



Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Adaptive* untuk Mengatasi Penyesuaian Diri

Azizah Pebrianti*, Abdur Razzaq, Lena Marianti
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Corresponding Author:  azizahpebrianti17@gmail.com

ABSTRACT

ARTICLE INFO

Article history:

Received

May 29, 2024

Revised

July 31, 2024

Accepted

July 31, 2024

Basically, adjustment involves individuals and their environment, this is also the case with inmates, this is because inmates who have just entered are required to be able to adapt to environmental conditions, individuals, and the rules that apply in prison. According to Picken, new inmates experience higher levels of stress. Therefore, to help solve adjustment problems for inmates in prison, researchers applied assertive adaptive techniques with group counseling services. Therefore, the researcher chose the title "Application of Group Counseling with Assertive Adaptive Techniques to Overcome Self-Adjustment". This research was carried out at the Class IIA Palembang Women's Correctional Institution (Lapas Perempuan). The aim of this research is to find out the description of the application of group counseling using assertive adaptive techniques and to find out the description of the self-adjustment of female inmates after implementing group counseling with assertive adaptive techniques. Researchers use qualitative methods with data collection techniques such as observation, interviews and documentation, and use data analysis techniques such as data reduction, namely selecting data that is not useful then presenting the data that has been collected and drawing conclusions. The results of this research show that group counseling using the assertive adaptive technique was successfully applied to the inmates and after implementing group counseling with the assertive adaptive technique, some of the inmates were able to slowly interact and adapt themselves to new people. However, it is true that some of the inmates only follow and close themselves off from new people and are not yet able to adapt.

Key words: *Adaptive Assertive Techniques, Group Counseling, and Self-Adjustment*

How to cite

Pebrianti, A., Razzaq, A. & Marianti, L. (2024). Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Adaptive untuk Mengatasi Penyesuaian Diri. *Journal Society of Counseling*. 2(1).

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

Seorang individu yang sudah lama tinggal di suatu tempat atau lingkungan yang sama akan mudah terbiasa dengan norma, aturan, dan adat yang berlaku. Dengan interaksi jangka panjang dan intens memudahkan seseorang beradaptasi terhadap lingkungannya. Dan ketika seorang individu tersebut akan masuk pada suatu lingkungan baru, ia harus menghadapi permasalahan

akibat perbedaan lingkungan sosial dan fisik. Seorang individu yang secara langsung berinteraksi dengan lingkungan dan orang – orang baru akan berusaha beradaptasi atau menyesuaikan diri.

Dalam Q.S Al Isra: 15

مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّٰ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۗ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا ﴿١٥﴾

“Barangsiapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barangsiapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan Kami tidak akan mengazab sebelum Kami mengutus seorang rasul.” (Q.S. Al-Isra’: 15). (Razzaq, A, 2017)

Ayat 15 surat Al-Isra menyampaikan pesan bahwa Allah mengingatkan hamba-Nya untuk mengambil jalan petunjuk sebagai upaya untuk kebaikan diri sendiri, sementara kesesatan hanya akan merugikan diri sendiri. Ini menunjukkan pentingnya mengikuti petunjuk Allah untuk menyelamatkan diri di akhirat. Selain itu, Allah SWT telah mengingatkan hamba-Nya bahwa jika mereka mengambil jalan yang salah, mereka akan mengalami kerugian (Arifin, A. S, 2013).

Dari ayat diatas dapat disimpulkan bahwa didalam islam telah diajarkan dan dijelaskan tentang mampu menyesuaikan diri di mana pun seseorang berada. untuk membantu manusia menjadi lebih tenang dan nyaman di masa depan. Selain itu, dia tidak berada dalam keadaan yang dilarang oleh Allah SWT. Secara mendasar, adaptasi melibatkan individu dalam lingkungannya, proses adaptasi mencakup respons mental dan tingkah laku yang membantu individu mengatasi kebutuhan, tekanan, keputusan, dan masalah dalam diri serta menyelaraskan tuntutan psikologis dengan tuntutan yang ada di lingkungannya (Handono, O. T., 2023). Menurut Derlega & Janda (1981), penyesuaian diri bisa diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengatasi tantangan dalam kehidupan dan mencapai tujuan yang diinginkan atau diharapkan, kemampuan seseorang untuk (*perception of reality*), fokus pada kehidupan saat ini (*living with the past & future*), merasa apa yang dilakukannya bermakna (*meaningful work*), pengalaman emosi yang tepat (*emotional experience*) dan memiliki hubungan sosial yang relatif baik (*social relationship*). Demikian halnya dengan warga binaan (WB) (Amandari, S. L., 2015).

