

**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI SISWA**

(Penelitian Kuasi Eksperimen pada Siswa Kelas X MAN 2 Bandung,
Jawa Barat Tahun Ajaran 2021/2022)

TESIS

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat untuk memperoleh gelar Magister
Pendidikan dalam bidang Bimbingan dan Konseling



Oleh

Mahrhan Padlul Huda
1906793

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2022

**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI SISWA**

(Penelitian Kuasi Eksperimen pada Siswa Kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung,
Jawa Barat Tahun Ajaran 2021/2022)

Oleh
Mahran Padlul Huda

M.Pd Universitas Pendidikan Indonesia, 2022

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd) pada Fakultas Ilmu Pendidikan

© Mahran Padlul Huda 2022
Universitas Pendidikan Indonesia
April 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, di fotocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis

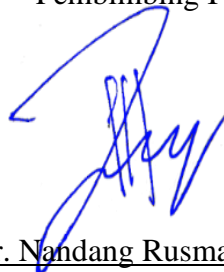
**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI SISWA**

(Penelitian Kuasi Eksperimen pada Siswa Kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung,
Jawa Barat Tahun Ajaran 2021/2022)

Oleh
Mahrhan Padlul Huda
1906793

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH :

Pembimbing I



Prof. Dr. Nandang Rusmana, M.Pd.
NIP: 196005011986031004

Pembimbing II



Dr. Anne Hafina, M.Pd.
NIP: 196007041986012001

Mengetahui,
Ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Prof. Dr. Agus Taufiq, M.Pd.
NIP: 195808161985031007

ABSTRAK

Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas X di MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022. Tesis ini dibimbing Oleh Prof. Dr. Nandang Rusmana, M.Pd. sebagai (Pembimbing 1) dan Dr. Anne Hafina, M.Pd Sebagai (Pembimbing 2). Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Kecerdasan emosi merupakan upaya dan kemampuan yang dapat mengendalikan perasaan diri sendiri, serta menggunakan perasaan tersebut untuk memandu pikiran dan tindakan. Ketika siswa sudah memahami kecerdasan emosinya maka akan mudah menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilih kepuasan dan mengatur suasana hati sehingga dapat memahami perasaannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis (1) Profil kecerdasan emosi siswa; (2) Mengembangkan program bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosi; dan (3) Menganalisis perbedaan rata-rata kecerdasan emosi siswa antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kuasi eksperimen dengan sampel penelitian 20 siswa. Proses pengumpulan data menggunakan angket kecerdasan emosi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Profil kecerdasan emosi siswa berada pada kategori sedang; (2) Program yang dikembangkan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama dalam penelitian ini difokuskan untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa; dan (3) Terdapat perbedaan rata-rata skor antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama yaitu sebesar 10,7. Perbedaan ini menunjukkan peningkatan kecerdasan emosi sebesar 34,15%. Sementara pada kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan. Implikasi pada penelitian ini, yaitu program bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama dapat diterapkan dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Sociodrama, Kecerdasan Emosi Siswa

ABSTRACT

Group Guidance with Sociodrama Techniques to Improve the Emotional Intelligence of Class X Students at MAN 2 Bandung Regency Academic Year 2021/2022. This thesis is guided by Prof. Dr. Nandang Rusmana, M.Pd. as (Advisor 1) and Dr. Anne Hafina, M.Pd as (Advisor 2). Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia.

Emotional intelligence is one of the important things for students. Emotional intelligence is an effort and ability that can control one's own feelings, and use these feelings to guide thoughts and actions. When students understand their emotional intelligence, it will be easy to put their emotions in the right portion, choose satisfaction and set the mood so that they can understand their feelings. The purpose of this study was to determine and analyze (1) the profile of students' emotional intelligence; (2) Developing a group guidance program with sociodrama techniques to improve emotional intelligence; and (3) Analyzing the average difference in students' emotional intelligence between before and after being given group guidance with sociodrama techniques to improve emotional intelligence in class X MAN 2 Bandung Regency, 2021/2022 Academic Year. The approach in this research uses a quantitative approach with the method used is quasi-experimental. The process of collecting data using an emotional intelligence questionnaire. The results showed that (1) the students' emotional intelligence profile was in the medium category; (2) The program developed in the form of group guidance services with sociodrama techniques in this study is focused on increasing students' emotional intelligence; and (3) There is an average difference of 10.7 and the results of the increase in the pre-test score to the post-test, the experimental group experienced an increase of 34.15% and the pre-test post-test score of the control group did not increase. The implications of this research are expected to apply a group guidance service program with sociodrama techniques to improve students' emotional intelligence at school.

