

**PROGRAM BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK *GROUP EXERCISE*
UNTUK MENGEMBANGKAN KETERBUKAAN DIRI PESERTA DIDIK
KELAS XI SMA NEGERI 1 TIRTAYASA TAHUN AJARAN 2022/2023**

TESIS

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



Oleh:
Shinta Rahmah Wardani
1802644

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

**PROGRAM BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK *GROUP EXERCISE*
UNTUK MENGEMBANGKAN KETERBUKAAN DIRI PESERTA DIDIK
KELAS XI SMA NEGERI 1 TIRTAYASA TAHUN AJARAN 2022/2023**

Oleh
Shinta Rahmah Wardani

Sebuah Tesis diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Magister Pendidikan dalam bidang Bimbingan dan Konseling

©Shinta Rahmah Wardani 2023
Universitas Pendidikan Indonesia
Januari 2023

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.

HALAMAN PENGESAHAN TESIS

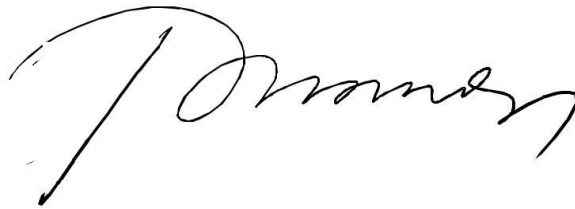
SHINTA RAHMAH WARDANI

1802644

PROGRAM BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK *GROUP EXERCISE*
UNTUK MENGEMBANGKAN KETERBUKAAN DIRI PESERTA DIDIK
KELAS XI SMA NEGERI 1 TIRTAYASA TAHUN AJARAN 2022/2023

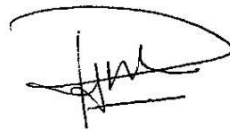
Disetujui dan disahkan oleh

Pembimbing I



Dr. Mamat Supriatna, M.Pd
NIP. 196008291987031002

Pembimbing II



Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd
NIP. 196611151991022001

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



Prof. Dr. Agus Taufiq, M. Pd.
NIP. 195808161985131007

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis yang berjudul “Program Bimbingan Sosial dengan Teknik *Group Exercise* untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Tirtayasa Tahun Ajaran 2022/2023” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Januari 2023

Yang membuat pernyataan,



Shinta Rahmah Wardani

NIM. 1802644

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahiim

Puji syukur senantiasa penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan petunjuk serta limpahan nikmat dan kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Sekolah Pascasarjana Program Studi Bimbingan dan Konseling. Shalawat teriring salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga serta sahabat, dan semoga sampai kepada kita selaku umat baginda Rasulullah.

Tesis yang berjudul “Program Bimbingan Sosial dengan Teknik *Group Exercise* untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Tirtayasa Tahun Ajaran 2022/2023” merupakan hasil penelitian secara empirik sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu strategi pemberian layanan bimbingan dan konseling.

Penulisan dan penelitian dalam tesis ini telah dilakukan dengan semaksimal mungkin. Kendati demikian, guna mengoptimalkan penulisan tesis ini kritik, saran, masukan dan bimbingan dari para dosen penguji dan pembimbing serta berbagai pihak sangat diharapkan. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih banyak. Semoga Allah meridhai dan mencatatnya sebagai amal kebaikan. *Aamiin*

Bandung, Januari 2023



Shinta Rahmah Wardani

NIM. 1802644

UCAPAN TERIMA KASIH

Tesis ini tidak akan pernah selesai tanpa adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penyelesaian tesis, khususnya kepada:

1. Bapak Dr. Mamat Supriatna, M.Pd. selaku dosen pembimbing akademik dan dosen pembimbing I yang selalu membantu, memotivasi, memberi arahan dan memberikan bimbingan kepada penulis dalam penyusunan tesis.
2. Ibu Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd. selaku dosen pembimbing II, yang selalu membantu, memotivasi, memberi arahan dan memberikan bimbingan kepada penulis dalam penyusunan tesis.
3. Bapak Dr. Nandang Budiman, M.Si. selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memfasilitasi dan mendukung penulis dalam menyelesaikan tesis.
4. Bapak Prof. Dr. Agus Taufiq, M.Pd. sebagai Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana yang telah memfasilitasi dan mendukung penulis dalam menyelesaikan tesis.
5. Seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana yang telah membimbing dan memberikan ilmu kepada penulis selama masa perkuliahan.
6. Bapak Ahmad Kustiwa, S.Pd. selaku Kepala Seksi Akademik dan Kemahasiswaan FIP UPI beserta staf yang selalu membantu memenuhi segala kebutuhan administrasi dalam penyelesaian tesis.
7. Ibu Hj. Kusmiati, M.Pd. selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Tirtayasa yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian pada kelas XI SMA Negeri 1 Tirtayasa.
8. Seluruh peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Tirtayasa Tahun Ajaran 2022/2023 yang telah bersedia dan berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan.
9. Kedua orangtua Bapak Engkon, M.Pd. dan Ibu Tati Rofidah, S.Pd. yang selalu membesarkan hati penulis dengan curahan kasih sayang, do'a dan berbagai dukungan yang tak pernah berhenti untuk kelancaran penyelesaian tesis.

10. Adik tersayang, Intan Puspitasari, S.E yang selalu kebersamai dan memberikan kekuatan dalam penyelesaian tesis.
11. Suami tercinta, Ues Athoillah, M.Pd. yang selalu sabar menemani dan memberikan dukungan dalam penyelesaian tesis.
12. Ananda tersayang, Muhammad Adzka yang selalu menjadi penguat dalam penyelesaian tesis.
13. Teman-teman seperjuangan, Mahasiswa Pascasarjana Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018 yang selalu memberikan semangat dalam penyelesaian tesis.
14. Semua pihak yang telah membantu dalam kelancaran penyusunan tesis yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Semoga semua pihak yang telah memberikan segala upaya untuk mendukung penulis, senantiasa dibalas oleh Allah SWT dengan pahala kebaikan yang berlipat ganda. Aamiin.

Bandung, Januari 2023



Shinta Rahmah Wardani

NIM. 1802644

ABSTRAK

Shinta Rahmah Wardani. (2023). Program Bimbingan Sosial dengan Teknik *Group Exercise* untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Tirtayasa Tahun Ajaran 2022/2023

Keterbukaan diri peserta didik merupakan bagian dari keterampilan sosial yang dalam layanan bimbingan dan konseling berada pada bidang sosial yang dalam Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKPPD) SMA berada pada aspek kematangan hubungan dengan teman sebaya. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah menghasilkan program bimbingan sosial dengan teknik *group exercise* yang efektif untuk mengembangkan keterbukaan diri peserta didik sekolah menengah atas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen desain pra eksperimen. Partisipan penelitian adalah peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Tirtayasa Tahun Ajaran 2022/2023. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen keterbukaan diri dikembangkan dan digunakan untuk pengumpulan data keterbukaan diri peserta didik. Teknik analisis data menggunakan uji statistik parametrik dan uji paired sample t-test Hasil penelitian menunjukkan bahwa program bimbingan sosial dengan teknik *group exercise* efektif untuk mengembangkan keterbukaan diri peserta didik yang ditandai dengan adanya perbedaan signifikan antara nilai *pretest* dan nilai *posttest* serta adanya peningkatan keterbukaan diri peserta didik sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan sosial dengan teknik *group exercise*. Temuan penelitian direkomendasikan sebagai salah satu alternatif layanan bimbingan dan konseling untuk mengembangkan keterbukaan diri peserta didik.

Kata kunci: Bimbingan Sosial, Teknik *Group Exercise*, Keterbukaan Diri

ABSTRACT

Shinta Rahmah Wardani. (2023). *Social Guidance Program with Group Exercise Techniques to Develop Self-Disclosure of Class XI Students of SMA Negeri 1 Tirtayasa for the 2022/2023 Academic Year.*

Self-disclosure of students is part of social skills which in guidance and counseling services are in the social field which in the High School Student Independence Competency Standards (SKPPD) is on the maturity aspect of relationships with peers. Therefore, the purpose of this research is to produce a social guidance program using group exercise techniques that are effective for developing high school students' self-disclosure. This study uses a quantitative approach with pre-experimental design experimental methods. The research participants were class XI students of SMA Negeri 1 Tirtayasa for the 2022/2023 Academic Year. Sampling was done by purposive sampling technique. Instruments for self-disclosure were developed and used to collect data on self-disclosure of students. Data analysis techniques using parametric statistical tests and paired sampel t-test. The results showed that the social guidance program using the group exercise technique was effective in developing students' self-disclosure as indicated by the significant differences between pretest and posttest scores and an increase in students' self-disclosure before and after participating in social guidance services using group exercise techniques. The research findings are recommended as an alternative guidance and counseling service to develop students' self-disclosure.

