



PENGEMBANGAN MODEL BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *OUTBOUND* UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA SMK SWASTA KOTA SEMARANG

Lolang Mariana[✉]

Prodi Bimbingan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima September 2014
Disetujui Oktober 2014
Dipublikasikan November 2014

Keywords:
Models of group counseling;
Outbound techniques;
And aggressive behavior

Abstrak

Perilaku agresif merupakan perilaku maladaptif yaitu perilaku yang tidak sesuai dengan norma yang melekat pada diri individu (remaja) dan bersifat melukai, merusak serta merugikan orang lain. Oleh karena itu, remaja diharapkan dapat menempatkan diri secara tepat dalam merespon atau menghadapi tuntutan-tuntutan sosialnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghasilkan model bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* yang efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Desain penelitian ini menggunakan metode *Educational research and development*, dengan jumlah sampel sebanyak 10 siswa dipilih secara *purposive sampling* dari 366 populasi. Pengambilan sampel sebanyak 10 siswa, agar dalam proses pemberian *treatment* dalam kegiatan bimbingan efektif dan optimal. Hasil uji coba lapangan menunjukkan tingkat perilaku agresif siswa mengalami penurunan. Tingkat perilaku agresif siswa sebelum bimbingan kelompok adalah 67,88% dan setelah bimbingan kelompok menurun menjadi 46,93%. Terjadi penurunan sebesar 20,94%. Penurunan tersebut terjadi pada semua aspek perilaku agresif. Ini berarti model layanan bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

Abstract

Aggressive behavior is a maladaptive behavior which is a behavior that is not in accordance with the norms inherent in the individual (teenager) and be harmful, destructive and harmful to others. Therefore, teenagers are expected to put themselves appropriately in responding to or dealing with social demands. The purpose of this study is to produce a model of group counseling with outbound effective technique to reduce students' aggressive behavior. The design of this study uses methods Educational research and development, with a total sample is 10 students selected by purposive sampling from 366 students which is population. Sampling as many as 10 students, so that in the process of giving treatment in an effective and optimal guidance activities. The results of the field trials showed the level of aggressive behavior of students has decreased. The level of aggressive behavior before the student group counseling was 67,88% and after that it decreased to 46,93%. There was a decline of aggressiveness as much as of 20,94%. The decline occurred in all aspects of aggressive behavior. This means that model of group counseling with outbound is effective to reduce the aggressive behavior of students.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:
Kampus Unnes Bendan Ngisor, Semarang, 50233
Email: jurnalpps@unnes.ac.id

Pendahuluan

Keluarga dan sekolah merupakan tempat bagi perkembangan kepribadian manusia. Dalam keluarga, anak mengenal lingkungan sosial yang akan membentuk mental dan kedewasaannya. Sedangkan di lingkungan sekolah, anak didalam bertindak dan bertingkah laku diatur oleh suatu aturan atau tata tertib yang dapat membatasi siswa dalam bertingkah laku secara wajar sesuai dengan norma-norma kehidupan disekolah tersebut.

Hasil studi pendahuluan di SMK Swasta Kota Semarang menunjukkan bahwa ada sebagian siswa yang terlibat dalam kenakalan remaja yang diwujudkan dalam perilaku agresif verbal berupa saling mengejek, memaki, dan perkataan kasar terhadap teman bahkan guru disekolah serta kekerasan non verbal yang berupa memukul, dan berkelahi. Berdasarkan hasil penyebaran skala perilaku agresif pada siswa kelas XI jurusan Agrobisnis yang berjumlah 39 siswa, diperoleh jumlah rata-rata perilaku agresif siswa sebagai berikut: 40,11% siswa dengan perilaku agresif tinggi, 47,07% siswa dengan perilaku agresifsedang, 10,44% siswa dengan perilaku agresifkurang, dan 2,38% siswa dengan perilaku agresifrendah. Data tersebut menunjukkan sebagian besar siswa jurusan agrobisnis, tingkat perilaku agresifnya berada dalam kategori sedang.

