bagi semua individu, apalagi bagi andikpas. *Self awareness* akan membantu individu untuk menerima dan mencerna situasi dengan baik, memiliki keyakinan dan kepercayaan diri untuk mengoptimalkan potensi mereka dan menentukan apa yang terbaik bagi mereka, sehingga dapat mengambil keputusan dan mengetahui mana yang benar dan mana yang salah (Suralaga, F, 2021).

Solusi yang dapat digunakan dalam meningkatkan *self* Terdapat beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran diri, yaitu: 1) menemukan kembali perasaannya, 2) mengetahui dengan jelas keinginan diri sendiri, tidak berarti hubungan rus memaksakannya dan mengungkapkannya sepanjang waktu, 3) mendefinisikan ulang hubungan dengan diri sendiri dengan aspek alam bawah sadar. *Awareness* andikpas ialah pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Konseling kelompok dapat menjadi salah satu layanan yang dapat membantu individu yang menghadapi permasalahan dengan pendekatan dan teknik tertentu, salah satunya ialah *rational emotive behavior therapy*, yaitu agar individu dapat merubah pikiran irasionalnya menjadi pikiran yang lebih rasional, serta dapat menumbuhkan perasaan, pikiran dan perilaku positif sehingga dapat meningkatkan kesadaran diri mereka, serta membantu orang mengubah pola pikir dan perilaku yang merugikan diri sendiri. Pemahaman dasar dari pendekatan manusia ini adalah bahwa sementara orang cenderung berpikir tidak rasional, orang juga memiliki kemampuan untuk mempelajari kembali cara berpikir rasional. Tujuan dari pendekatan ini adalah mengajak orang untuk mengubah pemikiran irasionalnya menjadi pemikiran rasional dengan menggunakan teknik ABC (Gantian K, Eka W, dan Karsih 2011). REBT lebih menekankan pada fungsi kognitif, emosional, dan perilaku. Corey menjelaskan bahwa salah satu ciri dari masalah perilaku REBT adalah kesadaran situasional yang buruk, yang berarti memiliki keyakinan yang tidak rasional tentang apa yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Persepsi dibentuk melalui pemikiran. Jadi ketika pikiran terganggu maka keadaan emosi pun ikut terganggu (Sukarningsi, S, 2024). Pendekatan REBT berupaya mengubah keyakinan irasional ini menjadi keyakinan rasional. Menurut Arintoko, REBT merupakan gaya konseling yang menekankan keramahan dan keterkaitan antara pemikiran rasional, emosi dan tindakan

(Kusumaningtyas, Y. M, 2023). Dampak dari keyakinan irasional pada seseorang adalah munculnya gejala emosional seperti stres dan kecemasan (Arintoko, S, 2011). Ellis berpendapat bahwa dalam konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) anggota kelompok diajarkan untuk mengenali dan membalikkan keyakinan irasional orang lain yang telah menggelisahkan dirinya melalui pengungkapan materi.

