

**Konseling Kelompok Menggunakan Shame Attacking Exercise terhadap Peningkatan Keberanian Mengungkapkan Pendapat****Tyas Ayu Prafitri** ✉ **Sunawan, dan Kusnarto Kurniawan**

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, Indonesia

Info Artikel*Sejarah Artikel:*

Diterima 14 Mei 2019

Disetujui 21 Mei 2019

Dipublikasikan 30 Juni 2019

Keywords:

Group counseling; shame attacking exercise; the courage in expressing opinions

DOI:<https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i1.19845>**Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini membuktikan adakah pengaruh konseling kelompok dengan menggunakan shame attacking exercise terhadap peningkatan keberanian mengungkapkan pendapat siswa kelas VIII B SMP Negeri 5 Taman Pematang. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan desain penelitian menggunakan pre-eksperimental design. Subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas VIII B dengan jumlah 7 orang. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi dan menggunakan analisis wilcoxon. Hasil penelitian ini menunjukkan ada perubahan keberanian mengungkapkan pendapat pada siswa, sebelum dan sesudah mengikuti konseling kelompok, berubah dari kategori sedang menjadi tinggi. Meskipun pada penelitian ini menunjukkan adanya perubahan pada siswa, jika dilihat dari tiap indikatornya, terdapat aspek yang tingkat perubahannya rendah. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konseling kelompok dengan menggunakan shame attacking exercise terhadap peningkatan keberanian mengungkapkan pendapat siswa kelas VIII B SMP Negeri 5 Taman Pematang. Sehingga untuk penelitian selanjutnya dapat lebih ditingkatkan lagi untuk tiap indikatornya agar didapatkan hasil yang lebih maksimal.

Abstract

The purpose of this study was to prove whether there was an influence of group counseling by using shame attacking exercise to increase the students' courage in expressing opinion in class VIII B SMP Negeri 5 Taman Pematang. The type of this research was experimental research with pre-experimental research design. The subject of this research was 7 students of class VIII B. The data collection instrument used were psychological scale and wilcoxon test analysis. The result of the research showed that there was a change of the students' courage in expressing opinion in before and after the group counseling, changed from moderate to high category. Although this research showed there was a change from the students, if it was seen from each its indicator, there was an aspect that had low changing level. It can be concluded that there was an influence of group counseling by using shame attacking exercise to increase the students' courage in expressing opinion in class VIII B SMP Negeri 5 Taman Pematang. Thus, the next research can be improved so each its indicator can get more maximal result.

How to cite: Prafitri, Tyas Ayu, dkk. (2019). Konseling Kelompok Menggunakan Shame Attacking Exercise terhadap Peningkatan Keberanian Mengungkapkan Pendapat. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory And Application*, 8(1), 13-18. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i1.19845>

PENDAHULUAN

Keberanian mengungkapkan pendapat di dalam kelas penting untuk dikuasai siswa. Hal ini dikarenakan keberanian mengungkapkan pendapat yang baik mampu melaksanakan berbagai tugas yang dilaksanakan siswa selama proses belajar-mengajar berlangsung seperti berdialog, berdiskusi dan berpidato. Berdasarkan pendapat yang dikemukakan oleh Hariyani (2013), terciptanya lingkungan belajar yang aktif selama proses pembelajaran berlangsung, maka diharapkan dapat meningkatkan keaktifan belajar siswa di dalam kelas, seperti aktif untuk berpendapat, bertanya, maupun menanggapi jawaban teman yang lain. Dasar keberanian yang memadai menumbuhkan rasa percaya diri ketika mengungkapkan gagasannya di depan umum. Pengungkapan pendapat menunjukkan tingkat pemahaman siswa mengenai penjelasan yang diberikan guru. Dengan demikian, keberanian mengungkapkan pendapat merangsang siswa aktif dalam proses pembelajaran.