Keywords: Group Guidance, Sociodrama, Student Emotional Intelligence

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PENGESAHAN TESIS	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TESIS	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMAKASIH	iv
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GRAFIK.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian	6
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat/signifikansi Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
1.5 Struktur Organisasi Tesis	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
2.1 Konsep Dasar Kecerdasan Emosi	12
2.1.1 Definisi Kecerdasan Emosi	12
2.1.2 Pentingnya Kecerdasan Emosi.....	15
2.1.3 Aspek-aspek Kecerdasan Emosi	17
2.2 Bimbingan Kelompok.....	20
2.2.1 Konsep Dasar Bimbingan Kelompok.....	20
2.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok.....	21
2.2.3 Kegunaan Bimbingan Kelompok.....	22
2.2.4 Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	23
2.3 Teknik Sociodrama	24
2.3.1 Pengertian Sociodrama.....	24
2.3.2 Bentuk-bentuk Sociodrama	26
2.3.3 Komponen Dasar Sociodrama	26
2.3.4 Tujuan Sociodrama	26

2.3.5	Manfaat Sociodrama	28
2.3.6	Tahap Pelaksanaan Sociodrama	28
2.3.7	Kelebihan Teknik Sociodrama	33
2.4	Asumsi-asumsi Penelitian	33
2.5	Penelitian Terdahulu	34
2.6	Kerangka Pemikiran.....	35
2.7	Hipotesis Penelitian.....	38
 BAB III METODE PENELITIAN		39
3.1	Desain Penelitian.....	39
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian	40
3.3	Partisipan.....	42
3.4	Definisi Operasional Penelitian.....	42
3.4.1	Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama.....	42
3.4.2	Kecerdasan Emosi.....	43
3.5	Pengembangan Instrumen Penelitian	44
3.5.1	Instrumen Pengumpulan Data	44
3.5.2	Kisi-kisi Instrumen Pengumpulan Data	44
3.5.3	Penimbangan Instrumen.....	49
3.5.4	Uji Keterbacaan.....	49
3.5.5	Uji Coba Instrumen	49
3.5.6	Pedoman Skoring	50
3.5.7	Mentransformasi Data Ordinal Ke Interval.....	50
3.6	Uji Validasi dan Reabilitas Instrumen	51
3.6.1	Uji Validasi Instrumen	51
3.6.2	Uji Reabilitas Instrumen	53
3.6.3	Uji Normalitas.....	54
3.6.4	Uji Homogenitas	55
3.7	Uji Coba Program Intervensi	56
3.8	Prosedur Penelitian.....	58
3.9	Teknik Analisis Data.....	61
 BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN		63
4.1	Temuan Penelitian.....	61
4.1.1	Profil Kecerdasan Emosi Siswa	61
4.1.2	Gambaran Tingkat Kecerdasan Emosi Siswa Per Aspek dan Indikator	64
4.2	Rumusan Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosis Siswa di MAN 2 Kabupaten	

Bandung Tahun Ajaran 2021/2022	68
4.2.1 Penimbangan Program	68
4.2.2 Rumusan Program.....	69
4.3 Implementasi Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa di MAN 2 Kabupaten Bandung	81
4.3.1 Pengukuran Awal (<i>Pre-test</i>).....	81
4.3.2 Perlakuan (<i>Treatment</i>)	82
4.3.3 Pengukuran Akhir (<i>post-test</i>)	92
4.4 Perbedaan Rata-rata Kecerdasan Emosi Siswa antara Sebelum dan Setelah diberikan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa di MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022	93
4.4.1 Hasil Rata-rata <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	93
4.4.2 Uji Perbedaan Rata-rata <i>Pre-test</i> Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	96
4.4.3 Uji Perbedaan Rata-rata <i>Post-test</i> Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	97
4.5 Pembahasan Penelitian	99
4.5.1 Profil Kecerdasan Emosi Siswa Kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022.....	99
4.5.2 Rumusan Hipotetik Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas X di MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022	101
4.5.3 Perbedaan Kecerdasan Emosi Siswa antara Sebelum dan Sesudah diberikan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas X di MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022	103
4.6 Keterbatasan Penelitian.....	106
KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	107
5.1 Kesimpulan	107
5.2 Rekomendasi Penelitian	108
DAFTAR PUSTAKA	110