Keywords: *Social Counseling, Group Exercise Techniques, Self Disclosure*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
UCAPAN TERIMAKASIH	ii
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GRAFIK	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan dan Pertanyaan Penelitian	8
C. Definisi Konseptual Masalah Penelitian	10
D. Tujuan Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian	11
F. Struktur Organisasi Tesis	12
BAB II KAJIAN TENTANG BIMBINGAN SOSIAL UNTUK MENGEMBANGKAN KETERBUKAAN DIRI	14
A. Tinjauan Teoretik Bimbingan Sosial	14
B. Tinjauan Teoretik Keterbukaan Diri	28
C. Perkembangan Penelitian	41
D. Kerangka Teoritik Bimbingan Sosial dengan Teknik <i>Group Exercise</i> untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri	44
E. Hipotesis Penelitian	46
BAB III METODE PENELITIAN	47
A. Pendekatan Penelitian	47
B. Metode dan Desain Penelitian.....	47
C. Partisipan Penelitian.....	48
D. Pengembangan Instrumen Penelitian	49
E. Pedoman Skoring dan Penafsiran	54
F. Pengujian dan Kelayakan Instrumen	56

G. Pengembangan Program Bimbingan Sosial dengan Teknik <i>Group Exercise</i>	61
H. Prosedur Penelitian	64
I. Analisis Data	65
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Temuan Penelitian	66
B. Pembahasan Penelitian.....	81
C. Keterbatasan Penelitian.....	88
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI	90
A. Simpulan	90
B. Rekomendasi.....	91

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perkembangan Penelitian.....	46
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	48
Tabel 3.2 Partisipan Penelitian.....	48
Tabel 3.3 Matriks Analisis Konsep Keterbukaan Diri	52
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen Keterbukaan Diri.....	54
Tabel 3.5 Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban.....	55
Tabel 3.6 Norma Kategorisasi Sampel Penelitian.....	55
Tabel 3.7 Deskripsi Kategorisasi Keterbukaan Diri	56
Tabel 3.8 Hasil Penimbang Instrumen	57
Tabel 3.9 Uji Keterbacaan Peserta Didik.....	58
Tabel 3.10 Hasil Uji Validitas Butir Pernyataan.....	58
Tabel 3.11 Kisi-Kisi Instrumen Keterbukaan Diri Peserta Didik SMA (Setelah Uji Validitas).....	59
Tabel 3.12 Kriteria <i>Alpha Cornbach</i>	60
Tabel 3.13 Kriteria <i>Person Reliability & Item Reliability</i>	60
Tabel 3.14 Deskripsi Komponen Program Hipotetik Bimbingan Sosial	62
Tabel 3.15 Uji Kelayakan Program Sosial	64
Tabel 4.1 Deskripsi Komponen Program Bimbingan Sosial	72
Tabel 4.2 Uji Kelayakan Program.....	74
Tabel 4.3 Hasil Penimbangan Dosen Ahli dan Praktisi Program	74
Tabel 4.4 One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	76
Tabel 4.5 Paired Samples Statistics	76
Tabel 4.6 Paired Samples Correlations	77
Tabel 4.7 Paired Samples Test.....	77
Tabel 4.8 Perbandingan Rata-Rata Persentase Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	78

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Profil Keterbukaan Diri Peserta Didik SMA	66
Grafik 4.2 Profil Keterbukaan Diri berdasarkan Aspek.....	67
Grafik 4.3 Persentase Aspek Keterbukaan Diri	68
Grafik 4.4 Profil Keterbukaan Diri berdasarkan Indikator	69
Grafik 4.5 Persentase Indikator Keterbukaan Diri.....	69
Grafik 4.6 Profil Keterbukaan Diri berdasarkan Kelas	71
Grafik 4.7 Perbandingan Persentase berdasarkan Aspek.....	79
Grafik 4.8 Perbandingan Persentase berdasarkan Indikator	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teoretik Bimbingan Sosial dengan Teknik <i>Group Exercise</i> untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri	46
---	----