Keberanian mengungkapkan pendapat merupakan salah satu modal yang harus dimiliki siswa agar berani bertanya mengenai materi yang belum dipahami, berani mengungkapkan ide dan gagasannya, dan berani memberikan masukan. Keberanian mengungkapkan pendapat diharapkan akan membantu siswa untuk memperoleh hasil belajar yang optimal. Apabila siswa dapat mengungkapkan pendapat dengan baik, maka siswa dapat memperoleh hasil belajar yang lebih baik. Wati (2013), keberanian mengungkapkan pendapat di kelas memiliki banyak manfaat yaitu memudahkan siswa mempelajari materi yang diberikan oleh guru, memotivasi dalam belajar, dan mencapai keberhasilan dalam pendidikan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Isnayah (2016), menunjukkan bahwa siswa kurang memiliki keberanian dalam mengungkapkan pendapat, yang ditunjukkan melalui keaktifan siswa dan keberanian siswa mengajukan pertanyaan atau pendapat. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ketidakberanian siswa dalam mengungkapkan pendapat sebesar 61,11% siswa tidak berani mengungkapkan pendapat ketika berada di kelas. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatimah (2016), bahwa berdasarkan observasi yang dilakukan kepada siswa kelas VII SMP negeri 2 Jatitujuh, pada hasil menunjukkan bahwa prosentase kemampuan

siswa dalam mengungkapkan pendapat hanya 45,43%. Yang berarti bahwa kemampuan mengungkapkan pendapat siswa masih belum terlalu baik.

Dengan hasil temuan di lapangan yang menunjukkan beberapa siswa di kelas mengalami ketidakberanian mengungkapkan pendapat tentu perlu adanya penanganan. Dimana dapat diatasi dengan pendekatan khusus salah satunya dengan konseling kelompok yang diberikan kepada siswa yang mengalami rasa ketidakberanian dalam mengungkapkan pendapat akan lebih terasa efektif dikarenakan dapat dilakukan bersama-sama dengan beberapa siswa yang mana dapat melatih siswa untuk tidak malu dalam mengungkapkan pendapatnya ketika di kelas.

Wati (2013) terdapat tiga faktor penyebab siswa tidak berani mengungkapkan pendapat di kelas yaitu siswa tidak menguasai materi, cenderung kurang percaya diri dengan kemampuannya, takut salah dan ditertawakan oleh teman sehingga akibatnya siswa memilih diam. Dampaknya siswa cenderung pasif ketika di kelas, tidak memiliki motivasi dalam belajar dan terhambat dalam mengikuti proses pembelajaran. Dari penjelasan tersebut ketidakberanian berpendapat siswa dipengaruhi oleh faktor-faktor penghambat yang menyebabkan siswa tidak berani untuk berpendapat, karena memiliki sikap irrasional yang berlebih dalam dirinya sendiri terhadap perasaan takut yang belum tentu akan terjadi. Sikap irrasional tersebut berkaitan dengan shame attacking exercise, yang mana latihan ini adalah cara terbaik untuk melatih siswa sadar dari sebuah keyakinan irrasional. Sehingga jika keyakinan irrasional itu muncul akan dapat tergantikan dengan keyakinan yang lebih rasional.

Dalam permasalahan ketidakberanian siswa dalam mengungkapkan pendapat konseling kelompok lebih tepat digunakan karena salah satu dari kelebihan layanan konseling kelompok adalah efisiensi dari layanan konseling kelompok yang dapat dilakukan bersama-sama dengan beberapa siswa. Konseling rasional emotif ini boleh dibilang tidak berdasar pada suatu pendekatan teknik tertentu dan dalam konseling rasional emotif terdapat teknik behavior dengan menggunakan shame attacking exercise sebagai latihan untuk mengubah keyakinan irrasional menjadi keyakinan rasional. Menurut Froggat (2005), shame attacking exercise adalah melakukan konfrontasi terhadap ketakutan untuk malu dengan secara sengaja bertingkah laku yang memalukan dan

mengundang ketidaksetujuan lingkungan sekitar. Shame attacking exercise di pilih karena di dalamnya konseli diajarkan mengelola dan mengantisipasi perasaan malunya.

