

**PENGEMBANGAN LAYANAN KONSELING BEHAVIOR DENGAN TEKNIK
SELF-MANAGEMENT UNTUK MRNGURANGI PERILAKU KONFORMITAS
NEGATIF MAHASANTRI IBNU KATSIR 2 JEMBER**

(Ummi Kulsum¹), (Mudafiatun Isriyah²), (Weni Kurnia Rahmawati³)

(1Universitas PGRI ARGOPURO, Jember,Indonesia)

(2Universitas PGRI ARGOPURO, Jember,Indonesia)

(3Universitas PGRI ARGOPURO, Jember,Indonesia)

[1 ummikulsum806gmail.com](mailto:ummikulsum806@gmail.com)

[2ieiezcla@gmail.unipar.ac.id](mailto:ieiezcla@gmail.unipar.ac.id)

[3weni.kurnia240988@gmail.com](mailto:weni.kurnia240988@gmail.com)

ABSTRACT

Behavior Counseling Services With Self Management Techniques For Negative Conformity Behavior. *The purpose of this study is to help overcome peer conformity behavior among students that can have a bad impact on them, namely negative peer conformity. Conformity is an effort by individuals to be accepted in a group, the existence of conformity can have a negative effect on the formation of individual characteristics as happened in PPA Ibnu Katsir, the results of observations and interviews the researcher came to the conclusion that negative conformity behavior has become a boomerang among PPA Ibnu Katsir students, to overcome this, the researcher seeks to develop a behavioral counseling service guidebook to make it easier for teachers in Dealing with problems that focus on behavior, the Behavioral Guidebook uses self-management techniques, this strategy is sought to help clients in managing all aspects of life and reducing negative conformity behaviors. This research uses R&D (research and development) methods that will develop a product to help alleviate negative peer conformity. The development process will use the ADDIE model as a guide for each step of product development. The output of this study is the creation of a behavioral guidebook product with self-management techniques to be able to overcome negative peer conformity behavior.*

Keywords: *Behavior counseling, Self management, negative conformity*

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk membantu menanggulangi perilaku konformitas teman sebaya dikalangan mahasiswa yang dapat berdampak buruk bagi mereka yaitu konformitas negatif teman sebaya. Konformitas merupakan upaya individu agar diterima dalam sebuah kelompok, adanya konformitas dapat berpengaruh negatif terhadap pembentukan karakterstk individu sebagaimana yang terjadi di PPA Ibnu Katsir, hasil observasi dan wawancara peneliti mendapatkan kesimpulan bahwa perilaku konformitas negatif telah menjadi boomerang dikalangan mahasiswa PPA Ibnu Katsir, untuk menanggulangnya peneliti berupaya mengembangkan buku panduan layanan konseling behavioral untuk mempermudah guru dalam menangani permasalahan yang terfokus pada perilaku, buku panduan behavioral

menggunakan teknik *self management*, strategi ini diupayakan untuk membantu klien dalam mengatur segala aspek kehidupan serta mengurangi perilaku konformitas negatif. Penelitian ini menggunakan metode R&D (*research and development*) yang akan mengembangkan suatu produk untuk membantu mengentaskan konformitas negatif teman sebaya. Adapun proses pengembangannya akan menggunakan model ADDIE sebagai panduan setiap langkah pengembangan produknya. Luaran dari penelitian ini adalah dengan terciptanya suatu produk buku panduan behavioral dengan teknik *self management* untuk dapat menanggulangi perilaku konformitas negatif teman sebaya.

ata kunci: *Konseling behavior, Self management, konformitas negatif*

A. Pendahuluan

Konformitas merupakan suatu interaksi dimana seseorang akan menyesuaikan perilaku dengan harapan kelompok dimana dia bergabung, disadari atau tidak perilaku konformitas memiliki pengaruh yang cukup besar dalam membentuk kepribadian seseorang (Abidin, Upik Khoirul & Anam, 2017). Sebagai sebab dari perilaku konformitas ini akan menimbulkan efek positif maupun negatif hal ini tergantung dimana individu menempatkan diri, yang menjadi permasalahan adalah bila individu berusaha bergabung pada kelompok yang memberikan efek-efek negatif pada perilakunya, penelitian Sartika & Yandri (2019) didalam (Nursadeli et al., 2021) menunjukkan angka konformitas negative teman sebaya pada objek yang diteliti menunjukkan rata-rata sebesar 165,2,