DAFTAR PUSTAKA

- Abate, L.L & Milan, M.A. (1985). *Handbook of Social Skills Training and Reseach*. New York: John Wisley and Son.
- Allen, Adelaide & Court, Sue. (2009). Leader Self Disclosure within PAL: A Case Study. *Australasian Journal of Peer Learning*, 1, 68-86.
- Amalia, Rizki. (2017). *Keefektifan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Solution Focused Brief Therapy untuk Meningkatkan Self Esteem dan Self Disclosure Siswa SMA N 12 Pekanbaru*. Universitas Negeri Malang
- Arikunto, Suharsimi. (2009). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bevan-Dye, A. L. & Akpojivi, U. (2016). *South African Generation Y Students Self Disclosure on Facebook*. *South African Journal of Psychology* 2016, Vol 46(1), hlm. 114-129.
- Burdick, D. B., Cavnor, C. C., Handcock, J., Killcoyne, S., Lin, J., Marzolf, B., et al. (2010). SEQADAPT: an Adaptable System for the Tracking, Storage and Analysis of High Throughput Sequencing Experiments. *BMC Bioinformatics*, 11(1), 377.
- Calhoun, James. (1995). *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. (Terjemahan oleh Satmoko). Semarang: IKIP Semarang Press.
- Chen, Yea-Wen & Nakazawa, Masato. (2012). Measuring Patterns of Self-Disclosure in Intercultural Friendshi p: Adjusting Differential Item Functioning Using Multiple-Indicators, Multiple-Causes Models. *Journal of Intercultural Communication Research*, 41(2), 131–151.
- Chow, C. M., Ruhl, H., & Buhrmester, D. (2012). The mediating role of interpersonal competence between adolescents' empathy and friendship quality: A dyadic approach. *Journal of Adolescence*. 36, 191–200.
- Creswell, J.W. (2008). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Corey, G. (1995). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. (Terjemahan oleh Mulyarto). Semarang: IKIP Semarang Press.
- Depdiknas. (2008). *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Depdiknas.
- Derlega, Valerian. (1984). *Self Disclosure*. New York: Springer Science+Business Media.

- Derlega, *et.al.* (2006). *The Cambridge handbook of personal relationship*, ed. Cambridge : Cambridge University Press.
- DeVito, J. (1997a). *Human Communication: The Basic Course*. (13th ed). New York: Pearson Education, Inc.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Rosdakarya.
- DeVito, J. (2011b). *Komunikasi Antar Manusia: Kuliah Dasar*. (Edisi Kelima). Terjemahan oleh Maulana, A. Jakarta: Profesional Books.
- DeVito, J. (2014). *The Interpersonal Communication Book*. (13th ed). New York: Pearson Education, Inc.
- Ewick, P. (2013). Principles, Passions, and the Paradox of Modern Law: A Comment on Bybee. *Law & Social Inquiry*, 38(1), 196-205.
- Farber, A. Barry. (2006). *Self Disclosure in Psychotherapy*. New York: Guilford Press
- Gainau, B. M. (2008). Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33(1), 95-112.
- Hargie, et al. (1998). *Social Skill and Communication*. New York: Springer Publishing Company.
- Hargie, O dan Dickson, D. (2004a). *Skilled Communication Interpersonal: Research, Theory, and Practice, 4th Edition*. London : Routledge.
- Ifdil. (2013). Konsep Dasar Self Disclosure dan Pentingnya bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 13(1), 110-117.
- Jacobs, E, Masson Robert L., Harvill Riley L, & Schimmel Christine. (2012). *Group Counseling Strategies and Skills*. West Virginia University. Brooks/Cole, Cengage Learning. Publisher: Linda Schreiber-Ganster.
- Jannah, R, dkk. (2016). Pengembangan Permainan Simulasi Keterbukaan Diri untuk Siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Vol. 1, No. 2, hlm. 74-78*.
- Johnson. W. (1990). *Reaching Out: Interpersonal Effectiveness and Self Actualization*. Printice Internasionalin Jersey.
- Lestari, S. S . (2016). Hubungan Keterbukaan Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Riau di Yogyakarta. *E-Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol 3, No. 5, 2016*.