Kegunaan dari dilaksanakannya penelitian ini ialah secara teoritis, Menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam meningkatkan *self awareness*. Serta dapat menjadi sumber rujukan bagi penelitian yang akan dilakukan selanjutnya. Dan secara praktis, Penelitian ini dapat memberikan manfaat atau sebagai bahan kelompok diajarkan untuk mengreferensi dan berguna sebagai masukan dalam penerapan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* untuk meningkatkan *self awareness*, serta dapat memberikan pengetahuan untuk meningkatkan *self awareness*. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran tingkat *self awareness* andikpas di LPKA Kelas I Palembang, serta untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* (REBT) terhadap peningkatan *self awareness* andikpas di LPKA Kelas I Palembang.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis true experimental, pendekatan kuantitatif adalah suatu metode penelitian yang digunakan untuk mempelajari suatu populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data dengan menggunakan alat penelitian, menganalisis data statistik atau kuantitatif, dengan tujuan pengendalian, menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Santoso, I, 2021). Penelitian ini dilakukan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Palembang yang beralamat di Jalan Inspektur Marzuki, Kecamatan Ilir Barat I, Kota Palembang, Sumatera Selatan. Penelitian ini memiliki dua variabel, variabel X ialah konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*, dan variabel Y ialah *self awareness* andikpas di LPKA Kelas I Palembang. Populasi dalam penelitian ini adalah andikpas terpidana kasus narkoba yang berjumlah 113 orang. Dalam menentukan sampel, dihitung menggunakan rumus Slovin, dengan presisi 15% dari total populasi yang berjumlah 113 orang, dapat diperoleh jumlah sampel sebanyak 32 orang setelah dilakukan pembulatan. Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini terdiri atas beberapa metode, yakni angket dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan ialah statistik non-parametris, sering juga disebut dengan *distribution free* atau bebas distribusi, uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini adalah *Shaviro Wilk* untuk melihat perbedaan distribusi pada dua sampel yang berbeda dengan bantuan SPSS (*Statistical Statistical Package For Sosial Sciences*) 23 for Windows, dan uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan Teknik *paired sample t-test* dengan bantuan SPSS 23 yang bertujuan untuk menghitung korelasi antara variable X dan Variabel Y.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat diketahui gambaran tingkat *self awareness* andikpas berada pada kategori sedang. Persentase kumulatif yang ditunjukkan oleh andikpas dengan jumlah tertinggi pada kategori sedang, dengan rincian 4 orang pada kategori rendah dengan persentase 16,5%, 16 orang pada kategori sedang dengan persentase 67%, dan 4

orang pada kategori tinggi dengan persentase 16,5%. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian andikpas belum memiliki self awareness yang maksimal dalam merefleksikan keadaan diri sendiri. Hal tersebut karena kurangnya rasa percaya diri, sulit mengontrol emosi serta kurangnya kemampuan mengenali perasaan dan perilaku diri sendiri.

Hal ini sejalan dengan pendapat Steven & Howard dalam Ardhitto Faza Akhnaf, yang menyatakan bahwa kesadaran diri diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengenali emosi dan dampak perilaku terhadap orang lain sehingga individu mempunyai pemikiran mengenai dampak suatu hal sebelum melakukannya (Akhnaf, 2022). Kesadaran diri adalah kemampuan individu dalam merefleksikan keadaan dirinya, bertindak sebagai objek atau subjek (Munada, 2014).

Menurut Yudhanto & Budiharto dalam Ririh Agung, N Nurjannah menjelaskan kesadaran diri meliputi interaksi antara proses fisik dan psikis yang saling mempengaruhi dalam kehidupan mental menuju tujuan hidup, emosi, dan proses kognitif yang terkait dengannya (Agung, R., & Nurjannah, N, 2023). Kesadaran diri merupakan keadaan dimana seseorang mempunyai pemahaman yang mendalam terhadap kemampuan dan keterbatasan yang dimilikinya, hal ini meliputi pemahaman emosi dan suasana hati yang dialami serta kemampuan mengevaluasi informasi mengenainya.

Penelitian ini dilaksanakan menggunakan uji Shaviro Wilk untuk melihat perbedaan distribusi pada dua sampel yang berbeda, sebelum dan sesudah diberikan perlakuan terhadap andikpas di LPKA Kelas I Palembang yang menjadi responden. Hasilnya menunjukkan perbedaan sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Kelompok eksperimen dengan mean 73,25 menjadi 84,08. Dan kelompok kontrol dengan mean 76,33 menjadi 81,50 hal ini menunjukkan bahwa Konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* atau konseling kelompok sama-sama efektif untuk meningkatkan *self awareness* pada andikpas, namun terdapat perbedaan tingkat keefektifan antara Konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dan konseling kelompok. Dan hasil uji paired sample t-test kelompok eksperimen menunjukkan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ , dan kelompok kontrol menunjukkan nilai signifikansi  $0,002 < 0,05$ , dapat disimpulkan  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, sehingga dapat disimpulkan konseling kelompok dengan pendekatan REBT atau konseling kelompok sama-sama efektif untuk meningkatkan self awareness andikpas, namun terdapat perbedaan tingkat keefektifan antara konseling kelompok dengan pendekatan REBT dan konseling kelompok