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1	32
Tabel 2.2	34
Tabel 3.1	38
Tabel 3.2	39
Tabel 3.3	39
Tabel 3.4	43
Tabel 3.5	45
Tabel 3.6	48
Tabel 3.7	49
Tabel 3.8	51
Tabel 3.9	51
Tabel 3.10	52
Tabel 3.11	53
Tabel 3.12	53
Tabel 3.13	53
Tabel 3.14	54
Tabel 3.15	54
Tabel 3.16	59
Tabel 3.17	60
Tabel 4.1	61
Tabel 4.2	64
Tabel 4.3	66
Tabel 4.4	67
Tabel 4.5	70
Tabel 4.6	75
Tabel 4.7	78
Tabel 4.8	91
Tabel 4.9	92
Tabel 4.10	93
Tabel 4.11	94
Tabel 4.12	95
Tabel 4.13	96

DAFTAR GRAFIK

Halaman

Grafik 4.1	92
Grafik 4.2	93

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1.....	36
Gambar 3.1.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. SK Pembimbing Tesis	116
Surat Permohonan Penelitian	118
Surat Balasan Kepala Sekolah	119
Lampiran 2. Instrumen Penelitian	121
Lampiran 3. Program Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022	128
Lampiran 4. Naskah Sociodrama	149
Lembar Penilaian <i>Judgement</i>	159
Lampiran 5. Dokumentasi	160
Riwayat Hidup	164

DAFTAR PUSTAKA

- Amti, E. M. (1991). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Apdelmi, A., & Fadila, T. A. (2017). Implementasi metode sosiodrama dalam meningkatkan sikap nasionalisme siswa pada pembelajaran sejarah. *HISTORIA: Jurnal Program Studi Pendidikan Sejarah*, 5(2), 143–154.
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Tindakan Pendekatan* (p. 107). Jakarta: Rineka Cipta.
- ASCA National Model. (2012).
- Atika, A. (2010). *PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK MENGEMBANGKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA: Penelitian Tindakan Kolaboratif dalam mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa Kelas VII SMP Negeri 7 Pontianak*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baile, W. F., & Walters, R. (2013). Applying sociodramatic methods in teaching transition to palliative care. *Journal of Pain and Symptom Management*, 45(3), 606–619.
- Bar-On, R. (2001). *Emotional intelligence and self-actualization*.
- Bentz, V. M., & Shapiro, J. J. (2012). Mindful Inquiry in Social Research. In *Mindful Inquiry in Social Research*. Sage Publications. <https://doi.org/10.4135/9781452243412>
- Blatner, A. (2009). *Bases del psicodrama*. Editorial Pax México.
- Boyatzis, R., McKee, A., & Goleman, D. (2002). *Primal leadership: Realizing the power of emotional intelligence*.
- Burke, A. (2011). Group work: How to use groups effectively. *Journal of Effective Teaching*, 11(2), 87–95.
- Corey, G. (2012). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Cengage learning.
- Creswell, J. W. (2002). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative*. Prentice Hall Upper Saddle River, NJ.
- Creswell, J. W. (2012). *Research design pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*.

Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Creswell, J. W. (2015). Penelitian kualitatif & desain riset. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Davies, M., Stankov, L., & Roberts, R. D. (1998). Emotional intelligence: in search of an elusive construct. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(4), 989.
- Djamarah, S. (2010). Bahri dan aswan Zain. 2010. *Strategi Belajar Mengajar*.
- Djumhar, I., & Surya, M. (1975). I. Djumhar dan Moh. Surya, Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah. *Bandung: CV Ilmu*.
- Elizabeth, H. (2013). Perkembangan anak II (6th ed). *Jakarta: Penerbit Erlangga*.
- Elviana, P. S. (2017). Pembentukan Sikap Mandiri Dantanggung Jawab Melalui Penerapan Metode Sosiodrama Dalam Pembelajaran Pendidikan Kewarganegaraan. *Citizenship Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 5(2), 134. <https://doi.org/10.25273/citizenship.v5i2.1643>
- Ervina, D. (2019). *BIMBINGAN PRIBADI-SOSIAL UNTUK MENGEMBANGKAN KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH PERTAMA: Penelitian Eksperimen Kuasi di SMP 12 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Gazda, G. M. (1971). *Group counseling: A developmental approach*.
- George, J. M. (2000). Emotions and leadership: The role of emotional intelligence. *Human Relations*, 53(8), 1027–1055.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam.
- Goleman, D. (2000a). Emotional intelligence (kecerdasan emosional). *Jakarta: Gramedia Pustaka Umum*.
- Goleman, D. (2000b). *Kecerdasan emosional*. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2002). Emotional intelligence: Five years later. *New Horizons for Learning*.
- Goleman, D. (2005). Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Prestasi. *Jakarta: Gramedia Pustaka Utama*.
- Goleman, D. (2007). *Social intelligence*. Random house.

- Hadi, S. (2004). *Metode Penelitian (Pendekatan Penelitian)*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Hamid, I. (2018). Penerapan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8 Makassar. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, 1(1).
- Hamzah, B. U. (2006). *Orientasi baru dalam psikologi pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang kehidupan (Terjemahan oleh Istiwidayanti dan Soedarwo)*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B., Istiwidayanti, Sijabat, R. M., & Soedarwo. (1990). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga, Jakarta.
- Hurlock, & E.B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga, 5(2), 281–289.
- Ifham, A., & Helmi, A. F. (2002). *HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KEWIRAUSAHAAN PADA MAHASISWA*.
- J.J. Hasibuan, M. (1986). *Proses belajar mengajar*. Remaja Karya.
- John. W. Creswell. (2015). *Riset Pendidikan, Perancangan, Pelaksanaan, dan Evaluasi Riset Kualitatif & Kuantitatif*. 1364.
- Kartadinata, S. (2007). *Teori bimbingan dan konseling. Seri Landasan Teori Bimbingan Dan Konseling*.
- Katz, L. F., & Gottman, J. M. (1997). Buffering children from marital conflict and dissolution. *Journal of Clinical Child Psychology*, 26(2), 157–171.
- M. Platsidio. (2010). “The emotional intelligence of greek special education teacher in relation to burnout and job satisfaction,” *Journal School Psychology International*. 32(1), 60–67.
- Martin, A. J., Colmar, S. H., Davey, L. A., & Marsh, H. W. (2010). Longitudinal modelling of academic buoyancy and motivation: Do the 5Cs hold up over time? *British Journal of Educational Psychology*, 80(3), 473–496.

- Martin, C. (2008). *A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and leadership effectiveness*. East Carolina University. http://gateway.proquest.com/openurl?url_ver=Z39.88-2004&res_dat=xri:pqdiss&rft_val_fmt=info:ofi/fmt:kev:mtx:dissertation&rft_dat=xri:pqdiss:3303343
- Mikolajczak, M., Petrides, K. V, Coumans, N., & Luminet, O. (2009). The moderating effect of trait emotional intelligence on mood deterioration following laboratory-induced stress. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9(3), 455–477.
- Moradi Sheykhjan, T., Jabari, K., & Rajeswari, K. (2014). Self-Esteem and Academic Achievement of High School Students. *Online Submission*, 2(2), 38–41.
- Moreno, J. L. (2010). *The theatre of spontaneity*. Lulu. com.
- Nadhiroh, Y. F. (2015). Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia). *Jurnal Saintifika Islamica*, 2(1), 53–63.
- Najati, M. U. (2005). Ilmu Jiwa dalam Al Qur'an. *Jakarta: Pustaka Azzam*.
- Nasih. (2009). *Metode dan Teknik Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*. Refika Aditama.
- Nurihsan, A. J. (2005). Strategi layanan bimbingan dan konseling. *Bandung: Refika Aditama*.
- Nurihsan, A. J. (2014). Bimbingan Konseling Dalam Berbagai Latar Belakang Edisi Revisi. *Bandung: PT Refika Aditama*.
- Nursafitri, R. (2013). Penerapan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk membantu meningkatkan kemampuan hubungan interpersonal siswa. *Jurnal BK UNESA*, 3(1).
- Permendikbud. (n.d.). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*.
- Permendiknas Nomor 27. (2008). *Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor*.
- Plutchik, R. (1980). A general psychoevolutionary theory of emotion. In *Theories of*

