

Nomor : 129/BK/04/S/2024

**RANCANGAN KONSELING KELOMPOK BERBASIS PENDEKATAN
COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK PENGEMBANGAN *SELF-
CONTROL* SISWA**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling



oleh
Syafina Ghaisani Zaman
NIM 2002990

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2024**

**RANCANGAN KONSELING KELOMPOK BERBASIS PENDEKATAN
COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK PENGEMBANGAN *SELF-
CONTROL* SISWA**

oleh
Syafina Ghaisani Zaman

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Pendidikan

© Syafina Ghaisani Zaman
Universitas Pendidikan Indonesia
Mei 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak
ulang, difoto kopi atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

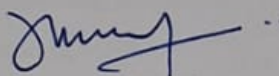
LEMBAR PENGESAHAN

SYAFINA GH AISANI ZAMAN
NIM 2002990

RANCANGAN KONSELING KELOMPOK
BERBASIS PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY*
UNTUK PENGEMBANGAN *SELF-CONTROL* SISWA

disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I



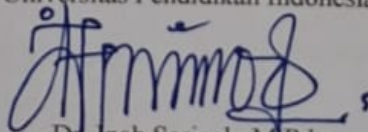
Dr. Ilfiandra, M.Pd.
NIP 197211241999031003

Pembimbing II



Dadang Sudrajat, M.Pd.
NIP 196808281998021002

Mengetahui,
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M.Pd.
NIP 197710142001122001

ABSTRAK

Syafina Ghaisani Zaman (2024). Rancangan Konseling Kelompok Berbasis Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* untuk Pengembangan *Self-Control* Siswa,

Remaja merupakan fase peralihan dari fase perkembangan anak-anak menuju dewasa. Pada fase pertumbuhan ini remaja mengalami perubahan dan pertumbuhan, baik pada segi fisik maupun psikologis, untuk menghadapi perubahan ini remaja membutuhkan kemampuan dalam mengendalikan diri agar tidak melakukan perilaku atau tindakan-tindakan yang menyimpang. Siswa SMA Negeri 13 Bandung merupakan remaja yang sedang mengalami peralihan. Penelitian ini bertujuan untuk menyusun rancangan konseling kelompok dengan pendekatan CBT untuk pengembangan *self-control* siswa. Pendekatan kuantitatif dengan metode survey, desain penelitian *cross-sectional*, dan teknik *simple random sampling* digunakan pada penelitian ini. Partisipan penelitian ini berjumlah 291 siswa. Instrumen yang disusun pada penelitian ini berdasarkan teori *self-control* dari Averill dengan menggunakan pengukuran *force-choice* sebanyak 14 item. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas siswa SMA Negeri 13 Bandung mampu mengendalikan diri baik pada aspek *behavior control*, *cognitive control*, dan *decisional control*. Siswa cenderung tidak mampu dalam *behavior control*. Indikator-indikator yang paling banyak tidak dikuasai siswa yaitu memahami peristiwa yang terjadi, menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki, dan menentukan tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Indikator-indikator ini dijadikan fokus utama dalam rancangan konseling kelompok dengan pendekatan *cognitive behavior therapy*. Dengan pendekatan CBT siswa dapat mengidentifikasi pola pikiran negatif yang menyebabkan ketidakmampuan mengendalikan diri dan menggantinya dengan pola pikiran yang lebih adaptif, sehingga diharapkan guru bimbingan dan konseling menerapkan layanan konseling kelompok yang telah dirancang.

Kata kunci: *Self-control*, konseling kelompok, *cognitive behavior therapy*

ABSTRACT

Syafina Ghaisani Zaman (2024). *Group Counseling Design Based on Cognitive Behavior Therapy Approach for Developing Student Self-Control,*

Adolescence is a transitional phase from childhood to adulthood. During this growth phase, adolescents experience physical and psychological changes. To deal with these changes, adolescents need to develop the ability to control themselves and avoid engaging in deviant behavior. This study aimed to develop a group counseling program using a cognitive-behavioral approach to improve the self-control of students at SMA Negeri 13 Bandung. The study used a quantitative approach with a cross-sectional research design and a simple random sampling technique. The study had 291 participants. The instruments used to measure self-control were based on Averill's self-control theory, using forced-choice measurement with 14 items. The results showed that most students at SMA Negeri 13 Bandung were able to control themselves well in terms of behavior control, cognitive control, and decisional control. However, they tended to struggle with behavior control. The most challenging indicators for students were understanding events, facing unwanted stimuli, and deciding on actions based on beliefs or agreements. These indicators were the main focus of the group counseling program using cognitive-behavioral therapy. With this approach, students could identify negative thought patterns that hindered their ability to control themselves and replace them with more adaptive thinking. The hope is that the guidance and counseling teachers will apply for the designed group counseling program

