

**PENINGKATAN AKTUALISASI DIRI SEBAGAI DAMPAK LAYANAN  
PENGUASAAN KONTEN****Widayanti<sup>✉</sup>, Eko Nusantoro, Kusnarto Kurniawan**Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang,  
Indonesia**Info Artikel***Sejarah Artikel:*

Diterima April 2014

Disetujui Mei 2014

Dipublikasikan Juni 2014

*Keywords:**self actualization; Guidance  
and counseling service;  
mastery of content service***Abstrak**

Tujuan penelitian ini untuk memperoleh informasi atau temuan empiris tentang meningkatkan aktualisasi diri melalui layanan penguasaan konten pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Tegal. Populasinya adalah seluruh kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Tegal yang berjumlah 286 siswa dan sampel yang berjumlah 28 siswa menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala aktualisasi diri. Instrumen tersebut telah diujicobakan untuk digunakan dalam penelitian menggunakan validitas dengan rumus *product moment* oleh Pearson dan reabilitas instrument dengan rumus Alpha. Teknik analisis data yang digunakan yakni analisis deskriptif persentase dan *Uji t (t-test)*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan aktualisasi diri melalui layanan penguasaan konten, dengan nilai  $t_{hitung} = 17,960 > t_{tabel} = 2,052$ . Simpulan dari penelitian ini yakni aktualisasi diri dapat ditingkatkan melalui layanan penguasaan konten. Oleh karena itu, diharapkan guru pembimbing dapat lebih mengintensifkan layanan penguasaan konten kepada siswa sebagai strategi alternatif untuk membantu siswa meningkatkan aktualisasi diri.

**Abstract**

*The aim for this research was to get information or empirical finding about increasing effect of self actualization as the result of content mastery. Population of this study was 7 grade students of the VII class in SMP Negeri 2 Lebaksiu Tegal which consist of 286 students. 28 students was selected using purposive sampling technique. Data collection techniques using self actualization scale. The instrument has been tested for validity using Pearson product moment and reliability of the instrument with alpha formula. Data analysis used pearson product moment, descriptive percentage, and t-test. The result showed there was increasment of self actualization through mastery of content service with  $t_{count} = 17,960 > t_{table} = 2,052$ . From this reasearch it can be concluded that self actualization could be increased through mastery of content service. It is hoped that the teacher as a guide can be more intensively applicate mastery of content service to the students as an alternative strategy to help students increase self actualization.*

© 2014 Universitas Negeri Semarang

<sup>✉</sup> Alamat korespondensi:

Gedung A2 Lantai 2 FIP Unnes

Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229

E-mail: [widayanti751@gmail.com](mailto:widayanti751@gmail.com)

ISSN 2252-6374

## PENDAHULUAN

Setiap orang memiliki harapan untuk mempunyai pribadi yang sehat. Pribadi yang sehat adalah pribadi yang memiliki kemampuan untuk menerima diri dan mengenal dirinya sendiri, mengetahui kelebihan dan kelemahan diri. pengaktualisasian diri bertujuan agar mereka dapat mengungkapkan potensi-potensi yang ada dalam diri. penyaluran aktualisasi diri dapat berupa penciptaan kreasi atau karya-karya berdasarkan bakat yang dimiliki. Seseorangpun dapat mengaktualisasikan diri dengan jalan membuat yang terbaik atau bekerja dengan sebaik-baiknya sesuai dengan bidangnya masing-masing. Selain itu, dengan mengaktualisasikan diri seseorang akan merasa berguna, percaya diri, dan berharga di mata sendiri dan lingkungan. Willis (2010) yang menyatakan bahwa aktualisasi diri adalah kebutuhan yang berkaitan dengan terlaksananya kemampuan, cita-cita dan tujuan lain yang telah direncanakan. Aktualisasi diri juga dipandang sebagai kebutuhan untuk memperoleh penghargaan.

Boeree (2006:284) berpendapat bahwa penolakan, frustrasi dan penyimpangan dari perkembangan hakikat alami akan menimbulkan psikopatologi. Berdasarkan pemaparan di atas dapat dikatakan bahwa pribadi yang tidak mengaktualisasikan diri tidak bisa menunjukkan siapa dirinya, bagaimana keadaan diri dan kemana arah yang hendak ditempuhnya. Mereka dapat terpuruk dan pasrah kepada keadaan. Hal ini dapat membuat seseorang menjadi frustrasi, kebutuhan diri tak terpuaskan, dan menimbulkan perasaan dan sikap inferior, canggung, lemah, pasif, tergantung, penakut, tidak mampu mengatasi tuntutan hidup serta iri dalam bergaul.