Menurut Latipun (2010:119), konseling kelompok merupakan kelompok terapeutik yang dilaksanakan untuk membantu klien mengatasi masalah yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Konseling kelompok umumnya ditekankan untuk proses remedial dan pencapaian fungsi-fungsi secara optimal. Bagi siswa konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalui interaksi dengan semua anggota kelompok mereka memenuhi beberapa kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan teman sebayanya, kebutuhan untuk bertukar pikiran dan kebutuhan untuk lebih bisa mandiri. (Winkle, 2007:693)

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh shame attacking exercise terhadap keberanian berpendapat siswa.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen yaitu pre-experimental design. Pola eksperimen yang digunakan peneliti ialah menggunakan one group pretest and posttest design, penelitian dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Tahap-tahap rancangan penelitian eksperimen ialah pertama-tama memberikan pre test, selanjutnya pemberian treatment dan yang terakhir memberikan post test. Subyek dari penelitian ini adalah siswa- siswa kelas VIII B SMP Negeri 5 Taman Pemalang dengan jumlah sampel 7 siswa. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling kelompok menggunakan shame attacking exercise. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah keberanian mengungkapkan pendapat.

Pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan shame attacking exercise yaitu suatu konsep pemberian treatment dengan cara melakukan beberapa kali kegiatan konseling kelompok. Tahapan pemberian konseling kelompok sesuai dengan panduan konseling kelompok dengan pendekatan REBT.

Dalam penelitian ini terdapat beberapa tahapan atau langkah yang harus dilalui sebelum melaksanakan penelitian yaitu penyusunan kisi-kisi instrumen, uji coba instrumen, melakukan revisi terhadap instrumen yang belum valid dan melakukan analisis sehinffa diperoleh hasil penelitian. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologis

yaitu skala keberanian mengungkapkan pendapat. Untuk uji validitasnya menggunakan rumus product moment sedangkan untuk uji reliabilitas menggunakan rumus alpha. Dalam penelitian ini hipotesis yang diajukan adalah layanan konseling kelompok dengan menggunakan shame attacking exercise dapat meningkatkan keberanian mengungkapkan pendapat siswa kelas VIII B SMP Negeri 5 Taman, Pemalang. Untuk uji hipotesis menggunakan uji wilcoxon.

HASIL

Berikut ini akan dikemukakan hasil penelitian yang berkaitan dengan gambaran keberanian mengungkapkan siswa sebelum dan sesudah dilaksanakan konseling kelompok dengan menggunakan shame attacking exercise, dapat dilihat pada tabel 1.

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa frekuensi tingkat keberanian berpendapat siswa di kelas eksperimen sebelum dan sesudah mendapat treatment bervariasi ada yang tinggi dan sedang. Dari hasil pretest frekuensi kelompok eksperimen tertinggi adalah 6 dan mendapat prosentase 85.7% yang berarti berada pada kategori sedang. Artinya pada kelompok eksperimen tingkat keberanian berpendapat siswa kurang baik. Sedangkan disisi lain frekuensi yang lain menunjukkan pada kategori tinggi yang dapat dikatakan bahwa tingkat keberanian berpendapat siswa cukup baik. Perbedaan yang terjadi sudah menunjukkan tingkat yang cukup signifikan, karena terdapat selisih pada jumlah frekuensi siswa dan hasil prosentasenya menunjukkan penilaian tinggi dan sedang.

Dari hasil posttest dapat diketahui bahwa tingkat keberanian berpendapat siswa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang cukup signifikan, yaitu dengan frekuensi dari 7 siswa ada 2 siswa mendapatkan prosentase hitung sebanyak 28.6% yang masuk dalam kategori sangat tinggi. Sedangkan untuk 5 dari 7 siswa mendapatkan prosentase hitung sebanyak 71.4% yang masuk dalam kategori tinggi artinya tingkat keberanian berpendapat siswa meningkat setelah diberikan perlakuan (treatment) layanan konseling kelompok menggunakan shame attacking exercise.