Warga Binaan atau WB menurut dasar hukum indonesia Undang-Undang No.12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan adalah Narapidana, Anak didik Pemasyarakatan, dan klien Pemasyarakatan (Syarifuddin, A., 2015). Sebagian dari warga binaan yang baru saja berada dilingkungan lapas biasanya ada yang berasal dari luar kota atau bahkan luar provinsi, sehingga mereka harus beradaptasi dengan suasana dan keadaan yang berbeda dari sebelumnya. Mereka perlu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, termasuk teman satu sel, lingkungan sekitar, serta faktor-faktor seperti suhu dan hal-hal lain yang memerlukan penyesuaian diri. Kasus yang terkait dengan permasalahan penyesuaian diri ini terjadi juga di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Palembang (Lapas).

Dari beberapa hasil observasi awal yang penulis lakukan di Lapas Perempuan pada tanggal 20 Desember 2022 sampai tanggal 19 Januari 2023, terdapat point penting bagi penulis, terdapat beberapa warga binaan perempuan (WBP) khususnya yang baru masuk ke dalam lingkungan sel mengalami kurangnya penyesuaian terhadap lingkungan tersebut. Dengan ciri –ciri, terlihat dari gestur tubuh dan ekspresi wajah yang kurang nyaman ketika diajak bicara, menghindari banyak orang, sering melakukan kegiatan sendiri, dan tidak mau berbaur dengan wbp yang lain serta tidak

bisa menerima kenyataan (sering mengeluh). Dan sesuai dengan yang dikatakan oleh WBP pada saat wawancara awal mereka sering kali mengalami stress dan cemas terkait dengan hukuman dan kondisi yang direimanya nantinya.

Hal ini terkait dengan pernyataan (Muhammad Ali et. Al. dalam Charis Rizqi Pradana) dalam penelitiannya yaitu Ada tujuh komponen penyesuaian diri yang baik : pintar dalam mengatur emosi, mengurangi kebutuhan untuk membela diri, menurunkan rasa kesal, mampu berpikir jernih dan bertindak mandiri, belajar, menggunakan pengalaman, objektivitas, dan kenyataan. Dan (Siswanto dalam Charis Rizki Pradana) Orang yang mampu beradaptasi dengan baik biasanya memiliki karakteristik berikut: memiliki pemahaman yang realistis tentang realitas, dapat beradaptasi di bawah tekanan atau saat menghadapi stres dan kecemasan, memiliki citra diri yang positif, mampu mengomunikasikan emosi, dan memiliki hubungan interpersonal yang sehat (Pradana, C. R, 2022).

Dari situasi kasus yang telah diuraikan sebelumnya, adalah wajar bagi seorang narapidana perempuan (Warga Binaan Perempuan/WBP) untuk memerlukan waktu dalam menerima keadaannya, termasuk status dan lingkungan baru di dalam Lapas. Maka dari itu secara tidak langsung para WBP ini membutuhkan dukungan sosial dari orang – orang terdekatnya. WBP lebih tinggi persentasenya mengalami permasalahan psikologi atau kesehatan mental dibandingkan WBL (Warga Binaan Laki – laki) seperti anti sosial dan kurangnya berpikir rasional terhadap diri sendiri (kurang percaya pada diri sendiri). Ini sejalan dengan temuan dari penelitian sebelumnya oleh Zavelia Zuhriati *et., al*, yang menunjukkan bahwa tingkat permasalahan mental di Lapas tiga kali lebih tinggi daripada yang berada di dalam komunitas. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Picken juga menegaskan bahwa WBP yang baru berada didalam lapas mengalami tingkat gangguan mental yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang sudah lama tinggal di dalam Lapas. Ini karena tuntutan adaptasi terhadap lingkungan, individu, dan peraturan di dalam Lapas yang harus dihadapi oleh WBP yang baru (Maghnina, Z. Z.,2020).

