

Konseling Kelompok Behavioral (Penguatan dalam Penerimaan Diri Siswa Di SMP YPI Pulo Gadung)

Sofyan Abdi*, Afra Hasna, Siti Nur Syaidah Syamsudin, Ahmad Ubaidillah, Fadiah Milati Azka
Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam As-Syafi'iyah, Jakarta
) Email Korespondensi: sofyanaabdi.fkip@uia.ac.id

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan penerimaan diri siswa di Sekolah Menengah Pertama melalui konseling kelompok *behavioral*. Masalah yang dihadapi adalah mengenai penerimaan diri di kalangan siswa dan berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan sosial mereka. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan pendekatan kualitatif dengan desain. Populasi terdiri dari 99 siswa pada kelas VIII. Kemudian dipilih lima sampel untuk melakukan konseling kelompok. Pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi di dalam sesi konseling kelompok. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan penerimaan diri siswa setelah mengikuti konseling kelompok *behavioral*. Pendekatan *behavioral* efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa. Teknik penguatan dalam konseling kelompok di lingkungan SMP masih belum banyak diterapkan dalam penelitian sebelumnya.

Kata kunci : *Penerimaan diri, Behavior, Penguatan*

Abstract :

This research aims to increase students' self-acceptance in junior high schools through behavioral group counseling. The problem faced is regarding self-acceptance among students and has a negative impact on their psychological and social well-being. The method used in this research is quasi-experimental with a qualitative design approach. The population consists of 99 students in class VIII. Then five samples were selected to carry out group counseling. Data collection uses interviews and observations in group counseling sessions. The research results showed an increase in students' self-acceptance after participating in behavioral group counseling. The behavioral approach is effective in increasing students' self-acceptance. Strengthening techniques in group counseling in junior high schools have not been widely applied in previous research.

Keywords: *Self-acceptance, Behavior, Strengthening*

Pendahuluan

Pada dasarnya, perilaku adalah segala sesuatu yang dikatakan atau dilakukan seseorang (Martin, 2019). Menurut laporan dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018, sekitar 6-15% remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental, yang sering kali berkaitan dengan rendahnya penerimaan diri. Laporan ini menyoroti pentingnya intervensi dini dan dukungan dari keluarga serta lingkungan sekolah untuk membantu remaja mengembangkan penerimaan diri yang positif. Seseorang dianggap memiliki kemampuan menerima diri ketika ia dapat merespons dengan baik dalam menghadapi tekanan kehidupan yang dihadapi. Penerimaan diri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan psikologis siswa. Di SMP YPI Pulo Gadung, ditemukan fenomena yang terjadi, bahwa banyak siswa mengalami masalah dengan penerimaan diri, yang berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan prestasi akademis mereka.

Penerimaan diri yang rendah dapat menyebabkan perasaan tidak berharga, kurangnya motivasi, dan peningkatan risiko perilaku negatif (Istiana, 2017). Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang efektif untuk membantu siswa meningkatkan penerimaan diri mereka. Dalam penelitian ada beberapa acuan bagaimana konseling kelompok *behavioral* dengan teknik

penguatan dalam meningkatkan penerimaan diri siswa yang kehilangan orang tersayang di SMP YPI Pulo Gadung. Penyesalan dan menyalahkan diri sendiri menjadi faktor dalam penerimaan diri yang rendah. Penelitian ini penting karena penerimaan diri merupakan aspek utama dalam kesejahteraan psikologis dan perkembangan individu. Kunci untuk mencapai stabilitas emosional dan mental setelah mengalami kehilangan yaitu dengan memiliki kemampuan untuk menerima diri sendiri dengan baik.

Penerimaan diri yang buruk terus menerus berlangsung hingga remaja maka memberi bentuk kepribadian yang buruk sebagai konsekuensinya dengan judul *Adolescent Personalities And Their Self Accep-tance Within Complete Families, Incomplete Families And Reconstructed Families* (Katarzyna, 2014). Adapun tokoh yang mengatakan suatu keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas tertentu (Bandura, 1997). Temuan ini konsisten dengan penelitian Smith (2021) yang menemukan bahwa konseling kelompok behavioral efektif dalam meningkatkan penerimaan diri siswa sekolah menengah. Penelitian Johnson (2017) juga menunjukkan bahwa konseling kelompok memberikan ruang bagi siswa untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan, yang berkontribusi pada peningkatan penerimaan diri.