Peranan sekolah dalam membentuk perilaku siswa yang baik dan positif adalah dengan upaya-upaya baik upaya persuasif, preventif, maupun kuratif, termasuk bimbingan konseling. Upaya-upaya tersebut sangatlah diperlukan dalam pola pembentukan perilaku siswa yang ideal, sehingga perilaku yang kurang baik seperti perilaku agresif dapat terkendali. Pemberian dukungan bagi terciptanya perilaku yang tidak menyimpang, mendorong siswa untuk berperilaku positif dan produktif serta membantu siswa untuk dapat memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sekolah, sehingga siswa tersebut bisa belajar hidup dengan kebiasaan-kebiasaan yang baik bagi mereka dan lingkungannya adalah penting.

Salah satu jenis layanan bimbingan konseling yang diterapkan disekolah adalah layanan bimbingan kelompok. Seseorang individu akan lebih mendapatkan kesempatan untuk mengetahui diri sendiri lebih baik melalui pengalaman interaksi dalam bimbingan kelompok. Seorang individu bisa mengembangkan kesadaran/kekuatan yang masih tersembunyi, minat, kemampuan dan kebutuhan (Uygulama,

Kuram, 2009). Layanan ini dapat dijadikan sebagai salah satu wahana dalam memberikan kontribusi positif bagi peningkatan perilaku sosial siswa untuk diarahkan menjadi lebih positif dan dapat mencegah perilaku agresif yang sering dilakukan remaja usia sekolah yaitu perilaku siswa yang dapat merugikan orang lain.

Oleh karena itu agar dapat mengurangi perilaku agresif siswa, perlu dikembangkan model bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* yang lebih variatif agar efektivitas layanan dapat tercapai. Taufiq (2010) *Outbound* merupakan perpaduan antara permainan-permainan sederhana, permainan ketangkasan, dan olah raga, serta diisi dengan petualangan-petualangan. Hal itu yang akhirnya membentuk adanya unsur-unsur ketangkasan, dan kebersamaan serta keberanian dalam memecahkan masalah. Dapat ditegaskan bahwa permainan yang disajikan dalam *outbound* memang telah disusun sedemikian rupa, sehingga bukan hanya psikomotorik (fisik) peserta yang tersentuh tapi juga afeksi (emosi) dan kognisi (kemampuan berpikir).

Menurut Asti (dalam Muhammad, 2009) *Outbound* adalah sebagai kegiatan yang menyenangkan dan penuh tantangan. Bentuk kegiatannya berupa simulasi kehidupan melalui permainan-permainan (*games*) yang kreatif, rekreatif dan edukatif, baik secara individual maupun kelompok dengan tujuan untuk pengembangan diri (*personal development*) maupun kelompok (*team development*). Teknik *outbound* dapat membantu mengatasi masalah-masalah hubungan sosial sebagaimana diungkapkan oleh Ifan Afani (2008), yaitu memiliki tingkat efektifitas yang tinggi ditinjau dari aspek reaksi (*reaction*), aspek pengetahuan (*knowledge*), dan aspek perubahan perilaku (*behavior*).

Selaras dengan itu, Afiatin (2003) dalam penelitian disertasinya telah menggunakan pelatihan *outbound* untuk penangkalan pengguna obat terlarang (narkoba). Dalam penelitiannya ditemukan bahwa penggunaan metode *outbound* mampu meningkatkan ketahanan terhadap godaan untuk menggunakan narkoba. Adapun tujuan penelitian Mendeskripsikan pelaksanaan bimbingan kelompok di SMK Swasta Kota Semarang, Menemukan model bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* yang efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa, Mengetahui tingkat keefektifan model bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMK Swasta Kota Semarang.