- emotion* (pp. 3–33). Elsevier.
- Plutchik, R. (2001). The nature of emotions: Human emotions have deep evolutionary roots, a fact that may explain their complexity and provide tools for clinical practice. *American Scientist*, 89(4), 344–350.
- Prawitasari, J. E. (2011). Psikologi Klinis Pengantar terapan mikro dan makro. In *Jakarta: Erlangga* (pp. 1–14). Erlangga. <http://johana.staff.ugm.ac.id/wp-content/uploads/Psi-klinis-dari-Terapan-Mikro-ke-makro1.pdf>
- Prayitno, E. A., & Amti, E. (2004). Dasar-dasar bimbingan dan konseling. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Purba, V. (2015). *EFEKTIVITAS SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BERPRESTASI SISWA*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1–200.
- Rusamana, N. (2019). Bimbingan dan konseling kelompok disekolah: metode, teknik, dan aplikasi. *Bandung: Rizqi*.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah*. RIZQY PRESS.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211.
- Sanjaya, W. (2007). *Strategi pembelajaran berorientasi standar proses pendidikan*.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup (Terjemahan Benedictine Widwasinta)*. New York: McGraw-Hill (Buku asli diterbitkan pada tahun 2011).
- Shabani, J., Hassan, S. A., Ahmad, A., & Baba, M. (2010). Exploring the relationship of emotional intelligence with mental health among early adolescents. *International Journal of Psychological Studies*, 2(2), 209.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Sternberg, P., & Garcia, A. (2000). *Sociodrama: Who's in your shoes?* Greenwood Publishing Group.

- Sudjana. (2009). *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Sinar Baru Algensindo.
- Sugiyono, P. D. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: CV. ALVABETA.
- Suherman, U. (2005). Bimbingan Belajar. *Univ. Pendidik. Indones.*
- Uno, H. B. (2009). *Mengelola kecerdasan dalam pembelajaran*.
- Upton, P. (2012). Psikologi perkembangan. *Jakarta: Erlangga*.
- Utami, G. N. (2020). *EFFECTIVENESS OF BIBLIOCOUNSELING TECHNIQUE TO IMPROVE EMOTIONAL CONTROL IN CLASS X MIPA STUDENT OF SMA NEGERI 7 BANJARMASIN*. 03 No. 02, 164–172.
<https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpbk/index>
- Utami, G. N. A. (2020). Efektivitas Teknik Bibliocounseling untuk Meningkatkan Pengendalian Emosi pada Siswa Kelas X MIPA di SMA Negeri 7 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 3(2).
- Walgito, B. (2004). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wardhani, Y. F., & Paramita, A. (2016). Pelayanan Kesehatan Mental dalam Hubungannya dengan Disabilitas dan Gaya hidup Masyarakat Indonesia (Analisis Lanjut Riskesdas 2007 dan 2013). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 19(1), 99–107. https://www.researchgate.net/profile/Yurika-Wardhani/publication/313113011_Mental_Health_Services_Disability_and_Life_Style_of_Indonesian/links/5ce60a5a458515712ebb8b30/Mental-Health-Services-Disability-and-Life-Style-of-Indonesian.pdf
- Winkel. W. S. (2004). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Winkel, W. S. (1991). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah menengah*.
- Winkel, W. S. (2004). Psikologi Pengajaran [Teaching Psychology]. *Jakarta, Indonesia: PT. Grasindo*.
- Winkel, W. S. (2012). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*.
- Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2005). Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan (edisi revisi). *Jakarta: Gramedia*.
- Yamin, M. (2005). *Strategi pembelajaran berbasis kompetensi*. Jakarta: Gaung

persada press.

Yusuf, S. (2010). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*.

Yusuf, S. (2017). *Perkembangan Psikologi Anak dan Remaja*. Bandung: Rosda Karya.

Zahara, F. (2017). Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orangtua Pada Siswa Usia Remaja Di Sma Utama Medan. *Kognisi Jurnal*, 1(2), 2528–4495. <http://e-journal.potensi-utama.ac.id/ojs/index.php/KOGNISI/article/view/412>