Pendekatan *rational emotive behavior therapy* teori ABC efektif diberikan untuk meningkatkan *self awareness*, karena dalam pendekatan menggunakan teori tersebut andikpas dilatih untuk merasionalkan pikiran-pikiran atau kepercayaan yang ia yakini yang berkaitan dengan *self awareness* sebagai landasan dasar yang dapat diandalkan untuk mengamati, memahami, serta memfasilitasi pemikiran, emosi, serta tindakan yang sesuai sehingga dapat mengatasi permasalahan yang dialami. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Wilkins mengemukakan bahwa individu dengan kesadaran diri yang baik dapat memahami bagaimana pikiran mereka bekerja, yaitu mereka memahami mengapa mereka berpikir, merasakan, dan berperilaku seperti itu. Oleh karena itu, remaja yang memiliki persepsi diri yang baik tergolong individu yang memiliki kemampuan dalam mengontrol atau memantau dirinya. Keberhasilan REBT dalam membantu individu telah terbukti pada penelitian-penelitian terdahulu diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Eva Kartika Wulan Sari, yang melakukan penelitian tentang "Keefektifan konseling kelompok REBT untuk meningkatkan *self esteem* mahasiswa". Terdapat perubahan yang signifikan pada mahasiswa sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok REBT. *Rational emotive behavior therapy* merupakan intervensi

yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan psikologis antara lain, mengenali perasaan dan perilaku diri sendiri, rendahnya pengendalian diri, rendahnya regulasi diri, rendahnya efikasi diri, usia, umur panjang yang rendah, dan pengendalian diri yang rendah merupakan aspek-aspek dari *self awareness*.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan 2 poin yang menjadi tujuan, yakni gambaran Tingkat *self awareness* andikpas di LPKA Kelas I Palembang dengan rincian yakni 4 orang dalam kategori rendah dengan persentase 16,5%, 16 orang dalam kategori sedang dengan persentase 67%, dan 4 orang dalam kategori tinggi dengan persentase 16,5%. Dan Efektivitas konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy efektif* untuk meningkatkan *self awareness* andikpas di LPKA Kelas I Palembang. Kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* memiliki selisih rata-rata (mean) dari pretest dan posttest yakni 10,83. Pelaksanaan konseling kelompok untuk meningkatkan *self awareness* andikpas di LPKA Kelas I Palembang. Kelompok kontrol memiliki selisih rata-rata (mean) dari pretest dan posttest yaitu 5,17. Konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* atau konseling kelompok sama-sama efektif untuk meningkatkan *self awareness* pada andikpas, namun terdapat perbedaan tingkat keefektifan antara Konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dan konseling kelompok.

## **REFERENSI**

- Adisa, M. P., Larasati, T. A., & Nafisah, A. (2024). Mekanisme Koping Dan Dukungan Keluarga Untuk Mencegah Depresi Pada Anak. *Medical Profession Journal Of Lampung*, 14(3), 495-501. <https://doi.org/10.53089/medula.v14i3.900>
- Agung, R., & Nurjannah, N. (2023). Implementasi Tafakur Dalam Proses Bimbingan Dan Konseling Upaya Meningkatkan Kesadaran Diri [Implementation Of Tafakur In The Guidance And Counseling Process To Enhance Self-Awareness]. *Acta Islamica Councenesia: Counselling Research And Applications*, 3(1). <https://doi.org/10.15575/aicra.v3i1.288>
- Akhnaf, A. F., Putri, R. P., Vaca, A., Hidayat, N. P., Az-Zahra, R. I., & Rusdi, A. (2022). Self Awareness Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 6(1), 107-118. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i1.13201.2022>
- Andriani, T. (2012). Permainan Tradisional Dalam Membentuk Karakter Anak Usia Dini. *Sosial Budaya*, 9(1), 121-136. <http://dx.doi.org/10.24014/sb.v9i1.376>
- Ariani, D. (2020). Pertanggungjawaban Pelaku Tindak Pidana Pembunuhan Berencana Yang Dilakukan Oleh Anak (Studi Putusan Pengadilan Negeri Nomor 16/Pid. Sus-Anak/2016/Pn. Cbn). *Jurnal Hukum Kaidah: Media Komunikasi Dan Informasi Hukum Dan Masyarakat*, 19(2), 114-136. <https://doi.org/10.30743/jhk.v19i2.2334>
- Arintoko, S. (2011). Wawancara Konseling Di Sekolah. *Andi. Yogyakarta*. [Google Scholar](https://scholar.google.com/citations?user=...)
- Fluerentin, E. (2012). Latihan Kesadaran Diri (Self Awareness) Dan Kaitannya Dengan Penumbuhan Karakter. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 1(1). <https://doi.org/10.21067/jip.v1i1.472>
- Gunadi, A. A. (2017). Pengaruh Lingkungan Sosial Terhadap Imajinasi Anak. *Refleksi Edukatika: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(2). <https://doi.org/10.24176/re.v7i2.1215>

