

**PENINGKATAN PENGELOLAAN DIRI SISWA *TAHFIDZUL QUR'AN*  
SMPIT TQ ULIL ALBAB KARANGANYAR MELALUI KONSELING  
*BEHAVIORAL TEKNIK SELF-MANAGEMENT***

**Oleh: I Nyoman Mudarya<sup>1</sup>, Rofi'ud Darojatin Nisaa<sup>2</sup>, Yusron Aminulloh<sup>3</sup>**

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan menganalisis sejauh mana penerapan konseling *behavioral* dengan teknik *self management* dapat meningkatkan pengelolaan diri siswa kelas IX putra pada program *tahfidzul Qur'an* di SMPIT TQ Ulil Albab Karanganyar tahun pelajaran 2024/2025. Latar belakang penelitian didasari fakta bahwa sebagian siswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, menjaga konsistensi hafalan, dan mempertahankan motivasi. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) dengan dua siklus, melibatkan lima siswa kelas IX putra yang dipilih melalui pra-penelitian. Instrumen utama berupa kuesioner pengelolaan diri mencakup empat aspek: pendorongan diri, penyusunan diri, pengendalian diri, dan pengembangan diri. Analisis dilakukan menggunakan rumus persentase keberhasilan. Hasil menunjukkan peningkatan skor rata-rata dari 49,62% (pra-siklus, kategori rendah) menjadi 64,40% (siklus I, kategori sedang), dan 80,28% (siklus II, kategori tinggi). Peningkatan terjadi pada seluruh aspek, dengan kemajuan signifikan pada pengendalian diri dan pengembangan diri. Faktor pendukung meliputi dukungan guru BK, guru *tahfidz*, dan lingkungan pondok yang terstruktur, sedangkan hambatan mencakup pengaruh teman sebaya dan rasa jenuh. Temuan ini menegaskan bahwa teknik *self management* dapat membentuk kebiasaan positif, disiplin, dan motivasi internal siswa dalam proses *tahfidz*.

**Kata Kunci:** *Konseling behavioral, self management, pengelolaan diri, tahfidzul Qur'an.*

---

<sup>1</sup>I Nyoman Mudarya merupakan dosen di FKIP Universitas Panji Sakti Singaraja,

<sup>2</sup>Rofi'ud Darojatin Nisaa merupakan dosen di FKIP Universitas Panji Sakti Singaraja,

<sup>3</sup>Yusron Aminulloh merupakan mahasiswa FKIP Universitas Panji Sakti Singaraja

## PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia terus berkembang dengan ragam pendekatan yang memungkinkan siswa mengembangkan minat dan bakat sesuai potensi masing-masing. Salah satu bentuknya adalah pendidikan berbasis *tahfidzul Qur'an* yang

mengintegrasikan pembelajaran formal dan pembinaan hafalan Al-Qur'an. SMPIT TQ Ulil Albab Karanganyar merupakan sekolah yang menempatkan program *tahfidzul* Qur'an sebagai program unggulan, di mana siswa mengikuti pembelajaran formal pada pagi hari dan program kepondokan pada sore hingga malam hari.

Pengelolaan diri menjadi faktor yang penting bagi keberhasilan siswa dalam menjalani program *tahfidzul* Qur'an. Kemampuan mengatur waktu, menjaga konsistensi hafalan, serta mempertahankan motivasi merupakan keterampilan yang harus dimiliki setiap siswa. Tetapi, hasil observasi awal menunjukkan adanya hambatan berupa rendahnya disiplin, mudah terdistraksi, kesulitan membagi waktu antara akademik dan hafalan, serta motivasi yang fluktuatif. Kondisi ini berdampak serius pada kualitas hafalan yang kurang optimal.