Situasi seperti ini, jika tidak diimbangi dengan tanggapan positif dari dalam diri, dapat menyebabkan WBP merasa tertekan dan mengembangkan pola pikir serta perasaan yang negatif. Jika keadaan tersebut dibiarkan tanpa penanganan yang tepat, dapat menyebabkan masalah fisik dan risiko depresi, bahkan mendorong WBP untuk melakukan tindakan bunuh diri karena kurangnya ekspresi diri. Dengan demikian pihak lapas pastilah menjamin kesehatan mental para WBP-nya. Sama seperti di Lapas Perempuan Kelas IIA Palembang, tetapi jika berdasar dari hasil pengamatan awal yang dilakukan oleh peneliti terdapat beberapa komunitas yang bergabung dalam pembinaan mental terhadap WBP, satu diantaranya adalah konseling yang diperuntukkan atau dikhususkan untuk WBP yang beragama kristen saja.

Dengan begitu pihak lapas perlu ekstra memperhatikan kondisi WBP secara menyeluruh mengingat mayoritas WBP di lapas tersebut beragama islam dan yang mengalami kesehatan mental sebagian dari mayoritas agama islam. Maka dari itu diperlukannya peran penting untuk memahami WBP untuk mencegah berkembangnya masalah kesehatan mental di Lapas. Tetapi jika hanya pihak lapas dan komunitas yang tergabung yang memahami masalah pada WBP maka tidak akan terselesaikan, Oleh karena itu untuk membantu pihak lapas dalam memecahkan permasalahan mental WBP terutama penyesuaian diri bagi WBP dilapas, peneliti ingin menerapkan teknik yang tepat untuk digunakan kepada klien disana yaitu menggunakan teknik *assertive adaptive*. Manfaat dari teknik asertif ini akan menjadi jelas ketika diterapkan dalam situasi yang lebih sederhana, dan dapat digabungkan dengan berbagai jenis pelatihan, seperti relaksasi bersama dengan klien yang memiliki masalah yang serupa, serta membantu klien berinteraksi dengan orang lain di sekitarnya. Pelatihan semacam ini memiliki potensi untuk

mempengaruhi tingkah laku seorang sikap individu tersebut secara langsung dengan melalui perasaan dan sikapnya, bisa dilakukan secara individu maupun dalam kelompok (Candra, I. W., 2023)

Dalam hal ini peneliti akan menerapkan teknik *assertive adaptive* ini dengan menggunakan konseling kelompok, karena dilihat dari jumlah klien yang lebih dari 3 orang dan dilihat dari permasalahannya yaitu penyesuaian diri. Hal ini terkait dengan pernyataan para ahli, Pauline Harrison telah menjelaskan bahwa dalam konseling kelompok, terdapat 4-8 orang peserta yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam forum ini, mereka bisa menggali berbagai masalah, seperti kemampuan berkomunikasi yang efektif, peningkatan kualitas diri, dan kemampuan dalam menangani masalah (Suryanto, T. A, 2021). Konseling kelompok (Nurihsan dan Kurnanto) Konseling kelompok merupakan bentuk dukungan bagi individu dalam konteks kelompok yang bertujuan untuk mencegah masalah dan memfasilitasi penyembuhan, serta memberikan dukungan untuk perkembangan dan pertumbuhan individu (Eka, M. F, 2022) . Gazda mengemukakan bahwa konseling kelompok merupakan sistem pendukung yang sangat efektif dalam memfasilitasi pertumbuhan individu, mencegah masalah, dan menangani konflik interpersonal atau mengatasi masalah (Adhiputra, A. A, 2015).

Teknik adalah metode yang membantu klien untuk secara bertahap menyesuaikan perilaku mereka dengan tujuan yang diinginkan. Latihan ini didesain untuk mendukung penyesuaian diri klien, dengan hasil yang diharapkan adalah perilaku yang lebih tegas dan terbuka (Mahmud, A., 2012). Teknik ini menggunakan prinsip-prinsip dari terapi rasional emotif perilaku (REBT) dalam memberikan bimbingan. Klien dapat belajar mendisiplinkan proses berpikir mereka yang sebelumnya tidak logis dan mengubahnya menjadi proses berpikir yang masuk akal. *Assertive adaptive* ditunjang oleh keahlian konselor dalam membantu klien mengembangkan pola pikir asertif (terbuka) dengan membantu klien melihat potensi diri, meningkatkan harga diri melalui interaksi dengan orang lain, terbuka terhadap diri sendiri, dan belajar mengomunikasikan pikiran dan perasaan (Siregar, R. A., 2018).

Dari pembahasan latar belakang masalah diatas maka peneliti memilih dan mencoba untuk meneliti tentang: Penerapan Konseling Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Assertive Adaptive* untuk Mengatasi Penyesuaian Diri.