Indikator dari aktualisasi diri yaitu dewasa dalam bertindak, penyesuaian diri positif, dapat mengambil keputusan secara realistis, mudah bersahabat, sangat dapat dipercaya, mandiri dan kreatif. Pendapat lain menurut Rogers dalam Alwisol (2005) mengemukakan indikator aktualisasi diri mempunyai kepribadian yang berfungsi

sepenuhnya, yaitu terbuka untuk mengalami, hidup menjadi, keyakinan orgasmik, pengalaman kebebasan dan kreativitas. dengan demikian orang yang mengaktualisasikan diri mempunyai ciri-ciri perilaku yang bersifat positif sehingga hal tersebut dapat membantunya untuk mengaktualisasikan diri.

Aspek-aspek aktualisasi diri yaitu keterbukaan pada pengalaman, kehidupan eksistensial, kepercayaan terhadap organisme orang itu sendiri, perasaan bebas, kreatifitas, spontanitas dan humor (Rogers dalam Schultz, 1991). Dengan demikian, aspek-aspek aktualisasi diri sangat berkaitan dengan diri individu. Hal ini dapat ditunjukkan dengan hal-hal yang telah dipaparkan di atas yang cenderung kearah pribadi dari individu itu sendiri.

Proses aktualisasi diri membutuhkan bimbingan dari guru. Jika bimbingan tidak ada, usaha mengaktualisasi diri akan sia-sia, dengan kata lain ia tidak pernah dewasa dimana ia mampu bertanggung jawab dan mandiri. Menurut Willis (2010) menyatakan bahwa proses aktualisasi memerlukan bimbingan orang tua dan guru. Berdasarkan pemaparan tersebut dengan kata lain aktualisasi diri memerlukan bimbingan dari guru pembimbing. Proses aktualisasi diri siswa dapat mengalami hambatan. Hal tersebut dapat berasal dari dalam diri atau dari luar diri. Faktor dari dalam berkaitan dengan diri individu dan faktor yang berkaitan dengan lingkungan dari individu tersebut.

Fenomena di lapangan dapat dilihat ketika peneliti melakukan studi pendahuluan kepada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal pada tanggal 19 Februari 2013. Dari hasil tersebut terdapat 19,98%, sulit menyesuaikan diri dengan orang lain sebesar 26,25%, takut berbuat salah, ragu-ragu dalam mengambil keputusan sebesar 26,53%, tidak menyadari kelebihan diri sebesar 28,72%, tidak menyadari kekurangan diri sebesar 23,94%, mempunyai persoalan pribadi, dan tidak tahu cara pemecahannya

sebesar 21,71%, saya selalu bergantung dengan orang lain sebesar 28,00%, tidak toleran dalam pergaulan sebesar 23,18%, sulit bergaul dengan lawan jenis sebesar 24,49%, saya tidak mempunyai gambaran tentang cita-cita saya sebesar 28,41%.

Hasil wawancara dengan guru BK menyatakan bahwa siswa kelas VII rata-rata masih dalam tahap belajar, belum begitu menunjukkan potensinya, mereka masih menyesuaikan diri dengan sekolah, tapi diantara mereka juga terdapat beberapa siswa yang sudah mulai menunjukkan potensinya. Pada saat pelajaran berlangsung mereka hanya pasif mengikuti pelajaran, tidak berpendapat, kemampuan bertanya sangat kurang. Selain itu, dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah sebagai wadah untuk menyalurkan bakat dan minat juga kurang, hanya sedikit dari mereka yang mengikutinya.

Pengalaman perilaku yang bersifat negatif tersebut akan menghalangi aktualisasi diri. Hal ini sejalan dengan pendapat Alwisol (2005) yang menyatakan bahwa apa yang baik (tingkah laku dan nilai yang positif) adalah semua yang mendekat ke arah aktualisasi diri. Alwisol (2005) yang menyatakan ada dua jalur seseorang mencapai aktualisasi diri. Salah satu jalur yaitu jalur belajar (mengembangkan diri secara optimal). Pada jalur belajar-pengembangan diri perilaku yang dapat mendorong ke arah aktualisasi diri diantaranya belajar mengetahui diri, bersikap jujur dan dapat menggunakan kecerdasannya.

Sesuai dengan hasil analisis tersebut para siswa membutuhkan layanan untuk mengembangkan sikap dan perilakunya agar mengarah pada aktualisasi diri. Jika kebutuhan aktualisasi diri tidak terpenuhi maka akan menghambat individu dalam mencapai pribadi yang seutuhnya. Selain itu ia tidak dapat berkembang secara optimal dan akan mengalami masalah-masalah sehingga kehidupan efektif sehari-hari menjadi terganggu.