Nurihsan (2005) menjelaskan layanan bimbingan kelompok sebagai usaha yang

dilakukan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli. Isi dari kegiatan ini terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial yang disajikan dalam bentuk pelajaran. Penjelasan ini senada dengan definisi layanan bimbingan kelompok oleh Gazda (1978 dalam Prayitno dan Amti, 2004), layanan bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan pemberian informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazda juga menyebutkan layanan bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.

Mengacu pada beberapa definisi ahli tentang layanan bimbingan kelompok, maka peneliti menyimpulkan layanan bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan oleh nara sumber tertentu (diutamakan guru bimbingan dan konseling) kepada individu/siswa melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Asti (Muhammad, 2009) *Outbound* adalah sebagai kegiatan yang menyenangkan dan penuh tantangan. Bentuk kegiatannya berupa simulasi kehidupan melalui permainan-permainan (*games*) yang kreatif, rekreatif dan edukatif, baik secara individual maupun kelompok dengan tujuan untuk pengembangan diri (*personal development*) maupun kelompok (*team development*).

Sedangkan menurut Kimpraswil, "*outbound* adalah usaha olah diri (olah pikir dan olah fisik) yang sangat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan motivasi, kinerja dan prestasi dalam rangka melaksanakan tugas dan kepentingan organisasi lebih baik lagi" (Muhammad, 2009). Menurut Taufiq (2010) "*outbound* merupakan serangkaian kegiatan yang dilakukan oleh sebuah tim dan dibantu oleh instruktur". *Outbound* merupakan perpaduan antara permainan-permainan sederhana, permainan ketangkasan, dan olah raga, serta diisi dengan petualangan-petualangan. Hal itu yang akhirnya membentuk adanya unsur-unsur ketangkasan, dan kebersamaan serta keberanian dalam memecahkan masalah.

Dari uraian diatas jelas bahwa *outbound* mempunyai tujuan yang jelas dan positif, yaitu

selain untuk mengembangkan potensi atau pengetahuan juga bertujuan sebagai proses terapi individu atau kelompok yang mengalami masalah. Terapi individu misalnya pada anak yang mengalami gangguan penyesuaian diri, anak yang mengalami penyimpangan seperti anak pemakai narkoba, anak yang mengalami gangguan hubungan sosial (anak berkebutuhan khusus). Sedangkan terapi kelompok adalah mereka yang mengalami kesenjangan sosial atau friksi. Hal ini sesuai dengan semboyan *outbound* yaitu "One for all, all for one" atau "We are one".

Berpijak pada dasar teori tentang layanan bimbingan kelompok dan teknik *outbound*, maka layanan bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* dapat dimaknai sebagai Layanan bimbingan yang diberikan kepada kelompok dengan mengaktifkan dinamika kelompok melalui *outbound* (permainan yang kreatif, rekreatif dan edukatif) guna pemahaman dan pengembangan pribadi siswa agar dapat mengembangkan potensinya secara optimal sehingga dia mampu menjadi individu yang mandiri, dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan mampu menolong dirinya sendiri saat ini dan di masa yang akan datang.

Perilaku kasar atau keras dalam percakapan sehari-hari sering dikatakan agresi. Di dalam istilah yang digunakan tersebut kebanyakan di dalamnya mengandung akibat ataupun kerugian bagi orang lain. Menurut aliran behavioristik seperti yang dikemukakan oleh Bandura bahwa tingkah laku agresif merupakan tingkah laku yang diperoleh dari hasil proses belajar yang keliru. Bandura dalam Alwisol (2007) mengemukakan bahwa : "Agresi diperoleh melalui pengamatan, pengalaman langsung dengan reinforcement positif dan negatif, latihan atau perintah dan keyakinan yang ganjil (bandingkan dengan Freud dan kawan-kawannya yang menganggap agresi adalah dorongan bawaan). Agresi yang ekstrim menjadi disfungsi atau salusai psikologis. Dari penelitian yang dilakukan Bandura, observasi terhadap perilaku agresi akan menghasilkan respon peniruan yang berlebih. Pengamat akan bertingkah laku lebih agresif dibanding modelnya." Ahli lain yaitu Santrock juga mengemukakan definisi tingkah laku agresif secara psikologis yaitu bahwa tingkah laku agresif merupakan tingkah laku yang salusai.