- Handayani, A. (2019). *How To Raise Great Family: Mengasuh Anak Penuh Kesadaran*. Gramedia Widiasarana Indonesia. [Google Scholar](#)
- Kusumaningtyas, Y. M., Santoso, S., & Hidayati, R. (2023). Penerapan Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Mereduksi Perilaku Hedonisme Pada Siswa Kelas Xii Sma 1 Bae. *Jurnal Muria Research Guidance And Counseling (Mrgc)*, 2(1), 70-82. <https://doi.org/10.24176/mrgc.v2i1.9821>
- Makmun, H. (2017). *Life Skill Personal Self Awareness (Kecakapan Mengenal Diri)*. Deepublish. [Google Scholar](#)
- Mannan, A. (2017). Pembinaan Moral Dalam Membentuk Karakter Remaja (Studi Kasus Remaja Peminum Tuak Di Kelurahan Suli Kecamatan Suli Kabupaten Luwu). *Aqidah-Ta: Jurnal Ilmu Aqidah*, 3(1), 59-72. <http://dx.doi.org/10.24042/atjpi.v6i1.1474>
- Mudana, I. N. O., Dharsana, I. K., & Suranata, K. (2014). Penerapan Konseling Gestalt Dengan Teknik Reframing Untuk Meningkatkan Kesadaran Diri Dalam Belajar Siswa Kelas Viii A1 Smp Negeri 4 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1). <https://doi.org/10.23887/jibk.v2i1.3922>
- Nasution, A. V. R., Harahap, J. M., & Ritonga, N. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Kepercayaan Diri Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Pt. Satya Kisma Usaha Kabupaten Labuhanbatu Selatan. *Kapital: Jurnal Ilmu Manajemen*, 2(1), 33-46. [Google Scholar](#)
- Psi, R. S., Pangestie, E. P., Apriatama, D., Nonsihai, M. P., & Sukarningsi, S. (2024). *Buku Ajar Teori Konseling Rebt, Behavior Dan Realita*. Deepublish. [Google Scholar](#)
- Ratna Sulistami, D., & Mahdi, E. M. (2006). \* *Universal Intelligence*. Gramedia Pustaka Utama. [Google Scholar](#)
- Safrudin, S. K. M., Mulyati, S., Rosni Lubis, S. S. T., & Keb, M. (2019). *Pengembangan Kepribadian Dan Profesionalisme Bidan*. Wineka Media. [Google Scholar](#)
- Santoso, I., & Madiistriyatno, H. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Indigo Media. [Google Scholar](#)
- Santrock, J. W. (2007). Remaja Edisi 11 Jilid 1 Dan 2. *Jakarta: Erlangga*. [Google Scholar](#)
- Sumanto, M. A. (2014). *Psikologi Perkembangan*. Media Pressindo. [Google Scholar](#)
- Suralaga, F. (2021). Psikologi Pendidikan: Implikasi Dalam Pembelajaran. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/55466>

---

**Copyright Holder :**

© Adhistia, N., Kusnadi, Marianti, L. (2023).

**First Publication Right :**

© Journal of Society Counseling

**This article is under:**