Bimbingan dan konseling adalah satuan yang terintegrasi yang terdiri dari beberapa layanan. Salah satu layanan bimbingan konseling tersebut adalah layanan penguasaan

konten. Layanan penguasaan konten (PKO) merupakan layanan bantuan kepada individu (sendiri-sendiri atau pun dalam kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar (Prayitno 2004). Kemampuan atau kompetensi yang dipelajari itu merupakan satu unit konten yang didalamnya terkandung fakta dan data, konsep, proses, hukum dan aturan, nilai, persepsi, sikap dan tindakan yang terkait di dalamnya. Layanan penguasaan konten membantu individu menguasai aspek-aspek konten tersebut secara tersinergi.

Penguasaan suatu konten tertentu bagi individu atau klien merupakan tujuan dari layanan penguasaan konten yang diberikan oleh Guru Bimbingan dan Konseling. Penguasaan konten yang diberikan oleh Guru Bimbingan dan Konseling bagi individu atau klien untuk menambah wawasan dan pemahaman, mengarahkan penilaian dan sikap, menguasai cara-cara atau kebiasaan tertentu, untuk memenuhi kebutuhannya dan mengatasi masalah-masalahnya. Sehingga menjadikan individu lebih mampu menjalani kehidupannya secara efektif (*effective daily living*). Pemaparan di atas sejalan dengan pendapat Tohirin (2008) yang menyatakan bahwa tujuan dari layanan penguasaan konten tujuan layanan penguasaan konten dijabarkan sesuai dengan fungsi-fungsi bimbingan dan konseling, yaitu pemahaman, pencegahan, pengentasan dan pemeliharaan.

Terkait dengan tujuan layanan penguasaan konten tersebut, tujuan layanan penguasaan konten dalam aktualisasi diri yaitu agar individu mampu mengubah hal-hal yang negatif yang menghalangi tercapainya aktualisasi diri, dengan diberikannya pemahaman, keterampilan-keterampilan melalui materi-materi yang disajikan dalam layanan penguasaan konten. Salah satunya dengan memberikan keterampilan cara menjadi pribadi yang *independent* atau mandiri agar ia tidak bergantung dengan orang lain dan yakin akan kemampuan diri sendiri.

Berdasarkan paparan di atas maka dapat diasumsikan aktualisasi diri dapat ditingkatkan

melalui layanan penguasaan konten dengan memberikan pemahaman tentang aktualisasi diri dan kebiasaan-kebiasaan atau keterampilan yang dapat meningkatkan aktualisasi diri melalui materi-materi layanan penguasaan konten sehingga individu atau siswa dapat mengubah sikap atau kebiasaan yang negatif yang menghalangi aktualisasi diri agar dapat menjalani kehidupannya secara efektif. Berdasarkan fenomena di tersebut, peneliti menyusun suatu program penelitian eksperimental melalui layanan penguasaan konten sebagai usaha untuk meningkatkan aktualisasi diri. Dengan layanan penguasaan konten diharapkan dapat membantu meningkatkan aktualisasi diri pada diri siswa.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui (1) Aktualisasi diri sebelum diberikan layanan penguasaan konten. (2) Aktualisasi diri sesudah diberikan layanan penguasaan konten. (3) Perbedaan aktualisasi diri sebelum dan sesudah diberi layanan penguasaan konten.

## METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian pre-eksperimen. Desain yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Ada dua variabel dalam penelitian ini, yaitu layanan penguasaan

konten sebagai variabel bebas (variabel X) dan aktualisasi diri sebagai variabel terikat (variabel Y). Hubungan antar variabel adalah variabel X mempengaruhi variabel Y, dengan demikian maka diharapkan variabel Y atau aktualisasi diri dapat ditingkatkan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal dengan jumlah 286 siswa. Teknik sampling yang digunakan untuk menentukan sampelnya adalah teknik *purpose* sebanyak 28 siswa.

Adapun metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi yang dibagikan kepada siswa kelas VII yang menjadi sampel penelitian yaitu skala aktualisasi diri. Untuk menguji validitas instrumen penelitian, peneliti menggunakan validitas konstruk dengan rumus *Pearson product moment* dan untuk menguji tingkat reliabilitas menggunakan rumus *Alpha*. Teknik analisis data menggunakan deskriptif persentase dan uji beda *t-test* karena data yang disajikan berupa data interval dan normal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh aktualisasi diri sebelum dan setelah diberikan layanan penguasaan konten. Aktualisasi diri sebelum dan sesudah diberikan layanan penguasaan konten, berdasarkan hasil analisis data per indikator dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1** Perbedaan Hasil Persentase Skor Berdasarkan Indikator Aktualisasi Diri Sebelum dan Setelah Memperoleh Perlakuan.