Dalut (dalam Dayakisni, 2003) menjelaskan bentuk-bentuk agresi, yaitu: (1) Menyerang secara fisik (memukul, merusak, mendorong); (2) Menyerang dengan kata-kata; (3) Mencela orang lain; (4) Menyerbu daerah orang lain; (5) Mengancam melukai orang

lain; (6) Main perintah; (7) Melanggar milik orang lain; (8) Tidak menaati perintah; (9) Membuat permintaan yang tidak pantas atau tidak perlu; (10) Bersorak-sorak, berteriak atau berbicara keras pada saat yang tidak pantas; (11) Menyerang tingkah laku yang dibenci. Masih dalam Dayakisni (2003:214) yang mengutip dari Buss, bahwa agresi dikelompokkan menjadi delapan, yaitu : (1) Agresi fisik aktif langsung; (2) Agresif fisik pasif langsung; (3) Agresif fisik aktif tak langsung; (4) Agresif fisik pasif tak langsung; (5) Akresif verbal aktif langsung; (6) Agresif verbal pasif langsung; (7) Agresif verbal aktif tak langsung; (8) Agresif verbal pasif tak langsung.

Penelitian ini menggunakan metode dan desain penelitian pengembangan (*research and development*) dengan langkah-langkah: (1) persiapan pengembangan model; (2) merancang model hipotetik; (3) uji kelayakan model (validasi ahli dan praktisi); (4) perbaikan model hipotetik; (5) uji coba lapangan; (6) hasil akhir produk.

Subjek Penelitian Pada tahap ini dilakukan studi pendahuluan, subjek yang dipilih adalah siswa kelas XI jurusan Agrobisnis dengan jumlah 39 siswa, Pada tahap pengembangan dan validasi subjeknya adalah pakar bimbingan dan konseling sebanyak 2 orang dan 5 orang guru bimbingan dan konseling, Pada tahap uji coba model subjeknya sebanyak 10 siswa sebagai anggota kelompok.

Tahap pertama. Dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Prosedur kuantitatif dilakukan dengan menghitung persentase tingkat perilaku agresif siswa. Prosedur kualitatif dilakukan untuk

memaknai deskripsi kondisi objektif pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di sekolah.

Tahap kedua. Menggunakan prosedur kualitatif. Bentuk analisisnya adalah uji kelayakan model dengan mempertimbangkan masukan dari validator ahli dan praktisi.

Tahap ketiga. Dianalisis dengan prosedur kualitatif dan kuantitatif. Bentuk analisis kualitatif yang dilakukan adalah menelaah proses implementasi model yang dikembangkan. Analisis kuantitatif dilakukan dengan menghitung persentase perilaku agresif siswa setelah diberi model layanan yang dikembangkan.

Hasil dan Pembahasan

Layanan bimbingan kelompok sudah dilaksanakan di SMK Kristen Terang Bangsa akan tetapi kegiatan yang dilakukan pada setiap tahapannya belum sesuai dengan ketentuan formal pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sehingga efektivitas layanan belum tercapai secara optimal.

Tingkat perilaku agresif pada siswa SMK Kristen Terang Bangsa kelas XI jurusan Agrobisnis yang berjumlah 39 siswa, diperoleh jumlah rata-rata perilaku agresif siswa sebagai berikut: 40,11% siswa dengan perilaku agresif tinggi, 47,07% siswa dengan perilaku agresif sedang, 10,44% siswa dengan perilaku agresif kurang, dan 2,38% siswa dengan perilaku agresif rendah. Secara lebih spesifik tingkat perilaku agresif siswa yang menjadi anggota kelompok sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dengan