sebagaimana yang terjadi pada mahasantri PPA Ibnu Katsir angkatan 2019, menunjukkan beberapa orang mengalami perubahan perilaku setelah menjalin hubungan pertemanan dengan suatu kelompok, perubahan yang dapat dilihat adalah dari segi berbicara, berpakaian, dan berperilakunya, perilaku ini juga diukur dari penyebaran angket terhadap mahasantri yang menunjukkan tingkat perilaku konformitas negative teman sebaya sebesar 74%.

Penampakan negatif ditampilkan oleh beberapa mahasantri yang awalnya selalu sopan dalam berbicara menjadi kurang sopan, beberapa juga menunjukkan gaya pakaian yang lebih minimalis dari pada sebelumnya, ada pula yang sebelumnya sangat rajin dalam mengulang hafalannya menjadi lebih pemalas dan lebih senang berkumpul

dan bercerita dengan teman-teman dikelompoknya, hal ini telah memberikan pengaruh yang sangat negatif bagi mahasantri di Ibnu Katsir. Untuk itu diperlukan suatu strategi yang mampu membantu mahasantri untuk dapat lebih bisa memmanage diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Pendekatan yang dapat dilakukan adalah dengan mengembangkan layanan konseling behavior dengan teori *self-management* yang dapat dituangkan dalam bentuk buku panduan sebagai upaya membantu konselor dalam menangani permasalahan yang terdapat pada masahantri di Ibnu Katsir. Pendekatan behaviora dengan teknik *self-management* ini bertujuan untuk dapat membantu mahasantri merubah perilaku menjadi lebih bijak dalam memmanage diri baik dalam perkataan, cara berpakaian, dan bertingkah laku.

Untuk mengembangkan suatu produk maka penelitian ini menggunakan metode R&D (*Research and Development*), yang sesuai dalam menuntun peneliti untuk mengembangkan suatu produk yang diinginkan (Isriyah, 2017). Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah,

bagaimana peneliti dapat mengembangkan produk panduan layanan bimbingan konseling dengan teori *self management*, seberapa efektif layanan konseling *self management* untuk dapat menanggulangi perilaku konformitas negatif. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan memberikan kontribusi dalam mengatasi perilaku konformitas negatif dikalangan mahasantri dengan mengembangkan panduan layanan konseling teknik *self management* yang dapat membantu konselor menaggulangi permasalahan yang ada.

B. Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Research & Development* (R&D) yaitu penelitian dan pengembangan, yang menghasilkan sebuah produk (Isriyah, 2017). Penelitian ini didesain dengan pola penelitian jenis *Research and Development* (R&D) dengan model penelitian ADDIE, proses penelitian dan pengembangan yang dilakukan oleh peneliti disesuaikan dengan proses metode yang dipilih yang akan dirancang dengan model ADDIE yang meliputi lima tahap pengembangan yaitu: *Analyze, Design, Development,*

Implementation, Evaluation (Isriyah et al., 2023). Penelitian ini merupakan penelitian yang bertujuan mengembangkan suatu produk yang dapat mengurangi perilaku konformitas negative teman sebaya, dalam pembuatan produk nya tentu peneliti melakukan sesuai dengan prosedur model penelitian yang dipilih yang dianggap efektif dalam penelitian pembelajaran yaitu model ADDIE. Dinayatakan dalam penelitian (Mariam, 2019) bahwa model ADDIE sangat cocok digunakan dalam penelitian ranah pendidikan.