Keywords: Self-control, group counseling, cognitive behavior therapy

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA <i>SELF-CONTROL</i> DAN KONSELING KELOMPOK	9
2.1 <i>Self-control</i>	9
2.2 Implikasi Bimbingan dan Konseling dalam mengembangkan <i>Self-control</i> Siswa	25
2.3 Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	30
BAB III METODE PENELITIAN	40
3.1 Paradigma dan Pendekatan Penelitian	40
3.2 Metode dan Desain Penelitian	40
3.3 Partisipan dan Tempat Penelitian	41
3.4 Populasi dan Sampel	42
3.5 Instrumen Penelitian	43
3.6 Prosedur Penelitian	53
3.7 Analisis Data	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	57
4.1 Deskripsi Hasil dan Pembahasan Penelitian	57

4.2 Rancangan Konseling Kelompok Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Untuk Pengembangan <i>Self-control</i> Siswa.	70
4.3 Keterbatasan Penelitian	81
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI	82
5.1 Simpulan	82
5.2 Rekomendasi.....	83
DAFTAR PUSTAKA	84

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Siswa SMA Negeri 13 Bandung Tahun Ajaran 2023/2024.....	42
Tabel 3. 2 Jumlah Sampel Penelitian	43
Tabel 3. 3 Kisi-kisi Instrumen <i>Self-control</i>	44
Tabel 3. 4 Hasil Uji Keterbacaan Instrumen <i>Self-control</i>	46
Tabel 3. 5 <i>Undimensionalitas</i>	47
Tabel 3. 6 Analisis Kesukaran Item	48
Tabel 3. 7 Analisis Validitas	49
Tabel 3. 8 Hasil Uji Deteksi Bias Instrumen <i>Self-control</i>	50
Tabel 3. 9 Hasil Uji Skala Peringkat Instrumen <i>Self-control</i>	51
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen <i>Self-control</i>	52
Tabel 3. 11 Pedoman Skor Instrumen <i>Self-control</i>	55
Tabel 3. 12 Kategorisasi Data Instrumen <i>Self-control</i>	56
Tabel 3. 13 Interpretasi Kategori <i>Self-control</i>	56
Tabel 4. 1 Gambaran Umum <i>Self-control</i> Siswa	57
Tabel 4. 2 Gambaran Aspek <i>Behavior Control</i> Siswa	60
Tabel 4. 3 Gambaran Aspek <i>Cognitive Control</i> Siswa	61
Tabel 4. 4 Gambaran Aspek <i>Decisional Control</i> Siswa	63
Tabel 4. 5 Gambaran <i>Self-control</i> Siswa Berdasarkan Indikator.....	64
Tabel 4. 6 Kerangka Waktu Pelaksanaan Konseling Kelompok	75
Tabel 4. 7 Indikator Keberhasilan Konseling Kelompok.....	79

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Surat Keterangan Pengangkat Dosen Pembimbing	91
Lampiran 1. 2 Surat Izin Penelitian.....	92
Lampiran 1. 3 Surat Balasan Izin Penelitian	93
Lampiran 1. 4 Lembar Bimbingan Skripsi.....	94
Lampiran 1. 5 Surat Rekomendasi Ujian Sidang	95
Lampiran 2. 1 Hasil Uji Keterbacaan Instrumen <i>Self-Control</i>	97
Lampiran 2. 2 Hasil Uji Empiris Instrumen <i>Self-Control</i>	98
Lampiran 2. 3 Instrumen <i>Self-Control</i>	100
Lampiran 3. 1 Data Penelitian.....	103
Lampiran 3. 2 Analisis Keseluruhan <i>Self-Control</i> Siswa	114
Lampiran 3. 3 Analisis Aspek <i>Self-Control</i> Siswa	114
Lampiran 3. 4 Analisis Indikator <i>Self-Control</i> Siswa	115
Lampiran 3. 5 Analisis Item Instrumen <i>Self-Control</i> Siswa	117
Lampiran 4. 1 Rencana Pelaksanaan Konseling Kelompok	122
Lampiran 5. 1 Dokumentasi Penelitian.....	169
Lampiran 5. 2 Riwayat Hidup Penulis	170