Konseling *behavioral* dengan teknik *self management* memberikan pendekatan yang berorientasi pada pembentukan kebiasaan positif melalui penguatan disiplin dan kontrol diri. Teknik ini memungkinkan siswa mengatur jadwal, mengelola distraksi yang dihadapi sehari-hari, dan membangun rutinitas hafalan secara mandiri. Penelitian sebelumnya oleh Pratiwi (2021), Hanafi (2018), Abdillah (2020), dan Alfina (2022) menunjukkan efektivitas teknik *self management* dalam meningkatkan perilaku positif di berbagai konteks pendidikan, termasuk mengurangi perilaku membolos, menurunkan prokrastinasi, dan mengatasi perilaku konsumtif yang berlebihan.

Penelitian ini difokuskan untuk menjawab pertanyaan: Apakah penerapan konseling *behavioral* teknik *self management* dapat meningkatkan pengelolaan diri dalam *tahfidzul* Qur'an siswa kelas IX SMPIT TQ Ulil Albab Karanganyar tahun pelajaran 2024/2025? Dengan tujuan menganalisis sejauh mana pengaruh teknik ini terhadap empat aspek utama dalam *self management*, yaitu: aspek pendorongan diri, penyusunan diri, pengendalian diri, dan pengembangan diri pada siswa.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK), yang menurut Setiawan (2018) efektif digunakan untuk memfasilitasi perubahan perilaku secara terstruktur, karena setiap siklus tindakan dapat langsung dievaluasi dan diperbaiki berdasarkan hasil pengamatan. Pemilihan

metode ini didasari pada tujuan penelitian yang berfokus pada perubahan perilaku nyata siswa, khususnya dalam mengelola diri selama mengikuti program *tahfidzul Qur'an*.

Pendekatan PTBK memadukan prinsip-prinsip bimbingan konseling dengan langkah tindakan lapangan. Menurut Komalasari dan Wahyuni (2011), bimbingan konseling dapat membantu individu mengenali potensi diri dan membentuk kebiasaan positif melalui pembiasaan yang berulang. Hal ini selaras dengan teknik *self management*, yang menurut Nisaa (2021) mampu meningkatkan kontrol diri dan membantu individu membangun rutinitas belajar yang konsisten.

Pendekatan ini berfokus pada penerapan tindakan nyata yang dirancang untuk memperbaiki sekaligus meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola diri secara optimal selama menjalani program *tahfidzul Qur'an*. Perubahan perilaku yang diharapkan tidak hanya diukur dari hasil akhir, tetapi juga dari proses yang dilalui siswa selama bimbingan. Dengan demikian, keberhasilan penelitian tidak hanya bergantung pada capaian skor kuesioner, tetapi juga pada perubahan perilaku yang terlihat dalam keseharian mereka.

Pelaksanaan penelitian dibagi menjadi dua siklus utama, didahului oleh tahap pra-siklus. Setiap siklus mencakup empat langkah berurutan: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun strategi bimbingan yang sesuai dengan masalah yang ditemukan pada pra-siklus. Misalnya, bagi siswa yang sering menunda hafalan, strategi difokuskan pada pembuatan target harian yang mudah dicapai dahulu. Pada tahap pelaksanaan, strategi tersebut diterapkan melalui sesi konseling individual dan pengawasan kegiatan hafalan di pondok.

Tahap pengamatan dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan, di mana peneliti mencatat perubahan perilaku siswa, seperti meningkatnya inisiatif untuk memulai hafalan tanpa diminta. Selain itu, digunakan lembar observasi untuk memantau keteraturan jadwal belajar dan catatan perkembangan hafalan yang dibuat oleh siswa. Tahap terakhir, refleksi, menjadi momen untuk menilai sejauh mana strategi yang digunakan dapat merubah pola *self management* siswa. Pada tahap ini, peneliti dan guru *tahfidz* mendiskusikan temuan lapangan dan memutuskan penyesuaian yang diperlukan untuk siklus selanjutnya.