Gambar 1. Model ADDIE
(Sulistianingsih, 2024)

Penelitian dilakukan terhadap mahasiswa Ibnu Katsir, dengan sampel dari penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2019. Berikut uraian pelaksanaan penelitian yang dilakukan sesuai dengan proses ADDIE

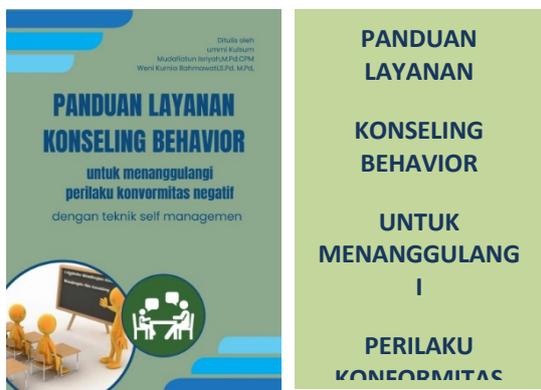
1. Analyze

Awalan dari proses penelitian ini yakni peneliti melakukan observasi langsung terhadap sampel penelitian kemudian melakukan wawancara kepada pihak penanggung jawab asrama yang mengetahui perilaku mahasantri dalam kesehariannya. Pada proses observasi dan wawancara peneliti mendapatkan analisis situasi yakni 1) jumlah mahasantri angkatan 2019 sebanyak 26 orang, 2) diperoleh hasil permasalahan bahwa sebagian mahasantri terpengaruh konformitas negatif dari teman sebaya, 3) pembinaan dan perbaikan karakter di PPA Ibnu Katsir dilakukan setiap pekan sekali. Hasil wawancara juga menunjukkan kebutuhan pihak ma'had terhadap media yang dapat membantu mengatasi perilaku konformitas negatif teman sebaya, hal ini perlu dilakukan untuk tetap menjaga perilaku mahasantri sebagai penghafal Al-Quran dan tetap berpenampilan sesuai dengan ajaran agama Islam. Dengan menganalisis permasalahan yang ada maka akan ditemukan dua variabel yang pertama permasalahan dan yang kedua adalah solusi, disini peneliti merancang konsep buku panduan yang akan dikembangkan dengan menyesuaikan

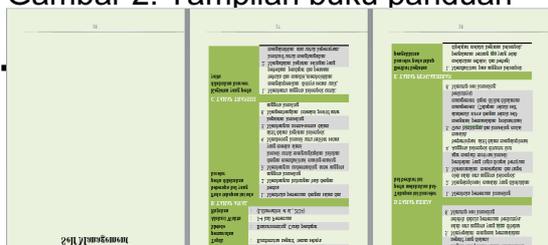
permasalahan yang ada dilapangan, penelitian kali ini akan mengembangkan produk berupa panduan layanan teknik behavior dengan konsep *self management* untuk menanggulangi perilaku konformitas negatif di PPA Ibnu Katsir.

2. Design

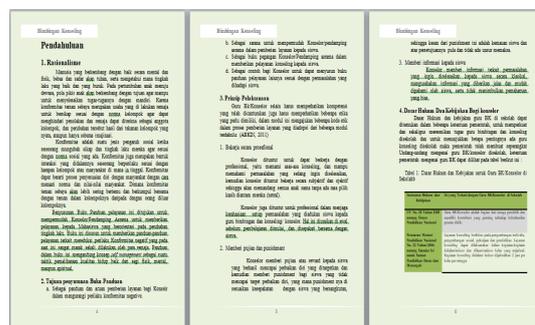
Bagian kedua yang dilakukan oleh peneliti yakni mulai medesain buku pandun yang akan dikembangkan. Langkah pertama dalam mendesain produk adalah dengan merancang bentukun buku yang akan dikembangkan, seperti menentukan judul, membuat cover, merancang materi, dan urutan isi modul. Dalam proses merancang materi harus disesuaikan dengan permasalahan serta teori yang akan dipakai untuk menanggulangi permasalahan tersebut.



Gambar 2. Tampilan buku panduan



Rancangan buku panduan juga memuat beberapa kebijakan guru BK disekolah dan prinsip-prinsip layanan konselig yang tercantum pada (ABKIN, 2011) supaya buku panduan yang dikembangkan memiliki kelengkapan yang sempurna, berikt gambarnya.