Tabel 1. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen	Tujuan
Pedoman wawancara	Mengetahui kondisi objektif pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMK Swasta Kota Semarang.
Pedoman observasi	1. Mengetahui kondisi objektif pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMK Swasta Kota Semarang. 2. Mengetahui pelaksanaan model layanan bimbingan kelompok dengan teknik <i>outbound</i> . 3. Mengetahui pengurangan perilaku agresif selama pelaksanaan <i>treatment</i> .
Lembar validasi	Uji kelayakan model hipotetik.
Skala perilaku agresif	1. Untuk memilih anggota kelompok secara heterogen. 2. Untuk mengetahui tingkat perilaku agresif siswa, sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik <i>outbound</i> .

teknik *outbound* dapat dilihat pada tabel 2.

Secara operasional proses pengembangan model layanan bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* untuk mengurangi perilaku agresif tersusun atas 6 komponen sebagai berikut : (1) Rasional, (2) Visi dan misi, (3) Tujuan, (4) Isi bimbingan Kelompok, (5) Pendukung sistem bimbingan kelompok, yang terdiri dari (a) pengembangan program, (b) pengembangan staf, (c) penataan kebijakan, prosedur dan petunjuk teknis, (6) Bimbingan kelompok dengan teknik *outbound*, yang terdiri dari: (a) tahap awal, (b) tahap peralihan, (c) tahap kegiatan, (d) tahap pengakhiran, (e) evaluasi dan tindak lanjut.

Hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan jumlah jenjang terkecil = 0 < dari T tabel = 8, sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak.

Berdasarkan analisis proses pelaksanaan model yang dikembangkan serta hasil yang dicapai oleh anggota kelompok membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMK Swasta Kota Semarang. Indikasi keberhasilan proses pelaksanaan layanan dapat dilihat dari peran yang dilaksanakan oleh konselor dan anggota kelompok pada setiap tahapan, baik tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran dimana pada setiap tahapan tersebut konselor berusaha menanamkan nilai-nilai *outbound* sehingga terinternalisasi dengan baik terhadap semua anggota kelompok. Sedangkan efektivitas layanan dibuktikan dari hasil skala perilaku agresif yang menunjukkan adanya penurunan hasil evaluasi awal dan

Tabel 2. Tingkat perilaku agresif pada siswa SMK kristen Terang Bangsa kelas XI

Anggota Kelompok	Frekuensi %	Eval. Awal	Kategori
APA	F %	184 86,79	T
AS	F %	110 51,89	K
DF	F %	123 58,02	K
JWP	F %	169 79,72	S
KT	F %	168 79,25	S
YPP	F %	128 60,38	K
BIHK	F %	184 86,79	T
JA	F %	90 42,45	R
MRT	F %	87 41,04	R
YDPW	F %	196 92,45	T
Rata-rata		143,9 67,88	S

Tabel 3. Indikator Sasaran

Kegiatan	Indikator Sasaran	Outbound
BKp 1	Kepemimpinan dan hubungan interpersonal	1. Permainan pembentukan: Ini nama ku. 2. Kegiatan inti: permainan Menara Goyang.
BKp 2	Kemampuan mengontrol emosi	1. Permainan pembentukan: Hai halo. 2. Kegiatan inti: permainan Raja dan ratu.
BKp 3	Berpikir positif pada orang lain	1. Permainan pembentukan: Mata telinga. 2. Kegiatan inti: permainan Hate and love.
BKp 4	Kemampuan berempati	1. Permainan pembentuka: Tepuk dibalas tepuk. 2. Kegiatan inti: permainan Mengusik kera.
BKp 5	Komunikasi	1. Permainan pembentuka: David says. 2. Kegiatan inti: permainan Gangplank.
BKp 6	Motivasi diri dan orang lain	1. Permainan pembentukan: Anthony dan Cleopatra 2. Kegiatan inti: permainan Lingkaran Mahkota.
BKp 7	Kerja sama	1. Permainan pembentuka: Hai halo. 2. Kegiatan inti: permainan Estafuit.
BKp 8	Pengelolaan diri	1. Permainan pembentuka: David says. 2. Kegiatan inti: permainan Tawon dan bunga.