Setelah mengetahui penjelasan dari hasil pretest dan posttest yang telah dilaksanakan maka dapat diketahui bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan sesudah mendapat perlakuan (treatment). Peningkatan

Tabel 1. Tingkat keberanian berpendapat siswa *Pretest* dan *posttest*

No	Kategori	Frekuensi	<i>Pretest</i>	Frekuensi	<i>Posttest</i>
1	Sangat Tinggi	0	0.0%	2	28.6%
2	Tinggi	1	14.3%	5	71.4%
3	Sedang	6	85.7%	0	0.0%
4	Rendah	0	0.0%	0	0.0%
5	Sangat Rendah	0	0.0%	0	0.0%
Rata-rata			64.5%	77.50%	

Tabel 2. Hasil Perhitungan *Pretest* dan *posttest* per-indikator

Pengukuran	<i>Pretest</i> M (SD)	Kategori	<i>Posttest</i> M (SD)	Kategori	Z	P
Mengekspresikan pendapat	44 (3,147)	Rendah	55 (5,940)	Sedang	-2,371	< 0.05
Keuletan	48 (1,618)	Rendah	52 (4,880)	Sedang	-1,897	> 0.05
Kemantapan dalam mengungkapkan pendapat	47 (8,015)	Rendah	58 (4,899)	Sedang	-2,371	< 0.05
Berjiwa Besar	44 (6,214)	Rendah	59 (4,680)	Sedang	-2,366	< 0.05

yang terlihat sebesar 13%. Hal ini dapat diketahui pada tabel pre test dari kelompok eksperimen mendapatkan prosentase 64,50% yang masuk dalam kategori sedang, sedangkan pada tabel post test mengalami peningkatan yaitu mendapat prosentase sebanyak 77,50% yang masuk dalam kategori tinggi.

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa layanan konseling kelompok menggunakan shame attacking exercise efektif untuk meningkatkan keberanian mengungkapkan pendapat siswa. Dalam tabel diatas juga dapat peneliti lihat hasil pengukuran dari tiap indikator, peneliti juga dapat membandingkan hasil dari tiap indikator. Hasil indikator terendah adalah pada indikator keuletan, dengan rata-rata *posttest* sebesar 52 dan nilai $z = -1.897$. sedangkan untuk rata-rata tertinggi ada pada indikator berjiwa besar, dengan hasil rata-rata dari *posttest* sebesar 59 dan nilai $z = -2.366$. Pada indikator mengekspresikan pendapat diperoleh nilai rata-rata 55 dengan nilai $Z = -2,371$, yang terakhir pada indikator kemandapan dalam mengungkapkan pendapat memperoleh rata-rata 58 dengan nilai $Z = -2,371$.

PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh berdasarkan pen-

elitian secara deskriptif dan didukung hasil observasi yang telah dijelaskan sebelumnya, diketahui bahwa keberanian mengungkapkan pendapat siswa sebelum diberi layanan konseling kelompok menggunakan shame attacking exercise menunjukkan hasil pada kriteria sedang. Sedangkan keberanian mengungkapkan pendapat siswa sesudah diberi layanan konseling kelompok menggunakan shame attacking exercise menunjukkan hasil pada kriteria tinggi.

Pada hasil *pretest* menunjukkan bahwa gambaran keberanian mengungkapkan pendapat siswa rata-rata dalam kriteria sedang. Hal tersebut terjadi dikarenakan siswa masih kurang berani untuk dapat mengekspresikan pendapatnya ketika di kelas, siswa cenderung merasa takut dan malu jika harus mengungkapkan pendapat, siswa merasa takut akan pendapatnya itu salah, serta merasa takut karena kurang memahami pembahasan yang sedang dibicarakan. Perasaan-perasaan tersebut yang membuat siswa enggan untuk berani berpendapat di kelas.