Ruang lingkup penelitian mencakup siswa kelas IX putra di SMPIT TQ Ulil Albab Karanganyar tahun pelajaran 2024/2025 yang mengikuti program *tahfidzul* Qur'an. Dari seluruh siswa kelas IX putra, lima orang dipilih sebagai subjek karena menunjukkan adanya kesulitan dalam mengatur waktu, menjaga konsistensi hafalan, dan mempertahankan motivasi belajar. Mereka menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini karena kondisi tersebut berpotensi mempengaruhi keberhasilan dalam pelaksanaan program *tahfidz*. Selain itu, pemilihan subjek dilakukan berdasarkan hasil observasi awal dan pertimbangan guru pembimbing tahfidz juga.

Objek penelitian adalah kemampuan pengelolaan diri siswa dalam konteks pembelajaran *tahfidzul* Qur'an. Pengelolaan diri di sini dipahami sebagai keterampilan untuk mengatur jadwal harian pribadi, mengendalikan gangguan yang dialami, menjaga semangat dengan konsisten, dan mengembangkan kebiasaan belajar yang mendukung keberhasilan hafalan.

Instrumen utama penelitian meliputi kuesioner pengelolaan diri yang telah disesuaikan dengan konteks *tahfidzul* Qur'an, lembar observasi, dan catatan lapangan. Kuesioner ini memuat empat dimensi yang diukur, yaitu: dorongan diri, penyusunan diri, pengendalian diri, dan pengembangan diri. Data juga dilengkapi dengan wawancara singkat bersama guru *tahfidz* untuk memperkuat pemahaman tentang perkembangan setiap siswa.

Penelitian dilaksanakan di SMPIT TQ Ulil Albab Karanganyar, sebuah sekolah berbasis pesantren dengan program *tahfidz* yang terstruktur. Lingkungan sekolah yang terintegrasi dengan asrama memungkinkan pembiasaan disiplin waktu dan pola belajar yang konsisten. Hal ini menjadi faktor pendukung penting dalam penerapan strategi *self management*.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui beberapa cara. *Pertama*, siswa mengisi kuesioner sebelum dan sesudah setiap tahap bimbingan untuk mengetahui perkembangan kemampuan mereka. *Kedua*, peneliti melakukan pengamatan langsung terhadap perilaku siswa selama kegiatan hafalan berlangsung. *Ketiga*, wawancara singkat dilakukan dengan guru *tahfidz* untuk mendapatkan gambaran tambahan tentang perubahan yang terjadi pada siswa maupun gambaran umum tentang kondisi siswa yang bersangkutan.

Definisi operasional variabel penelitian dalam konteks ini adalah “pengelolaan diri siswa dalam program *tahfidzul* Qur’an” yang meliputi empat aspek utama: dorongan diri untuk memulai hafalan, kemampuan menyusun jadwal dan mengatur waktu, keterampilan mengendalikan gangguan atau rasa malas, serta kemauan mengembangkan cara belajar yang lebih baik.

Analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Secara kuantitatif, skor kuesioner sebelum dan sesudah intervensi dihitung dengan rumus persentase keberhasilan. Secara kualitatif, catatan observasi dan wawancara digunakan untuk memahami perubahan perilaku siswa. Pendekatan dua arah ini sejalan dengan anjuran Alfina (2022) yang menekankan pentingnya memadukan data angka dan data wawancara agar hasil penelitian lebih komprehensif. Selain itu perubahan yang diamati tidak hanya dilihat dari angka dan data, tetapi juga dipantau dari perilaku sehari-hari siswa selama program berlangsung. Dengan cara ini, hasil yang diperoleh dapat menggambarkan perkembangan kemampuan pengelolaan diri secara utuh dan menyeluruh.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh melalui berbagai kegiatan bimbingan yang telah dilakukan dalam dua siklus. Setiap siklus mencakup tiga kali pertemuan, di mana sebelum dan sesudahnya siswa diminta mengisi kuesioner pengelolaan diri. Kuesioner ini digunakan untuk mengukur empat aspek utama, yaitu dorongan diri, penyusunan diri, pengendalian diri, dan pengembangan diri. Perubahan hasil di setiap tahap menunjukkan sejauh mana penerapan konseling *behavioral* dengan teknik *self management* mampu membantu siswa dalam mengelola waktu, menjaga konsistensi hafalan, dan meningkatkan motivasi.