evaluasi akhir pada skor total perilaku agresif. Penurunan perilaku agresif siswa adalah sebesar 44,4 poin atau sama dengan 20,94%. Selain itu dari hasil uji statistik *Wilcoxon* juga menunjukkan jumlah jenjang terkecil = 0 < dari T tabel = 8, sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Maka dapat diberikan makna bahwa model layanan bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* dengan melakukan kegiatan melalui permainan dan menghadirkan dinamika kelompok efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

Hasil penelitian dan pengembangan menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* dengan melakukan kegiatan melalui permainan dan menghadirkan dinamika kelompok, merupakan model yang efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Hal ini sesuai dengan pendapat Wibowo (2005:62) bahwa dinamika kelompok adalah suatu studi yang menggambarkan berbagai kekuatan yang menentukan perilaku anggota dan perilaku kelompok yang menyebabkan terjadinya gerak perubahan dalam kelompok untuk mencapai tujuan bersama yang telah ditetapkan.

Selanjutnya apabila dikaji dari pelaksanaan model bimbingan kelompok dengan

teknik *outbound* dengan kegiatan intinya adalah permainan dalam menghadirkan dinamika kelompok merupakan model yang efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa, maka hasil empiris ini sesuai dengan teori Freud dan Erikson dalam (Suwarjo, 2013:5) menyatakan bahwa bermain sangat bermanfaat untuk membentuk penyesuaian diri manusia, membantu anak mengatasi kecemasan dan konflik. Keyakinan tersebut didasarkan pada pandangan Freud dan Erikson bahwa karena ketegangan-ketegangan yang dimiliki anak dilepaskan pada saat bermain maka anak dapat mengatasi problem-problem hidup mereka. Senada dengan Santrock dalam (Suwarjo, 2013:5). Bermain memungkinkan anak melakukan gerakan-gerakan yang membutuhkan energi fisik dan melepaskan ketegangan-ketegangan yang terpendam.

Simpulan

Layanan bimbingan kelompok sudah dilaksanakan di SMK Swasta Kota Semarang tetapi kegiatan yang dilakukan pada setiap tahapannya belum sesuai dengan ketentuan formal pelaksanaan layanan bimbingan

kelompok. Rumusan model layanan bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* terdiri dari 6 komponen. Kelayakan model tersebut telah divalidasi oleh 2 pakar bimbingan dan konseling serta 5 praktisi/guru bimbingan dan konseling. Hasil uji kelayakan menunjukkan bahwa model yang dirancang layak untuk diimplementasikan di lapangan. Model layanan bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* terbukti efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMK Swasta Kota Semarang.

Daftar Pustaka

- Afani, Ifan. 2008. *Evaluasi Efektifitas Pelatihan Outbound : Studi Kasus di Training Centre sebuah Bank Swasta*. Tesis. Jakarta: Program Pasca Sarjana UI
- Alwisol. 2007. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press
- Dayakisni. 2009. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Muhammad, As'adi. 2009. *The Power Of Outbound Training*. Cet I. Yogyakarta: Power Books (IHDINA)
- Nurihsan, A.J. 2005. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama
- Prayitno & Amti, E. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Suwarjo & Eva. 2013. *Permainan (Games) dalam Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Paramita Publishing
- Taufiq, A.Imam. 2010. *Panduan Outbound Seru*. Cet I. Yogyakarta: media pressindo
- Uygulama, E. K. 2009. *Effectiveness of a Group Guidance Program on Realistic Study Field Choice Among First Year High School*. *Journal of Theory and Practice in Education*. ISSN: 1304-9496, Vol. 5, p. 67-84 (diunduh Mei 2012)
- Wibowo. M.E. 2005. *Konseling Perkembangan Paradigma Baru dan Relevansinya di Indonesia*. Semarang: Unnes Press