Sedangkan untuk hasil *posttest*, pada saat proses konseling kelompok berjalan, dapat dilihat kemajuan-kemajuan yang ditunjukkan oleh siswa. Beberapa siswa menunjukkan progress yang sangat bagus, dalam beberapa

sesi konseling kelompok. Siswa menunjukkan perubahan dari yang awalnya terlihat malu dan takut untuk berpendapat, menjadi berani dan mau mencoba untuk berpendapat. Hal tersebut perubahan yang sangat bagus sekali untuk siswa, karena keberanian berpendapat sangatlah penting jika diterapkan dalam pembelajaran di kelas. Keberanian berpendapat melatih siswa untuk tidak takut sebelum mencoba melakukan sesuatu hal.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dikatakan bahwa layanan konseling kelompok menggunakan shame attacking exercise efektif dan mengalami peningkatan yang cukup signifikan terhadap keberanian mengungkapkan pendapat siswa kelas VIII B. hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan pada sikap siswa dan dinamika kelompok yang mulai terbentuk saat dilakukan sesi konseling kelompok selama penelitian berlangsung. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamzah (2013) dalam penelitiannya menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan rasa percaya diri untuk siswa berani mengungkapkan pendapat dengan menggunakan shame attacking exercise.

Pendekatan cognitive behavior therapy menggunakan shame attacking exercise efektif diaplikasikan bagi siswa yang mempunyai kesulitan untuk meningkatkan keberaniannya dalam mengungkapkan pendapat. Hal tersebut sejalan dengan tujuan dari shame attacking exercise yang dikemukakan oleh Corey (2006) yaitu untuk meningkatkan penerimaan diri dan tanggungjawab siswa, serta membantu siswa dalam menanamkan kesadaran diri dan realitas untuk diri mereka sendiri. Dalam penelitian ini siswa mengerti bahwa yang mereka pikirkan suatu hal yang menakutkan atau hal yang tidak mungkin mereka bisa kerjakan itu sebenarnya bisa mereka kerjakan.

Dilihat dari tabel perhitungan per-indikator, dapat dilihat jika untuk indikator tertinggi diperoleh pada indikator berjiwa besar, untuk indikator yang terendah terdapat pada indikator keuletan. Untuk indikator mengekspresikan pendapat dan kemantapan dalam mengungkapkan pendapat, keduanya mendapatkan perolehan yang baik pula. Jika dilihat lebih mendalam, indikator berjiwa besar menjadi indikator yang paling mudah atau cepat memperoleh perubahan dikarenakan, indikator tersebut lebih kepada perasaan empati dan toleransi yang ada pada diri konseli, sehingga lebih mudah untuk di tingkatkan karena tidak berhubungan langsung dengan perilaku seseo-

rang. Menurut Aprilianti (2016) individu yang memiliki karakter berjiwa besar akan mengharagai orang lain dengan cara terbiasa menyadari kelebihan orang lain dan tidak merasa angkuh. Dalam penelitian ini siswa sudah dapat menanamkan rasa toleransi terhadap pendapat yang diungkapkan oleh orang lain dan tidak merasa angkuh dengan mau menerima masukan dari siswa lain.

Sedangkan untuk indikator keuletan, menjadi indikator yang sulit untuk dicapai dikarenakan aspek keuletan ini berhubungan dengan perilaku seseorang, yang mana perilaku tidak dapat langsung diubah dengan cepat tanpa adanya kesadaran diri untuk berubah. Aspek keuletan ini berhubungan langsung pada ada atau tidaknya keberanian siswa untuk berpendapat dan seberapa sering siswa berani untuk berpendapat. Oleh karena itu aspek keuletan ini tidak secara cepat menunjukkan perubahan atau peningkatan pada siswa. Menurut Solina, Dkk (2013) Keuletan berarti tidak mudah putus asa yang disertai dengan kemauan keras dan usaha dalam mencapai tujuan. Siswa yang mempunyai tingkat motivasi yang tinggi tidak mudah putus asa dalam menghadapi berbagai kesulitan. Keuletan dalam menghadapi kesulitan ini dapat dilihat dari sikap terhadap kesulitan dan usaha untuk mengatasi kesulitan.