Indikator	Persentase (%)		Kriteria		Persentase(%) Peningkatan
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	
Dewasa dalam bertindak	48,90	68,57	Rendah	Tinggi	19,67
Penyesuaian diri positif	49,29	68,83	Rendah	Tinggi	19,54
Dapat mengambil keputusan secara realistis	48,36	68,57	rendah	Tinggi	20,21
Mudah bersahabat	48,57	68,43	Rendah	Tinggi	19,86
Sangat dapat fdipercaya	50,00	66,27	Rendah	Sedang	16,27
Mandiri	49,23	69,23	Rendah	Tinggi	20,00
Kreatif	51,02	68,27	Rendah	Tinggi	17,25
Persentase(%) rata-rata	49,34	68,31	Rendah	Tinggi	18,97

Berdasarkan pada tabel 1, terdapat perbedaan hasil *pretest* dan *posttest*, ketujuh indikator aktualisasi diri Jadi, dapat disimpulkan

bahwa terjadi peningkatan aktualisasi diri pada semua indikator.

**Tabel 2** Hasil Analisis Uji Beda (*t-test*)

Prokrastinasi Akademik	Md	dk	N	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	Kriteria
<i>Pretest – Post test</i>	20,62	27	28	17,960	2,052	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis uji beda, dapat dikatakan bahwa “terdapat perbedaan yang signifikan antara aktualisasi diri siswa sebelum dan setelah mendapat perlakuan” atau dengan kata lain hipotesis yang diajukan di terima. Hal ini menunjukkan bahwa secara nyata ada peningkatan aktualisasi diri antara sebelum dan setelah diberi perlakuan. Dengan demikian, terbukti bahwa penguasaan konten merupakan suatu upaya dalam meningkatkan aktualisasi diri siswa.

Berdasarkan pada hasil penelitian, maka akan dibahas secara eksplisit tentang aktualisasi diri siswa kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal sebelum diberi layanan penguasaan konten. Aktualisasi diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal sebelum mengikuti layanan penguasaan konten rata-rata masuk dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mempunyai aktualisasi diri rendah, ciri-cirinya antara lain: kurang percaya diri, tidak mengetahui kelebihan dan kelemahan diri, sulit menyesuaikan diri dengan mata pelajaran di sekolah, kurang kreatif, tidak tahu gambaran akan cita-cita, mempunyai masalah dan tidak tahu cara menyelesaikannya.

Aktualisasi diri siswa kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal setelah mengikuti layanan penguasaan konten masuk dalam kategori tinggi. Hal ini juga terlihat selama proses pengamatan bahwa siswa menunjukkan hal-hal yang positif sesuai dengan cirri-ciri orang yang mengaktualisasi diri yaitu dewasa dalam bertindak, penyesuaian diri positif, dapat mengambil keputusan secara realistis, mudah bersahabat, sangat dapat dipercaya, mandiri dan kreatif. Berdasarkan hasil penelitian, indikator dewasa dalam bertindak setelah diberikan layanan penguasaan konten mengalami peningkatan. Hal ini ditunjukkan bahwa dengan pemahaman akan resiko dari setiap perbuatan yang dilakukan.

Siswa sudah mampu memahami akibat dari setiap perbuatan yang dilakukan, apakah itu akan merugikan diri sendiri, sekolah orang tua dan lingkungannya.

Penyesuaian diri positif pada siswa setelah mendapatkan perlakuan berupa layanan penguasaan konten mengalami peningkatan. Hal itu ditunjukkan bahwa siswa sudah sudah mampu mengetahui dirinya dengan baik, mengetahui kelebihan dan kelemahan dalam diri dan tidak menjadikan kelemahan diri sebagai sesuatu yang harus disesali. Indikator dapat mengambil keputusan secara realistis juga mengalami peningkatan. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sudah mempertimbangkan secara matang keputusan yang akan diambil berdasarkan alternatif-alternatif yang ada, dengan begitu, mereka tidak akan menyesali terhadap keputusan yang sudah diambil atau ragu pada keputusan yang akan diambil.

Mudah bersahabat, dan sangat dapat dipercaya juga mengalami peningkatan. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sudah tidak malu atau kurang percaya diri terhadap dirinya sendiri, dapat menerima keadaan yang ada dirinya dan mengetahui pentingnya tanggung jawab atas sebuah pekerjaan yang seharusnya mereka lakukan. Selain itu, kemandirian siswa sebelum dan setelah siberi perlakuan juga mengalami peningkatan. Hal ini ditunjukkan dengan siswa sudah dapat mengerjakan tugas sendiri, karena mereka yakin atas kemampuan diri sendiri. Mereka menyadari bahwa bergantung dengan orang lain akan membuat mereka menjadi seseorang yang selalu mengandalkan orang lain dan juga menjadi orang yang pemalas untuk melakukan suatu hal.

Tingkat kreatifitas siswa sebelum dan setelah diberi perlakuan berupa layanan penguasaan konten juga mengalami peningkatan. Setelah mendapatkan perlakuan berupa layanan penguasaan konten, Mereka menyadari bahwa barang-barang yang sudah

tidak terpakai lagi masih bisa didaur ulang menjadi sesuatu yang lebih menarik atau bisa digunakan kembali jika kita mempunyai ide-ide yang kreatif.

Berdasarkan hasil uji hipotesis analisis data diperoleh  $t_{hitung} = 17,960$  dan  $t_{tabel} = 2,052$  jadi nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan Aktualisasi diri antara sebelum dan setelah mendapatkan layanan penguasaan konten. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata aktualisasi diri setelah diberikan layanan penguasaan konten mengalami peningkatan daripada sebelumnya. Hal ini menggambarkan bahwa dengan adanya layanan penguasaan konten yang diberikan pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal berpengaruh terhadap tingkat aktualisasi diri siswa.

Aktualisasi diri adalah bahwa aktualisasi diri adalah kecenderungan seseorang untuk menyalurkan kemampuan, cita-cita, dan harapan untuk tujuan yang ingin dicapai sesuai dengan potensinya. Aktualisasi diri siswa merupakan jalan seseorang untuk mencapai sesuatu kebutuhan sesuai dengan potensi yang ada dalam dirinya.

Layanan penguasaan konten mampu memberikan pemahaman kepada siswa bagaimana mengubah kebiasaan mereka yang kurang bermanfaat dan cenderung merugikan diri sendiri. Mengubah kebiasaan tersebut dengan tugas-tugas yang diberikan (berisi konten yang berkaitan) dan komitmen yang ada pada diri siswa untuk berubah. Pada penelitian ini setelah siswa mendapatkan layanan penguasaan konten mereka mampu menunjukkan perubahan yaitu menjadi siswa yang dapat menerima keadaan diri, bisa bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukan, mempunyai ide-ide yang baru, menjadi seseorang yang percaya diri, dan percaya akan kemampuan diri sendiri. Sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa layanan penguasaan konten juga mengalami perubahan yaitu berupa peningkatan aktualisasi diri.

Berdasarkan uraian diatas, menunjukkan bahwa terjadinya perkembangan yaitu peningkatan aktualisasi diri pada semua

indikator. Meskipun begitu hendaknya perlu dikembangkan lagi. Tindak lanjut yang perlu dilaksanakan yaitu guru pembimbing hendaknya terus mendampingi siswa menekankan pentingnya tanggung jawab, percaya diri, kemandirian, penerimaan diri dan persahabatan diantara sesama siswa karena hal-hal tersebut dapat membantu siswa untuk belajar mengaktualisasi diri. Hal tersebut dapat dilakukan melalui layanan klasikal maupun format kelompok. Selain itu, guru pembimbing juga perlu memperhatikan faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi aktualisasi diri siswa. Misalnya lingkungan keluarga seperti gaya pengasuhan orang tua dan lingkungan sekolah seperti pergaulan teman sebaya.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang mengurangi prokrastinasi akademik melalui layanan penguasaan konten pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal tahun ajaran 2013/ 2014, maka dapat disimpulkan aktualisasi diri siswa kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal sebelum mengikuti layanan penguasaan konten menunjukkan kategori rendah (49,34%), Aktualisasi diri siswa kelas VII SMP Negeri 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal setelah mengikuti layanan penguasaan konten menunjukkan kategori tinggi (68,31%), terdapat perbedaan tingkat aktualisasi diri sebelum dan sesudah diberikan layanan penguasaan konten dan mengalami peningkatan sebesar 18,97%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan aktualisasi diri siswa setelah diberikannya perlakuan berupa layanan penguasaan konten.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol.2005. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Pres.
- Boeree. George. 2004. *Personality Theories*. Yogyakarta: Prima Shopie.
- Schultz Duane. 1991. *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius.

- Tohirin. 2008. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- , 2007. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Padang Universitas Negeri Padang.
- Willis, S. 2010. *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.