- Matson, J. L. & Ollendick, T. H. (1988). *Enhancing children's social: Assessment and training*. New York: Pergamon Press.
- Natih, dkk. (2014). *Penerapan Konseling Rasional Emotif dengan Teknik Role Play untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa Kelas X MIA 3 SMA N 2 Singaraja*. Jurnal Undiksa, Vol. 2 No. 1
- Navisah, Sovi. (2015). *Layanan Dasar Bimbingan dan Konseling untuk Mengembangkan Self Disclosure Dalam Persahabatan*. Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nurihsan, Juntika. (2014). *Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar kehidupan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Papalia D.E., Olds, S.W, & Feldman, R.D. (2009). *Human Development (Perkembangan Manusia edisi 10 buku 2)*. (Terjemahan oleh Brian Marwensdy). Jakarta: Salemba Humanika.
- Pearson, Judi C. (1983). *Interpersonal Communication*. United States of America: Foresman and Company.
- Prayitno & Amti, E. (1999). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Pohan, F. A. & Dalimunte, H. A. (2017). *Hubungan Intimate Friendship dengan Self Disclosure Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Media Sosial Facebook*. *Journal Diversita*, Vol 3, No. 2, Desember 2017, p-ISSN: 2461-1263 e-ISSN:2580-6793. Universitas Medan Area.
- Rahman, A. A. (2015). *Profil Self Disclosure Peserta Didik dan Implikasinya Terhadap Bimbingan Pribadi Sosial (Studi Deskriptif Terhadap Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 1 Lembang Tahun Ajaran 2014/2015)*. Skripsi. Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Rains, S. A. & Burnner, S. T. (2014). *The Outcomes of Broadcasting Self Disclosure Using New Communication Technologies: Respon to Disclosure Vary Across One's Social Network*. *Journal Permissions DOI: 10.1177/0093650215598836*.
- Rajaram, K., & Bordia, S. (2013). East Versus West: Effectiveness of Knowledge Acquisition an Impact of Cultural Dislocation Issues for Mainland Chinese Students Across Ten Commonly Used Instructional Techniques. *International Journal for the Scholarship of Teaching and Learning*, 7(1), 1-24.
- Rusmana, Nandang. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok Di Sekolah, (Metode, Teknik, Dan Aplikasi)*. Bandung : Rizqi Press.
- Santrock, John W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. (Terjemahan oleh Shinto & Sherly). Jakarta: Erlangga.

- Saputri, L. D., dkk (2012). Hubungan kemampuan sosialisasi dengan keterbukaan diri terhadap siswa kelas VIII. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, Volume 7, No.1, Maret 2012. Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu-ilmu Kesehatan. Universitas Jendral Soedirman Purwokorto.
- Setianingsih, E. S., dkk. (2014). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, Volume 3, No.2, November 2014. Prodi Bimbingan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang.
- Setiawati, Denok. (2012). *Efektivitas Model Knap untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa SMA*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Vol. 13 No. 1
- Sturgers, James W, et al., (2012). Use Therapist Self-Disclosure And Self-Involving Statements. *Journal Association for behavioral and cognitive therapies*, Volume 35, No 5.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kualitatif, kuantitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi, D. K. (2008). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukmadinata, N. S. (2007). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Supratiknya. (1995). *Komunikasi Antar Pribadi Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Tokic', A., & Pec'nik, N. (2010) Parental Behaviors Related to Adolescents' Self-disclosure: Adolescents' Views. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(2), 201–222.
- Wahl, H.W., Iwarsson, S., & Oswald, F. (2012). Aging well and the environment: toward an integrative model and research agenda for the future. *The Gerontologist*, 52(3), 306-316.
- Winkel. W.S. (1991). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Yusuf, Syamsu LN. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Yusuf, Syamsu LN. (2017). *Bimbingan dan Konseling Perkembangan: Suatu Pendekatan Komprehensif*. Bandung: PT. Refika Aditama