Gambar 3. Kelengkapan buku panduan

Hal yang terpenting dalam buku panduan ini adalah bagaimana peneliti merancang rencana atau cara-cara pemberian layanan, beberapa aspek yang perlu dirancang sebelum memberikan layanan pada klien, hal ini perlu dikemas dengan baik supaya pihak yang menggunakan panduan layanan yang dikembangkan dapat dengan mudah melkaukan setiap intruksi yang tertera. Strategi yang dicantumkan dimuat mulai dari kegiatan pembuka, kegiatan inti dan kegiatan penutup.

Gambar 4. Rancangan layanan konseling dalam modul

Buku panduan juga disertai dengan penjelasan teori yang lengkap sebagai bahan bacaan praktisi untuk dapat mempermudah pemahaman terhadap masalah dan teori yang tercantum dalam buku panduan.



Gambar 5. Penjelasan teori

3. Development

Setelah merancang produk yang perlu dilakukan oleh peneliti adalah tahap *development*, dimana pada tahapan ini peneliti mencetak buku panduan layanan yang dikembangkan untuk dapat divalidasi oleh para ahli untuk dapat mengetahui kelayakan penggunaan buku panduan yang dikembangkan baik dari kelayakan materi, kelayakan bahasa yang digunakan, serta kemenarikan desain buku panduan yang

dikembangkan, setelah melakukan validasi dengan memberikan angket validasi kepada validator maka penghitungan hasil penilaian validator dilakukan dengan teknik penghitungan akbar (2012) (Chrisyarani & Yasa, 2018), dimana skor 81%-100% menunjukkan sangat valid dan dapat digunakan tanpa revisi, 61%-80% valid dapat digunakan dengan melakukan revisi kecil, 41%-60% menunjukkan kurang valid dan perlu melakukan revisi sedang, 21%-60% menunjukkan tidak valid dan perlu melakukan revisi besar, 0%-20% sangat tidak valid dimana produk tidak dapat digunakan

Skala kelayakan %	Kriteria
81-100	Sangat valid
61-80	Valid
41-60	Kurang valid
21-60	Tidak valid
0-20	Sangat tidak valid

atau membuat ulang produk.

Tabel. Kriteria validitas buku panduan

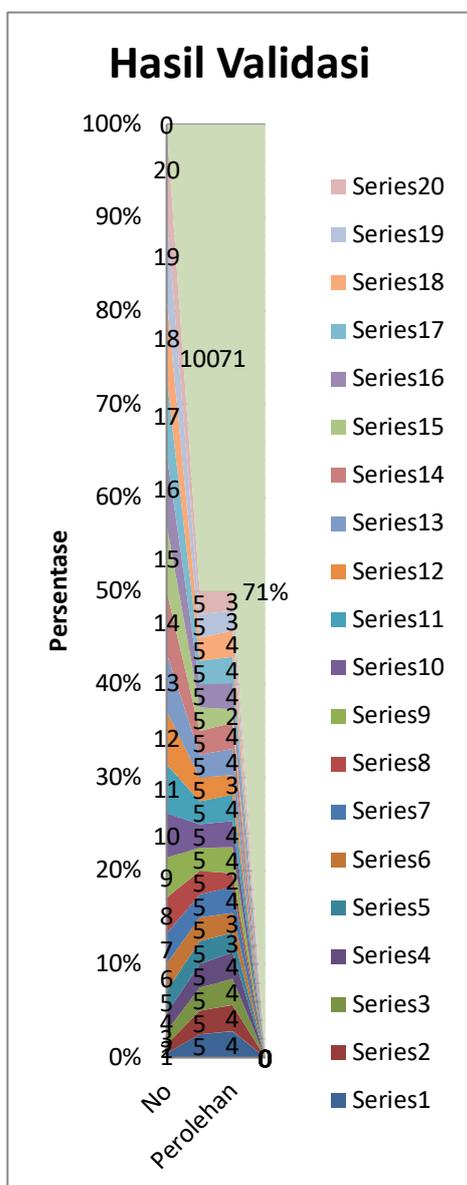
Hasil validasi yang dilakukan oleh validator akan dijadikan sebagai bahan evaluasi untuk dapat memperbaiki dan membenahi kekurangan yang terdapat dalam produk yang dikembangkan hal ini

dilakukan agar produk buku panduan layanan konseling yang layak guna dan mudah diaplikasikan oleh praktisi. Adapun hasil persentase validasi yang dilakukan oleh validator memperoleh 71% dari 20 pernyataan dalam angket, dapat disimpulkan dari hasil persentase bahwa buku panduan yang dikembangkan dinilai valid dan dapat digunakan dengan revisi kecil.