DAFTAR PUSTAKA

- Achadiyah, B. N., & Laily, N. (2013). Pengaruh Locus of Control terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Akuntansi. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 11(2).
- Acocella, J. R., & Calhoun, J. F. (1990). *Psychology of Adjustment Human Relationship*. New York: McGraw Hill.
- Adhiputra, N. (2015). *Konseling Kelompok: Perspektif Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Afandi, I. (2018). Hubungan antara Kontrol diri dan Religiusitas dengan Perilaku Seks Bebas Remaja. *AL-IBRAH*, 3(1), 42-65.
- Alex, S. (2003). *Psikologi umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Ali, M. & Asrori, M. (2004). *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- American School Counselor Association. (2012). *ASCA National Model: A framework for school counseling programs*. American School Counselor Association.
- Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan Properti Psikometrik Skala Kontrol Diri Ringkas Versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179-195.
- Averill, J. R. (1973). Personal Control Over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286-30.
- Azzizah, N. (2006). Perilaku Moral dan Religiusitas Siswa Berlatar Belakang Pendidikan Umum dan Agama. *Jurnal Psikologi*, 1-16.
- Baumeister, R. F., Smart, L., & Boden, J. M. (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression: the dark side of high self-esteem. *Psychological review*, 103(1)
- Beck, J. (2011). *Cognitive Behavior Therapy*. New York: Guilforde Press.
- Block, M. Dan Block, MF. (1996). Self Regulation and Depletion of Limited Resources: Does Self- Control Resemble a Muscle?. *Psychological Bulletin*. 126(2), 247-259.
- Bond, T. G., & Fox, C. M. (2015). *Applying the Rasch Model: Fundamental Measurement in the Human Sciences* (Third). New York: Routledge.
- Bush, J.W. (2003). *Cognitive Behavioral Therapy: The Basics*. Diakses dari: <https://cognitivetherapy.com/lander>
- Buss, A.H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of personality and social psychology*. 63(3), 452-459.
- Casey, B. J., & Caudle, K. (2013). The Teenage Brain: *Self-Control*. *Current Directions in psychological science*, 22(2), 82-87.

- Chen, C. Y., & Chang, S. L. (2008). An Exploration of The Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Features. *Asian Journal of Health and Information Sciences*, 3(1-4), 38-51.
- Clay, D., Vignoles, V. L., & Dittmar, H. (2005). Body image and Self-Esteem Among Adolescent Girls: Testing the Influence of Sociocultural Factors. *Journal of research on adolescence*, 15(4), 451-477. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2005.00107.x>
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi. Terjemah E. Koswara*. Bandung :Refika Aditama
- Creswell, W. J., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches (Fifth Edit)*. United State of America: SAGE Publications.
- Danim,S. (2010). *Pengantar Kependidikan*. Bandung : Alfabeta.
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi perkembangan remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Dayakisni, T., & Hudaniah. (2006). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press
- De Ridder. dkk. (2011). Not Doing Bad Things Is Not Equivalent to Doing The Right Thing: Distinguishing Between Inhibitory and Initiatory Self-Control. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 1006–1011.
- Delphie,B. (2009). *Psikologi Perkembangan (Anak Berkebutuhan Khusus)*. Sleman: PT Intan Sejati Klaten.
- Denson, T. F., DeWall, C. N., & Finkel, E. J. (2012). Self-control and Aggression. *Current directions in psychological science*, 21(1), 20-25.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Duckworth, A. L., & Kern, M. L. (2011). A Metaanalysis of The Convergent Validity of Selfcontrol Measures. *Journal of Research in Personality*, 45(3), 259–268.
- Edmawati, M. dkk. (2021). Analisis Bimbingan Kelompok Berbasis Daring dengan Teknik Discussion Group dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 2(2).
- Erfantinni, I. H., Purwanto, E., & Japar, M. (2016). Konseling Kelompok Cognitive-Behavior Therapy dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 119-125.
- Erford, B. T. (2015). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar,
- Fatimah, D. N. (2017). Layanan Bimbingan Klasikal dalam Meningkatkan Self Control Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta. *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 14(1), 25-37.