METODE

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif. Menurut Imam Gunawan penelitian kualitatif adalah penelitian yang tidak dimulai dari teori yang telah dipersiapkan sebelumnya, tetapi dimulai dari lapangan berdasarkan lingkungan alami. Penelitian ini sangat penting dalam ilmu perilaku dimana tujuannya adalah untuk menemukan motif perilaku manusia. Maka dari itu penelitian ini sangat cocok menggunakan metode kualitatif karena berkaitan langsung dengan perilaku individu (Gunawan, I, 2022). Dalam penelitian ini penulis berharap bisa menerapkan teknik *assertive adaptive* kepada warga binaan dilapas Perempuan Kelas IIA Palembang yang mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, karena pada penelitian ini data primernya adalah warga binaan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini ialah observasi, wawancara dan dokumentasi. Dan pada analisis datanya, penulis menggunakan analisis yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman berpendapat bahwa terdapat tiga jalur analisis data kualitatif, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Dilihat dari teknik pengumpulan data diatas maka penulis akan melakukan observasi sedikitnya dua kali observasi yaitu sebelum melakukan penelitian dan setelah melakukan penelitian, dimana sebelum melakukan penelitian

penulis mengamati lingkungan dan kondisi dari objek yang akan diteliti. Selanjutnya penulis melakukan observasi setelah penelitian guna apakah penerapan teknik *assertive adaptive* ampuh dalam mengatasi penyesuaian diri.

Kemudian penulis akan melakukan wawancara guna mendapatkan data. Setelah mendapatkan data maka penulis akan mereduksi atau memilih data yang tidak perlu untuk selanjutnya akan dibuang, setelah itu data akan disajikan dengan cara menggabungkan data – data yang sudah disaji guna untuk mempermudah penarikan kesimpulan. Dan yang terakhir ialah penarikan kesimpulan berdasarkan data – data yang sudah diambil. Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dari analisis data yang merupakan juga hasil dari penelitian tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Lapas Perempuan Kelas IIA Palembang dan dilakukan pada warga binaan yang berstatus tahanan, yang mempunyai permasalahan pada penyesuaian diri di lingkungan yang baru. Penulis melakukan penelitian dengan lima klien untuk mendapatkan data – data, yang berinisial RY(52), RA(21), FI(48), FI(39) dan SL(28) dengan kategori yang sama yaitu sulit menyesuaikan diri. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 02 April 2024 sampai 23 April 2024.

Gambaran Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Adaptive* Pada Warga Binaan di Lapas Perempuan Kelas IIA Palembang

Teknik *assertive adaptive* merupakan teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong, dan membiasakan klien untuk secara terus menerus menyesuaikan diri dengan pola perilaku tertentu. Teknik ini berfokus pada kemampuan konseli untuk bisa membiasakan diri dan menyesuaikan dirinya sesuai dengan tingkah laku yang diharapkan. Seperti pernyataan diatas sebagian konseli yang merupakan anggota baru lapas atau menjadi tahanan baru dilapas sulit untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru. Faktor penyebab sulitnya menyesuaikan diri ini dikarenakan konseli baru pertama kali menginjakkan kaki dilapas dan konseli berpikir bahwa semua yang ada dilapas sangat amat menyeramkan. Ditambah lagi kepribadian konseli yang introvert atau tidak mau dan takut berinteraksi dengan lingkungan membuat konseli ini sulit beradaptasi didalam lapas. Hal ini berkaitan dengan faktor penyesuaian diri yang dikemukakan oleh *Schneiders* yaitu kondisi fisik, kepribadian, kondisi psikologis, kondisi lingkungan serta aspek budaya dan agama. Kondisi yang membuat klien rata – rata sulit menyesuaikan diri ini terdapat pada faktor kepribadian yaitu klien belum mau mengubah diri untuk bisa menyesuaikan diri, serta belum mampu mengatur diri untuk bisa menyesuaikan diri.