Gambar 3. Diagram validasi ahli

4. Implementation

Tahapan keempat setelah modul divalidasi dan direvisi sesuai dengan arahan validator maka selanjutnya peneliti mengimplementasikan modul dengan menguji cobakan pada objek penelitian yaitu mahasiswa PPA Ibnu Katsir angkatan 2019, pada tahap uji coba ini melibatkan 26 mahasiswa yang dilaksanakan sebanyak 4 kali pertemuan satu pekan sekali, terhitung pada tanggal 08 November 2024 sampai tanggal 29 November 2024, kemudian pada tanggal 06 Desember 2024 peneliti menyebarkan angket konformitas negative teman sebaya untuk mengukur keefektifan buku panduan yang dikembangkan, pada hasil penyebaran angket diperoleh angka prokrastinasi akademik mahasiswa sebesar 43% mengalami penurunan dari penyebaran angket pertama yang dilakukan sebesar 74% dengan demikian pengembangan buku panduan konseling behavior teknik *self management* dapat mengurangi perilaku konformitas negative mahasiswa di PPA Ibnu Katsir Jember.



5. Evaluation

Pengembangan buku panduan yang dilakukan oleh peneliti tentu tak luput dari evaluasi yang dijadikan pedoman dalam proses pengembangan khususnya pada model ADDIE, yang menjadi evaluasi adalah desain buku panduan tidak disertai dengan gambar-gambar yang relevan sehingga memberikan kesan monoton dikarenakan full teks, hal ini sudah direvisi oleh peneliti kemudian dicetak ulang untuk menghasilkan produk akhir yang layak pakai dan menarik untuk dibaca .

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Konseling Behavior

Konseling behavior merupakan suatu teknik dalam layanan konseling yang berfokus pada tingkah laku, teknik ini dapat digunakan untuk membantu konseli dalam mempelajari perilaku baru dan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya (Suwanto, 2019). Akar dari konseling behavioral bermula pada suatu eksperimen psikologi dan penelitian tentang proses belajar manusia dan hewan, konseling behavioral mulai diterapkan dalam psikologi, pengasuhan anak, bisnis dan industri sejak tahun 1970-an (Prabowo, 2019).

Ciri-ciri konseling behavior yang dikemukakan oleh (Abimanyu, 2005) adalah perilaku manusia merupakan suatu unsur yang dapat dipelajari, oleh sebab itu juga perilaku manusia juga menjadi suatu unsur yang dapat dirubah (Pratama, 2019). Konseling behavior pada tujuannya adalah untuk merubah perilaku manusia yang dianggap kurang relevan dengan perkembangan diri, lingkungan maupun kelompok menjadi perilaku yang lebih relevan. Penerapan konselor behavioral harus berfokus pada hasil luaran berupa perilaku dari konseli, berbagai stimulus dan perbaikan yang dilakukan harus benar-benar dapat mengarahkan konseli pada perilaku yang menjadi alat ukur keberhasilan suatu proses konseling. Pada dasarnya konseling behavioral ini dilakukan untuk membantu klien agar dapat belajar memecahkan masalah dari berbagai aspek seperti, aspek interpersonal, emosional dan aspek menentukan keputusan tertentu (Haslindah, 2021).

Teknik-teknik yang terdapat dalam konseling behavioral meliputi, desensitasi sistematis, relaksasi,

flooding, reinforcement technique, time out, punishment, role playing, pekerjaan rumah, cognitive restructuring, modeling, self management, assertive training, kontrak, behavioral rehearsal (Agustina & Noviasari, 2022). Keseluruhan teknik yang terdapat dalam konseling behavior merupakan suatu misi yang bertujuan untuk memodifikasi perilaku seseorang menjadi perilaku yang sesuai dengan yang diharapkan.

2. Self Management

Self management merupakan upaya kesungguhan seseorang dalam mengatur segala aspek kehidupannya dengan penuh kesadaran hal-hal yang dikendalikan meliputi fisik, emosi, mental, jiwa, dan realita kehidupannya dengan memanfaatkan kemampuan yang dimiliki untuk mengendalikannya (Prijosaksono, 2001) (Alwi et al., 2023). *Self management* merupakan suatu teknik yang terdapat dalam terapi kognitif-behavior yang sengaja dirancang untuk dapat membantu seseorang dalam mengontrol dan mengubah tingkah lakunya menuju arah yang lebih positif (Indah, 2023).

Menurut Sukadji langkah-langkah penerapan *self management* (Monica & Abdul Gani, 2016) meliputi hal-hal berikut, pertama: *self monitoring, self evaluation, self reinforcement*, dan target behavior (Cahayani, 2021). Teknik konseling *self management* merupakan suatu perangkat upaya yang memuat aturan-aturan untuk dapat mempraktekkan bantuan secara profesional yang dilakukan terhadap individu agar dapat memecahkan permasalahan yang dihadapi dan juga untuk dapat mengembangkan potensi yang dimiliki (Vania et al., 2019).

Tujuan dari konsep *self management* ini menurut (Insan Suwanto, 2016) adalah untuk dapat mengembangkan perilaku konseli menjadi lebih adaptif. Dalam teknik *self management* terdapat beberapa konsep yaitu, 1) proses mengubah tingkah laku melalui pengolahan perilaku internal dan eksternal, 2) penerimaan individu terhadap program perubahan tingkah laku, 3) keikutsertaan individu dalam proses perubahan perilaku, 4) upaya generalisasi dan pertahanan hasil akhir, 5) perubahan dapat dilakukan dengan memberikan contoh

penanganan masalah, 6) agar individu lebih teliti dalam menempatkan diri dan mencegah timbulnya masalah, 7) individu dapat mengelola pikiran, perasaan dan perbuatannya secara sadar (Lestari et al., 2021).

3. Konformitas teman sebaya

Konformitas merupakan suatu tuntutan perilaku dari kelompok terhadap anggotanya tuntutan ini memang tidak tertulis namun memiliki pengaruh kuat yang dapat menyebabkan perubahan tingkah laku seseorang demi mendapatkan pengakuan dari sebuah kelompok (Soleha et al., 2019). Menurut Cialdini & Gold Stein (2009:253) konformitas adalah sebuah tendensi dimana seseorang mengubah keyakinan atau perilakunya agar sesuai dengan perilaku orang lain (JASMINE, 2019).

Konformitas dapat dibedakan menjadi dua yaitu konformitas negatif dan konformitas positif, adapun konformitas negatif adalah suatu tuntutan penyesuaian diri dengan kelompok yang memberikan pengaruh negatif terhadap seseorang, sedangkan konformitas positif adalah dimana seorang individu menempatkan dirinya pada kelompok yang dapat memberikan pengaruh

positif terhadap perubahan perilakunya (Febriani et al., 2020).

Dua jenis konformitas menurut Myers yaitu: *compliance* dan *acceptance*, *compliance* akan terjadi apabila individu berperilaku sesuai dengan tuntutan atau tekanan sosial namun individu tersebut tidak setuju dengan tindakannya secara pribadi, sedangkan *acceptance* adalah ketika individu bertindak sesuai dengan temuan informasi yang dia ketahui sesuai dengan pencariannya sendiri .

Beberapa faktor yang dapat dijadikan bahan analisis konformitas menurut David O'sears sebagai berikut, a) kekompakan kelompok, b) kesepakatan kelompok, c) ukuran kelompok, d) ketertarikan pada penilaian bebas (Rahmayanty et al., 2023). Aspek-aspek konformitas menurut Baron dan Byrne (2005) terdapat 2 macam yaitu, 1) pengaruh sosial normatif (keinginan disukai), 2) pengaruh informasional (keinginan untuk bertindak benar) (Ezra Addo Setiawan et al., 2024).

Hasil dari penelitian dan pengembangan yang dilakukan oleh peneliti saat ini dapat menjawab tiga pertanyaan yang menjadi rumusan

masalah, pertama: bagaimana langkah-langkah penelitian dalam mengembangkan produk, kedua: berapakah tingkat validitas modul yang dikembangkan, tiga: efektivitas tari boranan dalam mengurangi prokrastinasi pada mahasiswa Ibnu Katsir.

Penelitian pengembangan yang dilakukan menjadi lebih mudah dan lebih terarah dengan menggunakan model penelitian pengembangan berbasis ADDIE, lima tahapan yang dilakukan dapat menghasilkan produk yang benar-benar layak guna dan dapat dijadikan bahan acuan dalam mengembangkan modul lainnya.

D. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil data yang diperoleh oleh peneliti baik dari hasil data kualitatif maupun kuantitatif menunjukkan adanya kebutuhan solusi dalam menanggulangi perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa di PPA Ibnu Katsir Jember.

Penelitian dilakukan dengan jenis penelitian dan pengembangan R&D dengan menggunakan model ADDIE yang meliputi lima tahapan

yaitu, 1) Analisis, 2) Design, 3) Development, 4) Implementation dan 5) Evaluation, dengan lima tahapan tersebut peneliti dapat melakukan pengembangan modul nilai interaksi tari boranan untuk menanggulangi prokrastinasi dengan mudah dan terarah.

Hasil validasi yang dilakukan menunjukkan bahwa modul yang dikembangkan layak pakai dan boleh diterapkan pada klien, hasil uji coba pada mahasiswa juga menunjukkan adanya penurunan perilaku prokrastinasi dengan penyebaran angket sebelum implementasi dan sesudah implementasi, yang menunjukkan 83% nilai prokrastinasi sebelum adanya layanan konseling, dan setelah dilakukan layanan konseling menggunakan modul yang dikembangkan menjadi 57%.

Uraian diatas menyatakan bahwa penelitian pengembangan modul yang dilakukan oleh peneliti dianggap layak untuk digunakan dan memberikan efek yang baik terhadap klien, kemudian peneliti dengan harapan penuh terhadap penelitian yang dilakukan dapat benar-benar berkontribusi dalam mempermudah guru BK untuk mengurangi tingkat

prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa, dan juga dapat menjadi sarana pemanfaatan produk serta sebagai referensi penelitian lebih lanjut.

Artikel in Press

Abidin, Upik Khoirul & Anam, S.

(2017). Pendahuluan Kelompok remaja mamang tidak dapat dipungkiri keberadaannya, baik kelompok-kelompok remaja di masyarakat, di sekolah, maupun. *Jurnal Studi Islam*, 13, 98–125.

ABKIN. (2011). *Panduan pelayanan bimbingan karir bagi guru bimbingan konseling/konselor pada satuan pendidikan dasar dan menengah*.

http://www.ilo.org/jakarta/whatwedo/publications/WCMS_165903/lang--en/index.htm

Agustina, I., & Noviasari, I. (2022).

Pengaruh Konseling Behavioral Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Kasus Kekerasan Seksual. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 3(2), 152. <https://doi.org/10.30587/ijpn.v3i2.4922>

Alwi, R., Qolbiah, S. S., Lestari, N., Self, P., Dalam, M., Kedisiplinan,

M., Smk, S., Leuwiliang Bogor, S., & Shofiatul Qolbiah, S. (2023). Self Management Coaching in Improving Discipline of Students SMK Statika Leuwiliang Bogor. *Journal For Islamic Studies*, 6(4), 237–242. <https://doi.org/10.31943/afkarjurnal.v6i4.758.Self>

Cahayani, F. (2021). Effectiveness Of Group Guidance With Self Management Technique to Minimise Online Game Addiction in Class X Student of SMAN 2 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 151–159.

Chrisyarani, D. D., & Yasa, A. D. (2018). Validasi modul pembelajaran: Materi dan desain tematik berbasis PPK. *Premiere Educandum : Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*, 8(2), 206. <https://doi.org/10.25273/pe.v8i2.3207>

Ezra Addo Setiawan, Anniez Rachmawati Musslifah, & Dhian Riskiana Putri. (2024). Hubungan Konformitas Teman Sebaya dan Perilaku Bullying Pada Remaja

- Akhir. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(4), 157–166.
<https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.664>
- Febriani, S., Sinring, A., & Konseling, B. (2020). *Indonesian Journal of School Counseling : Theory , Application and Development Volume X Nomor Y Mount Years . Pages xx-xx Homepage : http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJ OSC DOI : https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i2.5817 Pengembangan Buku Jujur Dalam Bibliokon. X(1).*
- Haslindah. (2021). Pendekatan Konseling Behavioral dalam Penanganan Remaja Bermasalah. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, Vol.1(No.2), h.77-86.
<https://www.neliti.com/publications/439172/>
- Indah. (2023). PENERAPAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SANTRI DI PONDOK PESANTREN Indah.
- Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol.1(No.2), 1–23.
- Isriyah, M. (2017). Pengembangan Tari Glethak untuk Meningkatkan Gerak Non Lokomotor Anak Usia Dini. *Jurnal AUDI*, 2(1), 24–27.
- Isriyah, M., Awlawi, A. H., & Degeng, I. N. S. (2023). *Pengembangan Model Bimbingan Online untuk Meningkatkan Social Presence Mahasiswa Pendidikan Jarak Jauh. 07, 42–58.*
- JASMINE, K. (2019). 濟無No Title No Title No Title. *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu, 9(April).*
- Lestari, F. A., Nawantara, R. D., & Setyawati, S. P. (2021). Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik. *Inovasi Layanan Bimbingan Dan Konseling Berbasis Nilai-Nilai Kearifan Lokal Di Era Disrupsi*, 157–165.
- Mariam, N. (2019). *The Development of an ADDIE Based Instructional*

- Model for ELT in Early Childhood Education* *. 20(1), 25–55.
- Monica, M. A., & Abdul Gani, R. (2016). Efektivitas Layanan Konseling Behavioral dengan Teknik Self-Management untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016. *KONSELI : Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 119–132. <https://doi.org/10.24042/kons.v3i2.576>
- Nursadeli, P. N., Fatimah, S., & Suherman, M. M. (2021). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Terhadap Perilaku Konformitas Siswa Kelas Xi Ma Al-Mukhtariyah Mande. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(6), 465. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i6.8289>
- Prabowo, A. S. (2019). *PENDEKATAN BEHAVIORAL : DUA SISI MATA PISAU* Abstrak
Tulisan ini membahas mengenai kelebihan dan kekurangan pendekatan konseling behavioral berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan pada berbagai literatur ilmiah yang terkait . 5(1), 15–19.
- Pratama, K. A. A. P. (2019). Effectiveness Of Behavioral Counseling With Relaxation Techniques To Improve Student Self Change. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* *Konseling, Efektivitas Dengan, Behav*, 1(1), pp XX-XX. <https://doi.org/10.24036/XXXXXX> XXXX-X
- Rahmayanty, D., Triana, F. F., Ananta, G., & Andreani, R. (2023). Konformitas Teman Sebaya Terhadap Gaya Hidup Di Lingkungan Pertemanan. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 11(1), 212–220. <https://doi.org/10.24269/dpp.v11i1.8498>
- Soleha, R., Hakim, L., & Hartono, R. (2019). Hubungan Antara Konformitas Kelompok Sebaya. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, 2(1), 52–57.
- Sulistianingsih, A. (2024).

*Development of the Self-care
Module of Assertive
Communication Theory to reduce
Toxic Behavior. 8(2), 185–204.*
[https://doi.org/10.21043/konselin
g.v8i2.26728](https://doi.org/10.21043/konselin
g.v8i2.26728)

Suwanto, I. (2019). *Konseling
Behavioral Dengan Teknik Self
Management Untuk Membantu
Kematangan Karir Siswa SMK.*
1, 5–9.

Vania, N. R., Supriatna, E., &
Fatimah, S. (2019). Penerapan
Konseling Kelompok Dengan
Teknik Self Management Dalam
Rangka Pengelolaan Stres
Akademik Peserta Didik Kelas
Viii Smp. *FOKUS (Kajian
Bimbingan & Konseling Dalam
Pendidikan)*, 2(6), 250.
[https://doi.org/10.22460/fokus.v2i
6.3541](https://doi.org/10.22460/fokus.v2i
6.3541)