Beberapa strategi untuk mencapai penerimaan diri yaitu ; penerimaan memerlukan waktu, melakukan ritual, kelilingi diri dengan orang-orang terkasih, fokus pada hal positif, mulai melihat ke masa depan (Gupta, 2022). Penerimaan diri yakni keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif. Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri merupakan keyakinan atau kepercayaan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam melaksanakan dan menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapi, sehingga mampu mengatasi rintangan dan mencapai tujuan yang diharapkan.

Penguatan positif adalah teknik penting dalam pendekatan *behavioral* yang digunakan untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan dengan memberikan konsekuensi positif setelah perilaku tersebut ditampilkan. penguatan diperlukan untuk mengajar secara positif perilaku dan keduanya efektif dalam mengajar dan memastikan pemeliharaan (Çetin, 2021). Dalam pandangan behavioral, kepribadian manusia itu pada hakikatnya adalah perilaku. Perilaku di bentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya. Tidak ada manusia yang sama, karena kenyataannya manusia memiliki pengalaman yang berbeda dalam kehidupannya. Kepribadian seseorang merupakan cerminan dari pengalaman, yaitu situasi atau stimulus yang diterimanya. Konseling *behavioral* adalah suatu proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional,

dan keputusan tertentu (Suhertina, 2014). Memberikan penguatan dalam proses pembelajaran bertujuan untuk meningkatkan motivasi siswa dalam melakukan perilaku positif yang menunjang keberhasilan dalam proses pembelajaran (Maulidia, 2021). Penekanan istilah belajar dalam pengertian ini adalah atas pertimbangan bahwa konselor membantu siswa belajar atau mengubah perilaku. Penguatan diri adalah sejauh mana pengaruh eksternal berkontribusi atau menjelaskan perubahan perilaku yang biasanya dikaitkan dengan pengendalian diri (Jones, 1977). Konselor berperan membantu dalam proses belajar dengan menciptakan kondisi yang sedemikian rupa sehingga siswa dapat mengubah perilakunya serta memecahkan masalahnya. Berperilaku sosial juga merupakan proses belajar sehingga cocok untuk diberikan konseling *behavioral*. Guru bimbingan dan konseling merupakan salah perangkat penting yang ada di dalam sekolah, dan posisinya tidak dapat dipisahkan dari pendidikan itu sendiri. Artinya bahwa guru BK juga memegang peranan untuk ikut terjun langsung dalam membantu menyelesaikan permasalahan mengenai pertumbuhan dan perkembangan siswa yang ada di sekolah agar mereka dapat berkembang secara baik, dalam bidang akademis maupun non-akademisnya (Agustina, 2020).

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah metode-metode yang berfungsi untuk mengeksplorasi dan memahami arti yang dianggap oleh sejumlah individu atau sekelompok orang berasal dari masalah sosial (Creswell, 2019). Pada penelitian kualitatif, menggambarkan kehidupan individu melalui cerita mereka untuk memahami identitas dan pandangan dunia mereka (Hasibuan, 2022). Peneliti hanya melihat hasil dan perubahan-perubahan perilaku dalam pemberian konseling kelompok pada siswa yang memiliki penerimaan diri yang rendah pada siswa kelas VIII SMP YPI Pulo Gadung.

Penelitian ini dilakukan dengan desain quasi eksperimen. Quasi eksperimen adalah desain eksperimen yang dilakukan tanpa pengacakan (random), namun melibatkan penempatan partisipan ke dalam kelompok (Creswell, 2015). Populasi penelitian terdiri dari 99 siswa kelas VIII, dan dipilih secara purposif sebanyak 5 siswa yang melaksanakan konseling kelompok sampel sebanyak 2 siswa yang menunjukkan kriteria tingkat penerimaan diri rendah berdasarkan hasil sesi konseling. Instrumen yang digunakan adalah melakukan wawancara mendalam dengan siswa sebelum dan sesudah mengikuti konseling untuk mendapatkan gambaran perubahan penerimaan diri mendalam dan mengamati interaksi dan dinamika kelompok selama sesi konseling untuk mengidentifikasi perubahan perilaku dan penerimaan diri. Data yang diperoleh dari wawancara dan observasi untuk mengidentifikasi tema-tema

utama yang muncul. Semua wawancara dan catatan observasi akan ditranskrip untuk memudahkan analisis. Adanya triangulasi data dan waktu membandingkan temuan dari wawancara, observasi.

Mengidentifikasi siswa yang mengalami kesulitan dalam menerima diri setelah kehilangan orang tersayang melalui wawancara awal dengan guru dan konselor sekolah. Dalam pelaksanaannya program konseling kelompok terdiri dari lima sesi, masing-masing berdurasi 40 menit. Konseling kelompok dengan berbagai pendekatan atau model konseling dapat diterapkan dalam layanan konseling untuk mengatasi berbagai permasalahan remaja karena ada dukungan psikologis dalam kelompok (Muya, 2023). Setiap sesi melibatkan kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan penerimaan diri siswa, seperti permainan, diskusi kelompok, dan latihan keterampilan sosial. Konselor menggunakan teknik penguatan dengan memberikan pujian dan umpan balik positif setiap kali siswa menunjukkan peningkatan dalam interaksi sosial mereka dalam sebuah hasil wawancara.

Hasil

Penelitian membahas mengenai masalah penerimaan siswa yang rendah dalam kehidupan sosial akibat kehilangan sosok tersayang dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan *behavioral* dalam memberikan teknik penguatan pada siswa kelas VIII B SMP YPI Pulo Gadung. Pelaksanaan konseling kelompok di sekolah ini masih bersifat konvensional, artinya belum sepenuhnya ideal dilaksanakan jika mengacu kepada yang dikemukakan oleh Gibson (2011) mengklasifikasikan proses konseling kelompok ke dalam lima tahap, yakni tahap pembentukan kelompok, tahap identifikasi, tahap produktivitas, tahap realisasi dan tahap penutupan.

Dari hasil penelitian yang telah dijabarkan oleh peneliti, dapat terlihat bahwa *treatment* konseling kelompok dengan melalui teknik penguatan dapat mengatasi permasalahan penerimaan diri rendah. Adapun terdapat tahapan konseling kelompok dalam menghasilkan sebuah penyembuhan siswa. Pelaksanaan konseling kelompok menurut Glading (2011) dilaksanakan melalui tahaptahap berikut; 1) Tahap pembentukan, tahap ini bertujuan agar anggota kelompok memahami kegiatan yang akan di ikuti serta menumbuhkan suasana serta minat anggota dalam mengikuti kegiatan kelompok. Dalam kegiatan ini dimunculkan permainan kelompok. AS dan SA masih malu-malu dalam berinteraksi di dalam kelompok.; 2) Tahap peralihan, tahap ini bertujuan agar anggota kelompok terbebas dari perasaan atau sikap ragu, malu dan tidak percaya sehingga suasana kelompok semakin terbentuk. AS dan SA sudah memberanikan diri untuk terlibat dalam konseling kelompok setelah melalui

dinamika saat bermain selingan; 3) Tahap kegiatan, ada tahap ini terjadi kegiatan pengungkapan masalah atau topik yang dirasakan, dipikirkan, dan dialami oleh anggota kelompok. Anggota kelompok ikut serta secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik permasalahan. Dipertemuan pertama AS dan SA sudah memberanikan diri untuk bercerita mengenai masalah, dengan mengeluarkan rasa kesedihannya. ;4) Tahap pengakhiran, pada tahap ini terjadi pengungkapan kesan dan pesan anggota kelompok serta hasil kegiatan yang telah dicapai yang dikemukakan dengan cara tuntas dan mendalam. Dari pertemuan awal hingga akhir AS merasakan perubahan diri nya lebih ceria dan sudah tidak lagi berlarut dari rasa penyesalan. SA mengungkapkan “ *kalo aku jadi lebih lega karena ada yang support aku banget*”.

Siswa kelas VIII B Berinisial AS dan SA terjebak pada penyesalan, kesedihan berlarut-larut akibat kehilangan peran sosok tersayang dan terhambat akan penerimaan diri dalam kenyataan hidup mereka. Di dalam konseling kelompok ini terungkap faktor kesamaan pada diri mereka; 1) sulit ikhlas akan kehilangan. Hasil wawancara yang dikemukakan oleh SA “ *Aku sedih dan merasa kalo dia masih ada dirumah dan masih ada sisiku*” dan AS mengemukakan “ *Aku belum bisa nerima semua ini, dan kenapa hal ini harus diterjadi kepada ku* ”.; 2) penyesalan. Tidak jarang SA dihantui penyesalan setelah kepergian sosok tersayangnya, sebagaimana yang dikemukakan dalam hasil wawancara “ *Aku menyesal telah membujuknya untuk melakukan operasi tumornya, mungkin kalo aku tidak membujuknya dia masih ada bersamaku*”.; 3) menyalahkan diri sendiri. AS selalu menyalahkan dirinya sendiri dan beranggapan karena lahirnya dia di dunia membuatnya kehilangan sosok ayah “*Dari semua yang terjadi, ini semua salah aku, kehadiran aku semuanya menjadi tidak utuh*”. Para anggota kelompok menggali semua informasi dan faktor - faktor yang terjadi melalui dinamika kelompok yang terbangun. Setelah mengikuti konseling kelompok *behavioral* dengan teknik penguatan, siswa menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam penerimaan diri, siswa mengalami penurunan perasaan negatif seperti kesedihan dan kecemasan. Siswa yang mengikuti konseling menunjukkan peningkatan dalam interaksi sosial dan kemampuan membangun hubungan dengan teman sebaya. Dan AS maupun SA, mereka mengalami peningkatan kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan sehari-hari. Temuan menunjukkan bahwa teknik penguatan dalam konseling kelompok *behavioral* efektif dalam meningkatkan penerimaan diri siswa yang mengalami kehilangan. Penerimaan diri yang baik sangat penting untuk kesejahteraan psikologis siswa, membantu mereka mengatasi duka, dan mendorong perkembangan pribadi yang sehat. Penguatan positif mendorong siswa untuk terlibat lebih aktif dalam interaksi sosial, menunjukkan empati, dan memberikan dukungan kepada teman-teman mereka, yang berkontribusi pada lingkungan