- Ferrari, J.R., Stevens, E.B., & Jason, L.A. (2009). The Relationship of Self-Control And Abstinence Maintenance: An Exploratory Analysis of Self-Regulation. *Journal of Groups in Addiction and Recovery*, 4(1/2), 32.
- Fox, N. A., & Calkins, S. D. (2003). The Development of Self-Control of Emotion: Intrinsic and Extrinsic Influences. *Motivation and emotion*, 27(1), 7-26.
- Gladding, S. (2015). *Konseling Profesi yang Menyeluruh* (Edisi Keenam). Jakarta: Indeks
- Goleman, D. (2013). *Working With Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi)*. (Alih Bahasa, Alex Tri Kantjono Widodo). Jakarta, PT. Gramedia Pustaka Umum.
- Gufron, M.N., & Risnawati, Rini. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hall, C.S., & Lindzey, G. (2005). *Kepribadian Psikologi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hanurawan, F. (2010). *Psikologi Sosial Suatu Pengantar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Hermi, C., & Hariyono, D. S. (2018). Kajian Metode Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Pada Anak Yang Berhadapan Dengan Hukum. *Psycho Idea*, 16(2), 163-174.
- Hikmawati, F. (2012). *Bimbingan Konseling*, Jakarta: Rajawali Press
- Hill, J. (1983). Early Adolescence: A Framework. *Journal of Early Adolescence*. 3(1), 1-21.
- Ilfandra, I., Nadhirah, N. A., & Suryana, D. (2023). Meta-ethnography of Local Wisdom Total Peace of Urang Sunda and Its Implications to Peace Pedagogy. In *the International Seminar on Delivering Transpersonal Guidance and Counselling Services in School (ISDTGCSS 2022)* (pp. 132-149). https://doi.org/10.2991/978-2-38476-034-3_17
- Jatmika, S. (2010). *Genk Remaja, Anak Haram: Sejarah ataukah Korban Globalisasi?*. Yogyakarta: Kanisius.
- Kim, H.-J. dkk. (2018). Relationship among family environment, self-control, friendship quality, and adolescents' smartphone addiction in South Korea: Findings from nationwide data. *PloS one*, 13(2)
- Kompas (2023, 09 Juni) "Fakta Kasus Perundungan Siswa SMP di Bandung, Pelaku Bully". <https://bandung.kompas.com/read/2023/06/09/122347178/fakta-kasus-perundungan-siswa-smp-di-bandung-pelaku-bully-korban-lagi>.
- Latipun. (2015), *Psikologi Konseling*. Malang : UMM PRESS
- Lesmana, J. M. (2005). *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: Fakultas Psikologi UI
- Ling, Jonathan & Catling, Jonathan. (2012). *Psikologi Kognitif*. Jakarta: Erlangga

- Logue, A. W. (1995). *Self Control. Waiting until Tomorrow for What You Want Today*. New Jersey: Practice hall
- Maloney, P.M., Grawitch, M.J., & Barber, L.K. (2012). The Multi-Factor Structure of The Brief Self-Control Scale: Discriminant Validity of Restraint and Impulsivity. *Journal of Research in Personality*, 46(1), 111-115.
- Matson, J. L., & Ollendick, T. H. (1988). *Enhancing Children's Social Skills: Assessment and Training*. London: Pergamon Press
- McDonald, R.P. (1999). *Test Theory : A Unified Threament*. London: Lawrence Erlbaum Associates
- McLeod. 2010. *Pengantar Konseling Teori & Studi Kasus (Edisi Ketiga)*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Moffitt, T. E. dkk. (2011). A Gradient of Childhood Self-Control Predicts Health, Wealth, and Public Safety. *Proceedings of the national Academy of Sciences*, 108(7), 2693-2698.
- Naseh, S. (2012). Keunggulan dan Keterbatasan Beberapa Metode Penelitian Kesehatan. *Media of Health Research and Development*, 3(1), 22–24. <https://doi.org/10.22435/mpk.v3i1.931>.
- Nugraha, S. A. (2016). Hubungan antara Tingkat Kontrol Diri dengan Penyesuaian diri terhadap Pergaulan Remaja. *Al-Munawwarah: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 66-78.
- Nurihsan, A. J. (2012). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling (Revisions)*. Bandung: Refika Aditama.
- Nursalim, M. (2013). *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta : Akademia Permata
- Nursalim, M., (2015), *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Erlangga.
- Oliva, A., Antolín-Suárez, L., & Rodríguez-Meirinhos, A. (2019). Uncovering The Link Between Self-Control, Age, and Psychological Maladjustment Among Spanish Adolescents and Young Adults. *Psychosocial Intervention*, 28(1), 49-55
- Phythian, K. dkk. (2008). Family Structure And Parental Behavior: Identifying The Sources of Adolescent Self Control. *Journal of Western Criminology Review*, 9 (2),73-87.
- Pratama, R., Syahniar, S., & Karneli, Y. (2016). Perilaku agresif siswa dari keluarga broken home. *Konselor*, 5(4).
- Prayitno. (2009). *Dasar Teori dan Praktis Pendidikan*, Jakarta: PT. Grasindo
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. UNP Press
- Purnama, F. H., & Raharjo, S. T. (2018). Peran Sekolah dan Perilaku Remaja. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 205-213.