### Analisis Data

Data yang diperoleh dari penelitian ini berbentuk angka yang menunjukkan skor kemampuan pengelolaan diri siswa. Untuk mengetahui sejauh mana peningkatan yang terjadi, data tersebut diolah dengan menggunakan perhitungan sederhana berupa persentase keberhasilan. Perhitungan ini bertujuan untuk membandingkan skor yang diperoleh setiap siswa dengan skor maksimal yang mungkin dicapai.

Rumus yang digunakan adalah:

$$NP = (R / SM) \times 100\%$$

Dalam rumus tersebut, NP berarti Nilai Persentase yang menggambarkan tingkat capaian siswa. R adalah jumlah skor yang diperoleh oleh siswa dari hasil pengisian kuesioner, sedangkan SM adalah skor maksimum yang dapat dicapai, yaitu 150 poin. Setelah nilai persentase dihitung, hasilnya kemudian dikelompokkan ke dalam kategori tertentu untuk memudahkan evaluasi.

Kategori tersebut disusun sebagai berikut:

1. Sangat Tinggi, jika nilai persentase berada pada rentang 121–150.
2. Tinggi, jika nilai persentase berada pada rentang 101–120.
3. Sedang, jika nilai persentase berada pada rentang 81–100.
4. Rendah, jika nilai persentase berada pada rentang 61–80.
5. Sangat Rendah, jika nilai persentase kurang dari atau sama dengan 60.

Pengelompokan ini memudahkan peneliti untuk menilai apakah siswa berada pada tingkat pengelolaan diri yang sudah optimal atau masih memerlukan pembinaan lanjutan. Dengan membandingkan kategori pada setiap tahap penelitian, pra-siklus, siklus I, dan siklus II, akan dapat dilihat perkembangan yang terjadi pada masing-masing siswa maupun secara keseluruhan.

### Hasil Pra-Siklus

Tahap pra-siklus dilakukan sebelum siswa mendapatkan bimbingan. Tujuannya untuk melihat kondisi awal kemampuan pengelolaan diri. Dari lima siswa yang menjadi subjek, sebagian besar berada pada kategori rendah. Rata-rata skor hanya mencapai 49,62%, yang menunjukkan bahwa mereka masih bergantung pada dorongan dari guru untuk memulai hafalan, belum memiliki jadwal belajar yang teratur, dan sering menunda hafalan.

Tabel 1. Rekapitulasi Skor Pra-Siklus

No.	Nama Siswa	Skor Maksimal	Skor Diperoleh	NP (%)	Kategori
1.	Aqib Hilal Arfa Wijaya	150	74	49.3	Rendah
2.	Bima Mahardika	150	70	46.7	Rendah
3.	Atlan Ausa Nazran Nurfath	150	82	54.7	Sedang
4.	Muhammad Ilham Arfian	150	67	44.7	Rendah
5.	Khazim Basalamah	150	79	52.7	Rendah

Rata-rata skor Pra-Siklus: 49,62% (Kategori Rendah)

Pengamatan lapangan menunjukkan bahwa siswa cenderung mudah terdistraksi oleh kegiatan lain, kurang disiplin menjaga jadwal, dan belum terbiasa mencatat perkembangan hafalan. Hal ini semakin mengonfirmasi perlunya intervensi lebih lanjut terkait penanganan pola kebiasaan siswa yang belum teratur ini.

### Hasil Siklus I

Pada siklus I, siswa mulai mendapatkan bimbingan konseling *behavioral* dengan teknik *self management*. Dalam tahap ini, focus utamanya adalah membiasakan siswa membuat target hafalan, menyusun jadwal belajar, dan memantau progres hafalan secara mandiri. Hasilnya, terjadi peningkatan skor rata-rata menjadi 64,40% atau naik 14,78% dari pra-siklus. Beberapa siswa mulai masuk ke kategori tinggi, meskipun sebagian masih berada pada kategori sedang.