sekolah yang lebih inklusif dan suportif. AS memberikan penjelasannya " jadi ada tempat sharing cerita ", " kita bisa lebih berempati dan peduli sesama teman atau siapapun itu".

Pembahasan

Sesuai dengan penelitian sebelumnya penerapan konseling *behavioral* dengan teknik penguatan diri yang positif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas x di SMA Negeri 24 Bandung (Dewi, 2018). Dapat berjalan secara efektif. Dalam penelitian ini dengan penerapan penguatan positif *behavioral* siswa yang telah mengalami kehilangan seseorang yang tersayang dapat mendapatkan dukungan yang diperlukan untuk mengembangkan penerimaan diri yang lebih baik dan penerimaan diri yang lebih kuat, membantu mereka untuk lebih mudah beradaptasi dan berkembang dalam lingkungan sosial mereka. Disamping itu, layanan konseling dalam bentuk kelompok dapat menstimulus perilaku yang berkarakter cerdas oleh karena itu, di sekolah guru bimbingan dan konseling melalui layanan bimbingan kelompok dapat membantu keberhasilan siswa di sekolah, terlebih yang memiliki permasalahan dalam interaksi sosialnya. Guru sekolah dan administrator mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang perilaku bermasalah di sekolah mereka sebagai prasyarat untuk pengembangan praktik manajemen perilaku yang lebih efektif melalui penguatan positif sebagaimana dalam penelitian sebelumnya *understanding the causes and management of problem behaviour in Zimbabwean schools: teacher perceptions* (Chitiyo, 2014). Teknik ini sangat efektif dalam konteks konseling, terutama bagi siswa yang telah mengalami kehilangan seseorang yang tersayang di SMP YPI Pulo Gadung, pendekatan ini diterapkan untuk membantu siswa kelas VIII B yang mengalami penurunan penerimaan diri dan masalah penerimaan diri akibat kehilangan.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi bidang bimbingan dan konseling, terutama dalam pengembangan program intervensi di sekolah. Konselor sekolah dapat menggunakan hasil penelitian ini untuk merancang program konseling kelompok yang efektif untuk membantu siswa mengatasi duka dan meningkatkan penerimaan diri. Di harapkan penelitian lebih lanjut dengan durasi yang lebih panjang untuk mengamati efek jangka panjang konseling kelompok *behavioral* mengkombinasikan metode kualitatif dan kuantitatif untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif tentang efektivitas konseling kelompok *behavioral* dengan teknik penguatan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam bidang konseling dan membantu siswa yang mengalami kehilangan untuk mencapai penerimaan diri yang lebih baik.

Kesimpulan

Setelah mengikuti konseling kelompok *behavioral* dengan teknik penguatan, siswa menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam penerimaan diri dan dinyatakan berhasil teknik ini sangat efektif dalam konteks konseling, terutama bagi siswa yang telah mengalami kehilangan seseorang yang tersayang. Di SMP YPI Pulo Gadung. Pendekatan ini diterapkan untuk membantu siswa kelas VIII B yang mengalami penurunan penerimaan diri akibat kehilangan. Studi ini penting karena memberikan bukti empiris tentang efektivitas intervensi psikologis dalam konteks pendidikan. Ini menunjukkan bahwa penerimaan diri yang baik memiliki dampak positif yang signifikan pada kesejahteraan dan performa akademik siswa. Temuan ini dapat dijadikan dasar untuk merancang program pendidikan yang lebih komprehensif, tidak hanya berfokus pada aspek akademis, tetapi juga pada perkembangan emosional dan psikologis siswa. Dukungan dari guru, teman, dan keluarga memainkan peran kunci dalam proses penguatan penerimaan diri, yang menunjukkan pentingnya lingkungan sosial dalam perkembangan psikologis siswa. Temuan-temuan ini dapat digunakan oleh komunitas ilmiah untuk mengembangkan program intervensi serupa di berbagai sekolah, serta memperkaya literatur tentang pentingnya aspek psikologis dalam pendidikan.