- Puspita, M., Erlamsyah, E., & Syahniar, S. (2013). Hubungan Antar Perlakuan Orangtua Dengan Kontrol Diri Peserta didik Di Sekolah. *Konselor*, 2(1).
- Rahmawati, A., & Asyanti, S. (2017). *Fenomena perilaku agresif pada remaja dan penanganan secara psikologis*. Surakarta : UMS.
- Rianti, D. F., & Rahardjo, P. (2014). Kontrol Diri pada Peserta Didik di SMA Negeri 2 Kutasari, Purbalingga Tahun Pelajaran 2012/2013. *Psycho Idea*, 12(1).
- Rofiah, H., Ratnasari, D., & Tobing, C. M. H. (2023). Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Behavior Therapy untuk Meningkatkan Kontrol Diri dalam Penggunaan Smartphone. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 2(3), 175-180.
- Rogers, C.R. (2007). *Counseling and Psychotherapy*. US: Rogers Press.
- Rotter, J.B., (1996). Generalized Expectancies for Internal Versus External Control Reinforcement. *Psychological Monographs*, 80(609).
- Santrock, J.W. (2007) *Educational Psychology (4th Edition)* NY: Mc Graw Hill
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. United State America: John Wiley & Son, Inc
- Siboro, Y. M. (2023). *Pengembangan Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Homeroom Untuk Meningkatkan Self-control Siswa Kelas VII SMP* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Ganesha).
- Siddiqah, L. (2010). Pencegahan dan Penanganan Perilaku Agresif Remaja Melalui Pengelolaan Amarah (Anger Management). *Jurnal psikologi*, 37(1), 50-64.
- Sriyanti, Lilik. (2011). Pembentukan Self Control dalam Perspektif Nilai Multikultural. *MUDARRISA: Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 4(1).
- Steinberg, L. (1993). *Adolescence (3 rd ed.)*. USA: McGraw-Hill, Inc.
- Stuart, & Laraia. (2005). *Prinsip dan Praktek Keperawatan Psikiatri Edisi 8*. St. Louis: Mosby Book Inc.
- Suherman, M. M. (2016). Efektivitas Strategi Permainan dalam Mengembangkan Self-Control Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 16(2), 194-201.
- Sulistyo, E. P. (2019). Hubungan Antara Kepribadian Neuroticism Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Impulsive Buying Produk Fashion Pakaian Pada Remaja Sma Muhammadiyah 2 Surabaya. (Skripsi) Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi Model RASCH untuk Penelitian Ilmu-ilmu Sosial*. Trim Komunikata Publishing House.
- Syafaruddin. dkk. (2019). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling: Telaah Konsep, Teori, dan Praktik*. Medan: Perdana Publishing.

- Tangney, J. P., Boone, A. L., & Baumeister, R. F. (2018). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *In Self-Regulation and Self-Control* (pp. 173-212). Routledge
- Tohirin. (2009). *Bimbingan dan konseling sekolah dan madrasah* Jakarta: PT rajagrafindo persada
- Triyono. (1994). *Konseling Mikro: Aplikasi Teknik Behavior*. Malang: OPF IKIP Malang.
- Walgito, B.(2004). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy* (5th ed.). Basic Books
- Yanizon, A. (2019). Penyebab Munculnya Perilaku Agresif pada Remaja. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, 6(1).
- Yulia, C. (2021). Efektivitas Konseling Cognitive Behavior Therapy Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa. *Consilium: Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 8(1), 9-18.
- Yusuf, S dan Nurihsan, J. (2016). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, S.(2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Zaini, A. (2013). Urgensi Bimbingan dan Konseling Bagi Remaja (Upaya Pencegahan Terhadap Perilaku Menyimpang). *KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2), 371-90.
- Zulkifli (2012). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.