Dari sebelum dilakukannya konseling kelompok dengan teknik *assertive adaptive* terlihat sekali bahwa mereka terasa sangat canggung, malu dan takut pada saat baru bertemu. Tetapi setelah di pertemuan kedua dan selanjutnya para konseli mulai membiasakan diri untuk ikut kegiatan konselin tanpa rasa takut, cemas, canggung, dan mulai percaya diri berbicara didepan banyak orang dan didepan orang baru, dan menurut salah satu klien yang memang sulit berinteraksi, mereka tidak bisa terus – terusan tidak bisa menyesuaikan diri terlebih lagi mereka berada dalam lapas kurang lebih satu tahun masa hukuman, tidak mudah hidup didalam lapas. Kemudian, pada penelitian ini terdapat pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive adaptive* dilaksanakan selama empat kali pertemuan dengan empat tahap yaitu: tahap awal, tahap peralihan, tahap inti/kegiatan, dan tahap akhir.

Gambaran Penyesuaian Diri dengan Menerapkan Teknik *Assertive Adaptive* Pada Warga Binaan di Lapas Perempuan Kelas IIA Palembang

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi diatas maka terdapat disebagian klien memang memiliki pribadi yang tidak percaya diri dan mudah cemas. Hal ini sama dengan ciri - ciri yang mengarah pada penyesuaian pribadi. Berdasarkan hasil wawancara dan hasil observasi diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian klien memiliki hubungan antar keluarga yang baik, hubungan dilingkungan pertemanan yang baik dan sikap yang baik dan terhadap masyarakat, dan sebagian klien lagi sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian diatas bahwa gambaran penyesuaian diri pada warga binaan masih sulit untuk menyesuaikan diri dilingkungan baru. Setelah diterapkannya konseling kelompok menggunakan teknik *assertive adaptive* terdapat beberapa faktor yang membuat warga binaan sulit menyesuaikan diri dilingkungan dan bahkan pada orang baru, yang pertama faktor dari kepribadian yaitu kemauan dan kemampuan untuk megubah dirinya menjadi lebih baik dalam berinteraksi dengan orang baru dan lingkungannya. Sebagian dari klien tidak mau mengubah atau menutup diri dri orang baru dan lingkungannya, dan sebagian lagi bisa berinteraksi sejalan dengan waktu pada saat konseling kelompok berlangsung. Kedua masih dalam faktor kepribadian sebagian konseli merasa dirinya belum bisa mengatur diri sendiri sehingga belum bisa mencegah kepribadian yang dianggap *upnormal*. Ketiga yaitu konflik, seperti yang sudah diketahui bahwa warga binaan mempunyai konflik sendiri – sendiri, dan inilah yang menjadi salah satu faktor sulitnya penyesuaian diri warga binaan. Mereka merasa bahwa mereka kurang layak dalam berdekatan dengan orang baru dan lingkungan baru karena konflik yang dimiliki warga binaan itu sendiri. bahkan bagi sebagian orang, orang yang mengalami konflik itu mengganggu.

Hal ini dilihat dari hasil wawancara yang telah dilakukan dengan dua aspek penyesuaian diri, yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Dalam penyesuaian pribadi berciri – ciri merasa tidak percaya diri dan kecemasan. Dan penyesuaian sosial berciri – ciri interaksi individu terhadap lingkungan keluarga, lingkungan pertemanan, dan lingkungan masyarakat yang baik. Dari dua aspek tersebut terdapat beberapa konseli yang sulit menyesuaikan dirinya dan sebagian lagi bisa menyesuaikan diri namun masih takut dan malu terhadap orang baru.

KESIMPULAN

Penyesuaian diri klien pada saat konseling kelompok menggunakan teknik *assertive adaptive* yaitu klien merasakan gelisah dan kurang nyaman saat berbicara, hal ini terlihat dari klien yang kebanyakan diam dan banyak menggerakkan tubuh saat proses konseling berlangsung dan pada saat sudah dilaksanakan konseling kelompok dengan dua, tiga dan empat kali pertemuan, klien mengalami perubahan secara perlahan – lahan walaupun memang masih ada klien yang belum berhasil dalam menyesuaikan diri. Setelah diterapkannya konseling kelompok menggunakan teknik *assertive adaptive* dan dilihat dari hasil wawancara yang telah dilakukan dengan dua aspek penyesuaian diri, yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Dalam penyesuaian pribadi berciri – ciri merasa tidak percaya diri dan kecemasan, dan penyesuaian sosial berciri – ciri interaksi individu terhadap lingkungan keluarga, lingkungan pertemanan, dan lingkungan masyarakat yang baik. Dari dua aspek tersebut terdapat beberapa konseli yang sulit menyesuaikan dirinya dan sebagian lagi bisa menyesuaikan diri namun masih takut dan malu terhadap orang baru.