Tabel 2. Rekapitulasi Skor Siklus I

No.	Nama Siswa	Skor Maksimal	Skor Diperoleh	NP (%)	Kategori
1.	Aqib Hilal Arfa Wijaya	150	97	64.7	Sedang
2.	Bima Mahardika	150	92	61.3	Sedang
3.	Atlan Ausa Nazran Nurfath	150	106	70.7	Tinggi
4.	Muhammad Ilham Arfian	150	87	58.0	Sedang
5.	Khazim Basalamah	150	101	67.3	Tinggi

Rata-rata skor NP Siklus I: 64,40% (Kategori Sedang)

Terjadi peningkatan rata-rata sebesar 14,78% dibanding pra-siklus. Siswa mulai menunjukkan inisiatif memulai hafalan tanpa menunggu instruksi, meski konsistensi belum sepenuhnya stabil. Sebagian sudah mulai menulis catatan perkembangan hafalan, walaupun belum terperinci. Progress ini sudah menunjukkan peningkatan yang baik dibanding pra-siklus sebelumnya.

### Hasil Siklus II

Siklus II dilakukan untuk memperkuat aspek yang masih lemah pada siklus I, khususnya pengendalian diri dan evaluasi mandiri. Siswa dilatih untuk dapat mengatasi dan menghindari distraksi dengan lebih baik, mengatasi rasa malas, mencoba metode hafalan yang lebih variatif, dan supaya lebih konsisten menjalankan jadwal hafalan. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan dengan rata-rata skor mencapai 80,28%, di mana seluruh siswa masuk kategori tinggi, dan dua di antaranya mencapai kategori sangat tinggi.

Tabel 3. Rekapitulasi Skor Siklus II

No.	Nama Siswa	Skor Maksimal	Skor Diperoleh	NP (%)	Kategori
1.	Aqib Hilal Arfa Wijaya	150	120	80	Tinggi
2.	Bima Mahardika	150	117	78.0	Tinggi
3.	Atlan Ausa Nazran Nurfath	150	129	86.0	Sangat Tinggi
4.	Muhammad Ilham Arfian	150	112	74.7	Tinggi
5.	Khazim Basalamah	150	124	82.7	Sangat Tinggi

Rata-rata skor NP Siklus II: 80,28% (Kategori Tinggi)

Peningkatan dari siklus I ke siklus II sebesar 15,88% menunjukkan bahwa perubahan perilaku semakin meningkat. Siswa mulai konsisten menjalankan jadwal, lebih cepat memulai hafalan, dan aktif dalam kegiatan *murojaah*. Beberapa di antaranya mencoba metode baru seperti mengulang hafalan sebelum tidur, menambah hafalan ketika sholat *lail* atau *murojaah* berpasangan.

#### Rekapitulasi Perkembangan

Tabel 4. Perbandingan Hasil Tiap Tahap

Siklus	Rata-Rata NP (%)	Kategori	Keterangan
Pra-Siklus	49.62	Rendah	Kondisi awal
Siklus I	64.40	Sedang	Ada peningkatan signifikan
Siklus II	80.28	Tinggi	Peningkatan sangat nyata

Perkembangan skor dari pra-siklus hingga siklus II menunjukkan adanya pengaruh positif yang kuat dari penerapan konseling *behavioral* dengan teknik *self management* ini. Seluruh perubahan tidak hanya terlihat dari angka statistik, tetapi juga terpantau dari perilaku harian siswa yang semakin mandiri, teratur, dan disiplin. Pada awalnya, siswa cenderung bergantung pada arahan guru untuk memulai hafalan. Namun, setelah intervensi berlangsung, mereka mampu menetapkan target pribadi, mengatur jadwal belajar sendiri, dan melakukan evaluasi atas hasil yang telah dicapai.

Kemajuan ini selaras dengan temuan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Pratiwi (2021), Hanafi (2018), Abdillah (2020), dan Alfina (2022). Semua penelitian tersebut menunjukkan bahwa penerapan *self management* dapat membantu siswa membentuk rutinitas positif, meningkatkan pengendalian diri, dan memperkuat motivasi internal. Dalam konteks *tahfidzul Qur'an*, hasil ini sangat

relevan karena keberhasilan hafalan sangat bergantung pada disiplin dan konsistensi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teknik ini tidak hanya efektif dalam meningkatkan skor kuesioner, tetapi juga membentuk pola perilaku yang dapat menjadi bekal jangka panjang bagi siswa untuk menjaga dan meningkatkan hafalan mereka.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan rangkaian kegiatan penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa bimbingan yang diberikan melalui pendekatan konseling *behavioral* dengan teknik *self management* mampu membawa perubahan positif pada cara siswa mengelola diri dalam mengikuti program *tahfidzul Qur'an*.

Sebelum bimbingan diberikan, sebagian besar siswa menunjukkan kemampuan pengelolaan diri yang rendah. Mereka cenderung belum memiliki jadwal hafalan yang teratur, sering menunda, dan kurang mandiri dalam memulai hafalan. Setelah melalui dua tahap bimbingan yang dilakukan secara bertahap, kemampuan tersebut meningkat secara signifikan. Siswa menjadi lebih mampu menetapkan target hafalan, mengatur waktu lebih efektif, mengendalikan gangguan dengan baik, serta berani mencoba metode belajar lain yang baru.

Peningkatan ini terlihat jelas baik dari hasil pengukuran menggunakan kuesioner maupun dari pengamatan langsung selama proses penelitian. Perubahan yang terjadi tidak hanya dalam bentuk kenaikan nilai, tetapi juga dalam pembentukan kebiasaan belajar yang lebih disiplin, terarah, dan konsisten. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan yang digunakan dapat menjadi salah satu cara efektif untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan mengelola diri, yang pada akhirnya mendukung keberhasilan mereka dalam menjaga dan meningkatkan hafalan Al-Qur'an.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Abdillah, R. (2020). *Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMA Al Huda Jatiagung Lampung Selatan Tahun*

- Pelajaran 2019/2020* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Alfina, N. (2022). *Konseling Behavioral Teknik Self Management Dalam Mengatasi Shopaholic Pada Remaja Di Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Banyuwangi* (Skripsi). Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi.
- Baharuddin. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gie, T. L. (2000). *Cara Belajar Yang Baik Bagi Mahasiswa* (Edisi ke-2). Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Hanafi, I. (2018). *Implementasi Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Perilaku Membolos Terhadap Peserta Didik Kelas XI IIS 4 Di MAN 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Komalasari, G., & Wahyuni, E. (2011). *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Munjahid. (2007). *Strategi Menghafal Al-Qur'an 10 Bulan Khatam*. Yogyakarta: Idea Press.
- Nisaa, Rofi'ud Darojatin. (2014). Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Token Economy Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar. *Daiwi Widya: Jurnal Pendidikan FKIP UNIPAS*, 1(3). <https://doi.org/10.37637/dw.v1i3.125>
- Nisaa, Rofi'ud Darojatin. (2021). Pengaruh Konseling Behavioral Teknik Modelling Terhadap Need Of Deference Ditinjau Dari Status Anak Dalam Keluarga. *COUNSENESIA Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 2(1). <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i1.1449>
- Pratiwi, T. (2021). *Pengelolaan Diri (Self Management) Antara Mengaji Dan Bekerja Pada Santri Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Amin Purwanegara Kecamatan Purwokerto Utara Kabupaten Banyumas*

(Skripsi). Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Setiawan, Gede Danu. (2018). Efektivitas Model Konseling Behavioral Dengan Strategi Self Management Model Yates Dengan Model Cormier Terhadap Pengembangan Self Autonomy Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua. *Daiwi Widya Jurnal Pendidikan*, 5(1), 16. <https://doi.org/10.37637/dw.v5i1.16>

Ursula, Putu Abda. (2021). Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Asertif Dalam Meminimalisir Perilaku Agresif. *COUNSENESIA Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 89. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i02.1453>