Pada aspek mengekspresikan gagasan dan kemantapan dalam mengungkapkan pendapat, juga diperoleh hasil yang signifikan. Pada kedua aspek tersebut sama-sama menunjukkan kepercayaan diri konseli pada saat mengungkapkan pendapat. Dikarenakan, menurut Deviardiana (2012) seseorang yang ingin mengungkapkan pendapat harus mempunyai keyakinan dan kemantapan hati yang dimiliki seseorang untuk mengungkapkan ide-idenya kepada orang lain. Dikatakan berani jika seseorang dalam mengungkapkan pendapat tidak ragu-ragu dan merasa nyaman ketika menyampaikan pendapatnya.

Untuk keseluruhan pendekatan cognitive behavior therapy menggunakan shame attacking exercise efektif diaplikasikan untuk siswa yang mempunyai kesulitan untuk meningkatkan keberaniannya, baik dalam hal mengungkapkan pendapat ataupun dalam hal lain untuk kehidupan sehari-hari. Pada proses penelitian, peneliti mengkondisikan siswa untuk dapat mengikuti sesi konseling kelompok dengan baik dalam setiap tahapannya.

SIMPULAN

Simpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah bahwa pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan shame attacking exercise pada siswa kelas VIII B SMP N Negeri 5 Taman Pemasang terbukti ada pengaruh terhadap keberanian mengungkapkan pendapat siswa. Dimana terjadi kenaikan dari hasil pretest yang masuk kategori sedang menjadi masuk kategori tinggi pada posttest. Untuk peneliti selanjutnya, jika akan meneliti tentang variabel yang sama yaitu tingkat keberanian mengungkapkan pendapat, dapat lebih mengeksplor kemunculan permasalahan lain yang ada pada diri konseli.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilianti, Erwin. 2016. *Upaya Pengembangan Karakter Berjiwa Besar Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Kolaboratif Menggunakan Metode Dinamika Kelompok Yang Diaplikasikan Dalam Permainan*. Yogyakarta: <https://repository.usd.ac.id>
- Corey. 2006. *Theory and Practice of Group Counseling*. USA: E-book
- Deviardiana, D.L. 2012. *Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Time Token Arends Untuk Meningkatkan Keberanian Berpendapat Dalam Pembelajaran IPA Peristiwa Alam Pada Siswa Kelas V SD Negeri 1 Bareng Klaten Tahun 2012*. Klaten. <http://digilib.uns.ac.id> (diakses 9 Desember 2016)
- Fatimah, Tia. 2016. *Peningkatan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Melalui Teknik Debat Aktif Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Jatijuh Kabupaten Majalengka Jawa Barat*. Majalengka: <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/32838> (diakses 16 November 2016)
- Froggatt. 2005. *Rational Emotive Behaviour Therapy*. New Zeland: To the Author
- Hariyani, dkk. 2013. *Hubungan Kemampuan Mengungkapkan Pendapat Tentang Hak dan Kewajiban Siswa Di Sekolah Tentang pelanggaran Tata tertib Di SMP Negeri 20 Bandar Lampung*. Lampung: <https://dl.dropboxusercontent.com/> (diakses 16 November 2016)
- Isnayah. 2016. Upaya Meningkatkan Keberanian Berpendapat pada Kegiatan Bimbingan Klasikal dengan layanan Penguasaan Konten. Jember: *Jurnal Penelitian tindakan*. Vol. 2 No. 1.
- Latipun. 2010. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press
- Solina, Dkk. 2013. Hubungan Antara Perlakuan Orangtua Dengan Motivasi Belajar Siswa Di Sekolah. Padang. *Jurnal Ilmiah Konseling*. Vol.2 No1.
- Wati, F. 2013. *Kefektifan Modifikasi Perilaku Dengan Teknik Token Economic Untuk Meningkatkan Keberanian Mengungkapkan Pendapat Di Kelas pada Siswa Kelas V SDN TRITIH WETAN 01 CILACAP Tahun Pelajaran 2013/2014*. Cilacap: <http://www.jurnal.fkip.uns.ac.id> (diakses 25 Mei 2016)
- Winkel, WS dan M.M Sri Hastuti. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Baru.