Daftar Pustaka

- Anwar S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Agustina. (2020). Studi kasus penerimaan diri rendah siswa kelas viii smpn 1 sukodono najlatun naqiyah. *Jurnal BK Unesa*, 10 (1), 534-5538. <https://doi.org/10.242.124.247>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037//0033-295x.84.2.191>
- Chitiyo, M., Chitiyo, G., Chitiyo, J., Oyedele, V., Makoni, R., Fonnah, D., & Chipangure, L. (2014). Understanding the causes and management of problem behaviour in Zimbabwean schools: teacher perceptions. *International Journal of Inclusive Education*, 18(11), 1091–1106. <https://doi.org/10.1080/13603116.2013.875068>
- Creswell (2015). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Creswell (2019). *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan. Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Çetin, M. E. (2021). Determination of reinforcement usage strategies during literacy education of teachers working with students with multiple disabilities in Turkey. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 9(1), 2532. <https://doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.9n.1p.25>

- Dewi, M. (2018). Penerapan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik Penguatan Diri Yang Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri siswa Kelas X Di Sma Negeri 24 Bandung. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 2(3), 92–100. <https://doi.org/10.22460/q.v2i3p90-98.1464>
- Firmansyah. (2022). Teknik pengambilan sampel umum dalam metodologi penelitian: Literature review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan. Holistik (JIPH)*, 1(2), 85-114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Gibson, R. L. & M. H. Mitchell. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Gladding, Samuel. T. (1995). *Group work a counseling specialty*. United States of America: Prentice Hall Inc.
- Gladding. T. Samuel. (2012). *Konseling Profesi Yang Menyeluruh*. Jakarta : Indeks.
- Hasibuan, S (2022). *Metode Penelitian Kualitatif*. Klaten : Penerbit Tahta Media.
- Istiana. (2017). Perbedaan Harga Diri Remaja Ditinjau Dari Status Keluarga Pada Sma Al - Ulum Medan. 11(2), 25-39. *Jurnal Psikologi dan Konseling* <https://doi.org/10.24114/konseling.v10i1.9630>
- Johnson, R. (2017). Choice waves and strategic interaction. *Journal of Technology Research*, 7(1), 1-12. <https://doi.org/10.4236/jss.2016.43010>
- Jones, R. T., Nelson, R. E., & Kazdin, A. E. (1977). The Role of External Variables in Self-Reinforcement : A Review. *Behavior Modification*, 1(2), 147-178. <https://doi.org/10.1177/014544557712001>
- Joris T., Erly O. 2020. *Konseling Kelompok Di Sekolah*. Malang : Learning Center.
- Katarzyna, W. (2014). Adolescent personalities and their selfacceptance within complete families, incomplete families and reconstructed families polish of applie psychology. *Journal of Psychology*, 12(1), 59-74. <https://doi.org/10.1515/pjap-2015-0006>
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Nasional*. Departemen Kesehatan RI : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Martin, G., & Pear, J. J. (2019). *Behavior modification: What it is and how to do it*. New York : Routledge
- Maulidia, C. (2021). Reinforcement Level: An Analysis Teacher in Junior High School Teacher. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*, 2(2), 108-116. <https://doi.org/10.24036/005415ijacss>
- Muya. (2023). *Model mode deactivation Group Counseling Bermuatan Nilai Luhur Hasthabrata untuk meningkatkan Perilaku Asertif Dalam Berkomunikasi*. Sleman : K-Media.

- Rajabi G, Hayatbakh L, Taghipour (2015) Structural Model of the Relationship between Emotional Skillfulness, Intimacy, Marital Adjustment and Satisfaction. *Family Counseling and Psychotherapy*, 5(1), 68-92.
<https://doi.org/10.29329/epasr.2022.461.8>
- Smith, J., Petrovic, P., Rose, M., De Souza, C., Muller, L., Nowak, B., & Martinez, J. (2021). Placeholder Text: A Study. *The Journal of Citation Styles*, 3. <https://doi.org/10.10/X>
- Suhertina D. (2014). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Pekanbaru : Mutiara Pesisir Sumatra.