REFERENSI

- Adhiputra, A. A. (2015). *Konseling Kelompok: Perspektif Teori Dan Aplikasi*. [Http://Repo.Mahadewa.Ac.Id/Id/Eprint/1897](http://Repo.Mahadewa.Ac.Id/Id/Eprint/1897)
- Amandari, S. L., & Sartika, D. (2015). Hubungan Antara Character Strength Dengan Penyesuaian Diri Yang Efektif Pada Narapidana Di Lapas Sukamiskin Kelas Iia Bandung. *Prosiding Psikologi*, 519-525. [Http://Dx.Doi.Org/10.29313/V0i0.1394](http://Dx.Doi.Org/10.29313/V0i0.1394)
- Arifin, A. S. (2013). *Studi Kasus Dampak Penjurusan Studi Pilihan Orang Tua Terhadap Penyesuaian Diri Peserta Didik Sman 1 Kediri* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim). [Http://Etheses.Uin-Malang.Ac.Id/Id/Eprint/1867](http://Etheses.Uin-Malang.Ac.Id/Id/Eprint/1867)
- Candra, I. W., Sumirta, I. N., & Harini, I. G. (2023). *Keadaan Harga Diri Dan Depresi Pasien Diabetes Melitus Dalam Model Manajemen Emosi Mengatasi Masalah Psikososial*. Mega Press Nusantara. [Google Scholar](#)
- Eka, M. F. (2022). *Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Dalam Meningkatkan Hubungan Sosial Santri Di Pondok Pesantren Darul Huffaz Desa Bernung Kabupaten Pesawaran* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung). [Http://Repository.Radenintan.Ac.Id/Id/Eprint/22105](http://Repository.Radenintan.Ac.Id/Id/Eprint/22105)
- Gunawan, I. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif: Teori Dan Praktik*. Bumi Aksara. [Google Scholar](#)
- Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). *Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru* (Doctoral Dissertation, Universitas Ahmad Dahlan). [Google Scholar](#)
- Maghnina, Z. Z., & Andriany, M. (2020). Gambaran Penyesuaian Diri Warga Binaan Pemasarakatan Pada Sebuah Lapas Wanita Di Indonesia. *Holistic Nursing And Health Science*, 3(2), 70-80. [Https://Doi.Org/10.14710/Hnhs.3.2.2020.70-80](https://Doi.Org/10.14710/Hnhs.3.2.2020.70-80)
- Mahmud, A., & Sunarty, K. (2012). Mengenal Teknik-Teknik Bimbingan Dan Konseling. [Http://Eprints.Unm.Ac.Id/Id/Eprint/2219](http://Eprints.Unm.Ac.Id/Id/Eprint/2219)
- Pradana, C. R. (2022). Penerapan Teori Rebt Dengan Menggunakan Teknik Assertive Adaptive Untuk Menumbuhkan Kemampuan Adaptasi Pada Remaja: Bahasa Indonesia. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 5(2), 106-113. [Https://Doi.Org/10.38073/Almusyrif.V5i2.840](https://Doi.Org/10.38073/Almusyrif.V5i2.840)
- Razzaq, A., & Haryono, A. (2017). Analisis Metode Tafsir Muhammad Ash-Shabuni Dalam Kitab Rawâiu' al-Bayân. *Wardah*, 18(1), 48-59. [Https://Doi.Org/10.19109/Wardah.V18i1.1432](https://Doi.Org/10.19109/Wardah.V18i1.1432)
- Siregar, R. A., Bahri, S., & Bustamam, N. (2018). Penerapan Teknik Assertive Adaptive Di Dalam Rebt Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di Sma Negeri 3 Banda Aceh. *Jimbk: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 3(2). [Google Scholar](#)
- Suryanto, T. A. (2021). *Memahami Bimbingan Dan Konseling Belajar: Teori Dan Aplikasi Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling Belajar*. Penerbit Adab. [Google Scholar](#)
- Syaifuddin, A., & Murwandani, N. G. (2015). Pembinaan Warga Binaan Di Lembaga Pemasarakatan Lamongan Melalui Keterampilan Kerajinan. *Jurnal Pendidikan Seni Rupa*, 3(2). [Google Scholar](#)

Copyright Holder :

© Pebrianti, A., Razzaq, A. & Marianti, L. (2024).

First Publication Right :

© Journal Society of Counseling

This article is under:

