

PERAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN BEHAVIORAL PADA SISWA INTROVERT TERHADAP DISIPLIN BELAJAR DI SMK SAKTI GEMOLONG TAHUN PELAJARAN 2023/2024

Risma Buana Suci^{1*}, Hera Heru Sri Suryanti², Ahmad Jawandi³

^{1,2,3}Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Slamet Riyadi, Surakarta, Indonesia
Email: rismabuanaa12@gmail.com^{1*}, heraherusuryanti@yahoo.com², ahmadjawandi@gmail.com³

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the role of BK teachers in individual counseling services with a Behavioral Approach for introverted students towards learning discipline at SMK Sakti Gemolong in the 2023/2024 Academic Year. This research was conducted at SMK Sakti Gemolong. The subject in this study was one class X TPE student. The method used in this study is a qualitative descriptive method, data collection was carried out using observation, interviews and documentation. The steps taken in analyzing are by compiling data, connecting data, reducing, presenting data and then concluding. Meanwhile, to assess the validity of the data or the level of trustworthiness of the data presented, the next step is to use Triangulation of sources from three different sources. The results of the study at SMK Sakti Gemolong showed that the implementation of individual counseling with a Behavioral Approach for introverted students had been carried out optimally and in a focused manner. Learning discipline in introverted students has also increased significantly. The efforts of BK teachers in providing individual counseling services with a Behavioral Approach to overcome learning discipline in introverted students by giving rewards or punishments. The results obtained by students are able to increase self-confidence, and can improve student learning discipline.

Keywords: Individual Counseling Services, Behavioral Approach, Introverted Students, Learning Discipline

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran guru BK dalam layanan konseling individu dengan Pendekatan Behavioral pada siswa yang tertutup (Introvert) terhadap disiplin belajar di SMK Sakti Gemolong Tahun Pelajaran 2023/2024. Penelitian ini dilaksanakan di SMK Sakti Gemolong. Subjek dalam penelitian ini adalah satu siswa kelas X TPE. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif, pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Adapun langkah yang ditempuh dalam menganalisis yaitu dengan cara menyusun data, menghubungkan data, mereduksi, menyajikan data dan kemudian disimpulkan. Sedangkan

untuk mengkaji keabsahan data atau tingkat kepercayaan data yang disajikan berikutnya dilakukan menggunakan Trianggulasi sumber dari tiga sumber yang berbeda. Hasil dari penelitian di SMK Sakti Gemolong bahwa pelaksanaan konseling individu dengan Pendekatan Behaviral pada siswa yang tertutup (*Introver*) sudah terlaksana dengan maksimal dan terarah. Disiplin belajar pada siswa yang tertutup (*Introvert*) tersebut juga sudah ada peningkatan yang signifikan. Upaya Guru BK dalam pemberian layanan konseling individu dengan Pendekatan Behavioral untuk mengatasi disiplin belajar pada siswa yang tertutup (*Introvert*) dengan memberikan reward atau punishment. Hasil yang diperoleh siswa mampu meningkatkan rasa percaya diri, dan dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

Kata Kunci: Layanan Konseling Individu, Pendekatan Behavioral, Siswa *Introvert*, Disiplin Belajar

Pendahuluan

Disiplin menerangkan kepatuhan atau yang menyangkut tata tertib. Disiplin diri dapat bermula pada suatu hal yang kecil contoh: bagi pelajar yang mampu membagi waktu belajar, membagi waktu beribadah sehingga tidak menimbulkan konflik antar kegiatan pada waktu yang bersamaan.

Disiplin siswa dibentuk dan dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain faktor dari keluarga dan lingkungan sekolah. Di sekolah siswa berinteraksi dengan para guru yang mendidik dan mengajar mereka. Kebiasaan disiplin yang ditampilkan guru tersebut pada dasarnya merupakan bagian dari upaya kedisiplinan siswa di sekolah. Untuk menegakkan disiplin siswa tidak lepas dari suatu peraturan yang harus dipatuhi agar siswa dapat disiplin secara maksimal.

Guru BK dalam membentuk dan meningkatkan sikap disiplin belajar siswa harus lebih dahulu memiliki simpati, memiliki kemampuan menggerakkan energi untuk belajar secara kontinu. Kemudian mengarahkan siswa untuk dapat melakukan kegiatan belajar dengan kesungguhan hati menggarahkan agar siswa tidak membiarkan waktu luang/memanfaatkan waktu luang dan patuh terhadap rambu-rambu yang diberikan guru dalam belajar. Melalui semua itu siswa akan berjalan lancar dalam mencapai tujuan. (Hera Heru Sri Suryanti, 2017).

Disiplin dalam belajar meningkatkan hasil belajar siswa menjadi lebih baik dalam proses pembelajaran dikelas. Hal ini memungkinkan siswa akan mempunyai jadwal dalam menyesuaikan pola belajarnya baik di lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah. Dengan menjaga kedisiplinan, para siswa akan mengembangkan kepribadian yang baik di dalam dirinya maupun lingkungan sekitar, selain itu juga peran lain dari belajar disiplin adalah untuk

membimbing individu menjadi teratur dalam mengendalikan kehidupan dan membuat siswa tersebut lebih percaya diri.

Rasa percaya diri dapat diterapkan melalui proses belajar dan pembelajaran sehari – hari serta mempersiapkan sikap berani dalam bersosialisasi di dalam kelas maupun di luar kelas atau lingkungan sekolah, maka dari itu rasa percaya diri merupakan ciri khas pribadi yang harus ada pada siswa. Rasa kurangnya percaya diri dapat diakibatkan oleh siswa yang ketakutan, rasa khawatir berlebih, siswa yang kurang pandai dalam bergaul, suka menyendiri dan cenderung memilih tidak berbicara disaat sedang pembelajaran.

Introvert menjadi salah satu *problem* dalam diri siswa untuk diatasi, sedangkan dalam mengatasinya diperlukan peran semua pihak, khususnya dalam hal ini adalah guru bimbingan dan konseling. Konselor atau guru BK perlu mengidentifikasi permasalahan anak *introvert* dan memperhatikan faktor – faktor yang mungkin lebih dapat menjadi penyebab permasalahan siswa *introvert*.

Permasalahan pada siswa *Introvert* adalah siswa yang *Introvert* lebih menyukai aktivitas yang dilakukan sendiri daripada harus bersama – sama, kesulitan dalam memulai dan menemukan topik pembicaraan serta cenderung menarik diri dari aktivitas sosial. Siswa yang berkepribadian *Introvert* lebih menyukai hal – hal yang dirasa aman dan sulit mengambil resiko. Siswa dengan tipe *Introvert* lebih bisa mengendalikan diri dan memiliki *control* atas emosi yang baik, serta belajar berpikir panjang sebelum mengambil keputusan.

Ada cara yang dapat dilakukan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa yaitu dengan layanan konseling kelompok melalui media *games*. Selain itu, tingkat kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan secara bertahap apabila diberikan penanganan yang sesuai kebutuhan dan *treatment* yang berkelanjutan (Hera Heru Sri Suryanti, 2020).

Berdasarkan temuan penelitian (Lestari, Ayu 2019) menyatakan bahwa kondisi kepercayaan diri siswa *introvert* di SMK Tritech Informatika Medan tergolong cukup rendah. Siswa yang menjadi objek sasaran masih khawatir, ragu – ragu dalam mengungkapkan pendapatnya, takut dalam menyampaikan pendapat, tidak berani mengungkapkan pendapat di depan kelas, dan gugup ketika disuruh menjawab pertanyaan, sukar menyesuaikan diri dengan teman sebayanya serta lebih senang sendiri. Berdasarkan hasil penelitian (Aminah, Sefti, 2015) ditunjukkan bahwa kontribusi bimbingan dan konseling yang ada di SMKN 59 Jakarta telah berjalan dengan baik. Hal ini dapat diketahui melalui nilai rentang rata – rata rentang skor kontribusi layanan BK sebesar 69,4% yang

berada dalam kategori baik, dan nilai rata – rata rentang skor disiplin belajar siswa sebesar 78,8% yang berada dalam kategori baik. Dapat disimpulkan, kontribusi bimbingan dan konseling terhadap peningkatan pengembangan disiplin belajar siswa di SMKN 59 Jakarta rata – rata sebesar 75,2% berada dalam rentang interval kategori “nilai baik”. Menurut penelitian (A’yun, Qonita Qurrota, 2023) menyatakan keberhasilan upaya yang dicapai dalam penelitian untuk peningkatan *self-development* siswa *introvert* ditunjukkan dari 20 siswa *introvert* yang diteliti dan setelah diberi layanan bimbingan dan konseling yaitu konseling individu, bimbingan kelompok, dan pembiasan kegiatan keagamaan membaca yasin dan tahlil, ternyata tidak semua siswa *introvert* memiliki kendala/tergolong rendah dalam peningkatan *self-development*.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih lokasi di SMK Sakti Gemolong karena peneliti menemukan permasalahan yang dialami oleh siswa dan sudah pernah dilakukan konseling individu, yang mana masalah dikategorikan siswa *introvert* karena tidak disiplin belajar. Dampak dari permasalahan di atas adalah siswa tersebut tidak berani untuk bertanya saat tidak memahami pelajaran, ragu – ragu saat berbicara di depan kelas dan memilih diam saat ditunjuk guru mata pelajaran untuk maju kedepan kelas mengerjakan soal latihan, kurang percaya diri dengan keputusannya, serta siswa tersebut cenderung menutup diri. Di SMK Sakti Gemolong proses penyelenggaran layanan bimbingan dan konseling terselenggara hanya saat terdapat masalah pada siswa / siswi, hal tersebut karena jam BK dipergunakan untuk sosialisasi.

Berdasarkan hasil observasi dengan guru BK di SMK Sakti Gemolong terdapat siswa kelas X TPE di sekolah tersebut yang kurang memiliki kecerdasan dalam disiplin belajar seperti siswa tersebut lebih sering memilih menghabiskan waktu pergi ke kantin pada saat jam pembelajaran di kelas sedang berlangsung, keluar sekolah dan meninggalkan sekolah tanpa meminta surat izin BK, absensi siswa tersebut dalam satu minggu didapati bahwa siswa tersebut hanya masuk 2x, sering tidak masuk sekolah karena membolos maupun alasan sakit, lebih asyik memainkan handphone saat guru mata pelajaran sedang menjelaskan materi di kelas, dan sering tidak mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan hasil wawancara pada salah satu guru BK di SMK Sakti Gemolong pada tanggal 01 Desember 2023 yaitu adanya siswa berinisial D.G yang mengalami masalah kedisiplinan belajar dan merupakan salah satu siswa *Introvert*. Dimana siswa tersebut memiliki ciri – ciri suka menyendiri, pemalu dan sulit untuk bergaul dengan teman sekelasnya. Beberapa guru mata pelajaran hanya melihat dari nilai sehari-hari siswa dan kebanyakan guru sekarang kurang

memperhatikan bagaimana kepribadian siswa serta guru wali kelas hanya melihat beberapa nilai yang dicapai oleh siswa tersebut. Siswa tersebut memiliki keterlambatan dan sulit memahami pelajaran baik teori maupun praktik yang diberikan guru mata pelajaran. Selain itu, siswa tersebut kurang berkomunikasi dengan orang – orang yang ada disekitar, siswa tersebut lebih memilih menjauh, dan membuat siswa tersebut tidak memiliki teman. Apabila ada kesulitan dalam belajar tidak berani untuk bertanya kepada teman sebayanya maupun guru mata pelajaran. Hal tersebut membuat siswa D.G semakin sulit memahami pelajaran sehingga membuat siswa tersebut menjadi pemalas dan mengalami masalah disiplin belajar.

Peran guru BK yang dimaksud adalah upaya guru BK dalam mencapai layanan konseling individu untuk memaksimalkan hasil prestasi belajar siswa. Permasalahan yang terjadi pada salah satu siswa di SMK Sakti Gemolong yaitu siswa D.G yang memiliki karakter kepribadian *Introvert* yang mengalami masalah disiplin belajar. Sehubungan dengan permasalahan yang muncul di sekolah tersebut, usaha / alternatif cara peneliti adalah untuk mengetahui peranan guru bimbingan dan konseling dalam layanan konseling individu pada siswa *Introvert* terhadap disiplin belajar di SMK Sakti Gemolong.

Konseling individu merupakan suatu layanan konseling yang terselenggara oleh bantuan seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentaskan permasalahan pribadi klien. Secara tatap muka dengan interaksi langsung antara klien dan konselor, dan mendiskusikan berbagai hal persoalan tentang masalah yang dialami klien. Dengan adanya konseling individu diharapkan dapat mengatasi segala bentuk permasalahan yang dihadapi oleh siswa. Yang salah satunya untuk membantu siswa yang mengalami kesulitan belajar dengan cara menanamkan disiplin belajar kepada siswa yang berkepribadian *Introvert*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi.

Peranan bimbingan dan konseling disekolah membantu murid – murid agar mereka berhasil dalam belajar. Di dorong rasa keingintahuan yang tinggi untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam membantu memecahkan masalah siswa *introvert*. Maka penulis mengangkat masalah ini dengan judul **“Peran Guru BK dalam Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral pada Siswa *Introvert* terhadap Disiplin Belajar di SMK Sakti Gemolong Tahun Pelajaran 2023/2024”**.

Metode

Tempat penelitian ini dilaksanakan di SMK Sakti Gemolong yang beralamat di Jalan Sukowati Km.1 Gemolong, Kabupaten Sragen, tepatnya di desa Genengduwur, kecamatan Gemolong. Penelitian ini akan dilaksanakan selama 5 bulan yakni dari bulan Februari 2024 hingga bulan Juli 2024. Berdasarkan masalah yang diambil dalam penelitian ini adalah peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. Dalam penelitian ini menggunakan pengamatan guru BK yang memberikan layanan konseling individu dan sasaran yang akan diteliti sudah ditentukan sebelum peneliti terjun ke lapangan, yaitu siswa *introvert* dan tidak disiplin belajar di SMK Sakti Gemolong. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara dan studi dokumentasi. Prosedur pelaksanaan penelitian ini dilakukan dengan cara reduksi data, menyajikan data dan membuat kesimpulan dan verifikasi. Proses analisa berlangsung secara serkuler selama penelitian ini berlangsung.

Hasil Dan Pembahasan

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa peran guru BK di SMK Sakti Gemolong dalam konseling individu pada siswa *Introvert* yang mengalami disiplin belajar berdasarkan analisis kondisi yang muncul pada siswa kurangnya kedisiplinan dalam belajar. Hal tersebut disertai dengan siswa jarang masuk sekolah atau membolos, meninggalkan jam pembelajaran dengan pergi ke kantin, tidak mengerjakan dan tidak mengumpulkan tugas yang diberikan guru mata pelajaran, sulit bergaul dengan teman sebayanya, suka menyendiri, serta tertinggal materi pembelajaran. Namun dengan adanya proses konseling individu guna mengatasi siswa tersebut membuat perubahan secara bertahap dan pelaksanaan konseling individu sudah berjalan cukup baik.

Upaya yang dilakukan terkait dengan peningkatan kedisiplinan belajar siswa *Introvert* ialah pendekatan terhadap siswa serta menjalin komunikasi dengan wali kelas siswa *Introvert* serta orang tua siswa *Introvert* guna mengetahui kondisi yang terjadi serta dapat menganalisis apa saja yang dibutuhkan oleh siswa tersebut. Seperti yang dijelaskan menurut teori (Jung, 1987) mengatakan bahwa ada beberapa ciri orang *introvert* yaitu dengan kepribadian ini cenderung menarik diri dan lebih suka menyendiri. Mereka lebih menyukai pemikiran sendiri daripada berbicara dengan orang lain. Biasanya mereka lebih berhati – hati, namun pesimis, kritis dan berusaha mempertahankan sifat – sifat baik dalam diri mereka sendiri sehingga mereka susah memahami dirinya.

Layanan konseling individu yang sudah dilakukan dengan prosedur yang sesuai dengan yang dibutuhkan siswa tersebut. Namun karena kepribadian *Introvert* dalam dirinya membuat siswa tersebut merasa kurang nyaman untuk datang sesuai dengan kemauannya sendiri untuk bertemu guru BK, siswa tersebut hanya datang untuk memenuhi panggilan dari guru BK. Dalam hal ini guru BK senantiasa membantu menyelesaikan masalah siswa dengan tuntas dan terarah serta pantauan yang dilakukan oleh guru BK pada siswa tersebut juga menghasilkan dampak positif secara signifikan. Sesuai dengan teori yang dikutip oleh Syamsu Yusuf, konseling individual adalah sebagai hubungan tatap muka antara konselor dengan konseli, dimana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada klien sebagai seorang yang normal, klien dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan sehingga klien dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial, dan lebih lanjut konseli dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan. (Yellasmie, Y., & Latif, S. 2022 : 561).

Jadi, peran guru BK dalam layanan konseling individu pada siswa *Introvert* terhadap disiplin belajar sudah berjalan dengan baik dan maksimal. Guru BK memberikan layanan konseling individu dan bertemu langsung dengan siswa *Introvert* dalam membantu siswa tersebut untuk meningkatkan disiplin belajar.

Dampak yang terjadi pada siswa tersebut adalah siswa memiliki tanggung jawab terhadap dirinya, mengumpulkan semua tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran, sering masuk sekolah, mulai bergaul dengan teman – teman di kelasnya, dapat berkomunikasi dengan baik, serta semangat untuk belajar dalam dirinya meningkat dan seperti yang diharapkan siswa tersebut dapat berkembang dengan baik bersama teman, guru, maupun keluarganya.

Solusi dalam mengatasi permasalahan terkait siswa *Introvert* terhadap disiplin belajar yaitu dengan cara meningkatkan kedisiplinan belajar siswa yang sesuai ciri – ciri siswa dengan disiplin belajar yang tinggi. Seperti teori menurut Djamarah (2002 : 13), adanya kesadaran, adanya semangat menghargai waktu, selalu menempatkan disiplin di atas semua tindakan maupun perbuatan dan mempunyai semangat yang tinggi dalam segala tindakan dan perbuatan orang yang penuh semangat biasanya penuh energi.

Dengan koordinasi antara siswa, wali kelas dan orang tua siswa *introvert* tersebut diharapkan agar guru BK dapat bekerjasama dalam meningkatkan disiplin belajar supaya dapat mengikuti perkembangan teman – teman

sebayanya. Hal ini dilakukan berguna untuk kedepannya apabila siswa tersebut terjun di perguruan tinggi, lingkungan kerja, maupun dimasyarakat.

Kesimpulan

Hasil dari penelitian di SMK Sakti Gemolong bahwa peran guru BK dalam layanan konseling individu dengan pendekatan behavioral pada siswa *Introvert* terhadap disiplin belajar siswa sudah terlaksana dengan maksimal dan terarah. Untuk meningkatkan disiplin belajar siswa *Introvert*, guru BK juga melakukan kerjasama dengan orang tua siswa, guru – guru mata pelajaran serta wali kelas siswa tersebut. Dengan memberikan perhatian khusus kepada siswa tersebut diharapkan dapat mengikuti perkembangan serta mengejar ketertinggalan teori maupun praktek dan memahami mata pelajaran sesuai dengan teman sebayanya. Selain itu melakukan pendekatan dan sering berkomunikasi dengan siswa tersebut agar siswa tidak merasa sendiri serta dapat menceritakan apa yang dialaminya terhadap kedisiplinan belajar. Sehingga dengan demikian orang - orang di sekitarnya dapat membantu siswa *Introvert* tersebut.

Daftar Pustaka

- Aminah, S. (2015). *Kontribusi Layanan Bimbingan dan Konseling Dalam membina Disiplin Belajar Siswa Pada Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 59 Jakarta*. Skripsi : Jakarta. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- A'yun, Q.Q. 2023. *Peningkatan Self Development Pada Siswa Introvert Kelas IX Di SMP Ma'arif NU 1 Purwokerto*. Purwokerto: Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saiful Zuhri Purwokerto.
- Bahri, D.S. 2002. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Rineka Cipta
- Darmadi, 2017. *Pengembangan Model dan Metode Pembelajaran Dalam Dinamika Belajar Siswa*. Yogyakarta: Deepublish.
- Eyesenck, H.J., an Wilson, G (1980). *Mengenal Diri Pribadi*. ANS : Sungguh Bersaudara.
- Fordham, F. 1988. *Pengantar Psikologi C.G Jung (Teori-Teori dan Teknik Psikologi Kedokteran)*, Terj. Istiwidayanti. Jakarta: Pemekasan Press.
- Handayani, E.S., & Subakti H. 2021. Pengaruh Disiplin Belajar Terhadap Hasil Belajar Bahasa Indonesia Di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(1), halaman 151-164.

- Irawan, A.P. (2014). *Mahasiswa Dengan Kepribadian Tertutup Introvert dalam Menghadapi Konflik Pada Kelompok Pertemanan*. In Jurnal Psikologi.
- Jung, C.G 1987. *Menjadi Diri Sendiri : Pendekatan Psikologi Analisis*. PT Gramedia.
- Lestari, A. 2019. *Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Introvert Di SMK Tritech Informatika Medan*. Skripsi. Medan: Universitas Islam Negeri Sumatra Utara.
- Marjanti, S. 2015. *Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa X IPS 6 SMA 2 Bae Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015, Vol.1, No. 2. ISSN 2460-1187*.
- Monks, F.J., dkk. 1998. *Psikologi Perkembangan : Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Gajah Mada University Press.
- Morgen, G. 2017. *Sukses Bergaul (Uncover Extrovert Introvert)*. Jakarta: PT Grasindo.
- Prayitno & Erman, A. 2004. *Dasar – Basar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta
- Rifda, A.P.R. & Suryanti, H.H.S. *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Media Games Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Kelas X IPS 5 Di MAN 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2018/2019*. Vol. 6, No. 1, Mei 2020.
- Rizki, M. 2015,. *Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Terhadap Pergaulan Di SMP Negeri 1 Angkinang*. Vol. 2, No. 1. Jurnal mahasiswa BK An-Nur.
- Sagala, S. 2013. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sudrajad, A. 2013. *Mengatasi Masalah Siswa Melalui Layanan Konseling Individual*. Yogyakarta : Paramitra.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryanti, H.H.S. *Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Pembentukan Sikap Disiplin Belajar Siswa*, Vol. 7, No. 3, Tahun 2017.
- Susanto, A. 2018. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah; Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Jakarta : Prenadamedia Group.
- Virlia, S. *Hubungan Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dengan Penerimaan Sosial Pada Siswa*. Vol. 7, No. 1, Tahun 2018.
- Willis, S.S. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. (Bandung; Alfabeta, 2019): hal 35.
- Yellasmi, dkk. 2022. *Layanan Konseling Individu teknik Self Management untuk Mengurangi Kecanduan Smartphone di SMK Negeri 1 Padang Pajang Sumatra Barat*. Vol. 4, No. 1, Januari-April 2022.

Yusuf, S. 2016. Konseling Individual : Konsep Dasar & Pendekatan. Bandung : Refika Aditama. Halaman 49.

Yusuf, S. & Nurihsan, A. J. (2008). Landasan Bimbingan dan Konseling. Bandung : Refika Aditama.