
Efektifitas Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII D Di Mts Hasyim Asy'ari Bojong

Ira Palupi Inayah Ayuningtyas¹, Jati Rinakri Atmaja², Mohamad Furqon³, Ziyanatul Hasanah⁴

STKIP Nahdlatul Ulama Tegal, Indonesia¹⁻⁴

Email Korespondensi: irabkstkip@gmail.com, jatira74@gmail.com, ziyanhasanah2201@gmail.com, masfurqon@stkipnutegal.ac.id

Article received: 20 Maret 2026, Review process: 24 Maret 2026,

Article Accepted: 31 Maret 2026, Article published: 13 April 2026

ABSTRACT

This research is to determine the effectiveness of group guidance on sociodrama techniques to increase student adjustment. This research was carried out based on the phenomenon that existed in class VII D MTs Hasyim Asy'ari Bojong which showed a low level of student self-adjustment based on the results of the pre-test scores. The research method used was pre-experimental with a one group pre-test-post-test design. The research sample consisted of 10 students taken using purposive sampling technique. Data collection was carried out using psychological adjustment scale indicators based on Schneider's theory which had been tested for validity and reliability with the results of 50 items being declared valid. The data analysis technique used is the paired sample t-test. The research results show that there is a significant increase in students' self-adjustment after being provided with sociodrama technical group guidance services. This is proven by the difference in the pretest score with an average result of 120 and the posttest increased with an average result of 135. From the results of hypothesis testing using the paired sample t test, it was found that (Ha) was accepted and (Ho) was rejected because sig (2 tailed) = 0.000 < 0.05. It can be concluded that sociodrama technique group guidance is effective in improving students' self-adjustment.

Keywords: sociodrama techniques, group guidance, adjustment

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui keefektifan bimbingan kelompok teknik sociodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri pada siswa. Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena yang ada di kelas VII D MTs Hasyim Asy'ari Bojong yang menunjukkan tingkat penyesuaian diri siswa rendah berdasarkan dari hasil nilai pre-test. Metode penelitian yang digunakan yaitu pre-eksperimental dengan desain bentuk one group pre-test-post-test. Sampel penelitian terdiri dari 10 siswa yang diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan indikator skala psikologis penyesuaian diri berdasarkan teori dari schneiders yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan hasil 50 item dinyatakan valid. Teknik analisis data yang digunakan yaitu dengan uji berpasangan (paired sample t-test). Adapun dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam penyesuaian diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik sociodrama. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan dari skor pretest dengan hasil rata rata 120 dan posttest meningkat dengan hasil rata rata 135. Dari hasil uji hipotesis menggunakan uji t paired sample menghasilkan bahwa (Ha) diterima dan (Ho) ditolak karena sig (2 tailed)

= 0,000 < 0,05. Dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Kata Kunci: Teknik sosiodrama, Bimbingan Kelompok, Penyesuaian diri

PENDAHULUAN

Manusia bukan hanya sebagai makhluk individu, tetapi juga merupakan makhluk sosial. Hal ini menjelaskan bahwa manusia tidak dapat hidup sendirian dan terus menerus bergantung, berhubungan dan berinteraksi dengan orang lain. Sependapat dengan Gerungan dalam Irwan (2023) pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa bergantung pada interaksi dengan manusia lain untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri. Hal ini menandakan bahwa hubungan yang dimaksud adalah keterkaitan antara satu individu bersama individu lainnya, dimana mereka saling memengaruhi, membentuk sebuah proses yang disebut interaksi sosial.

Interaksi sosial yang terjadi antar sesama individu dapat terjadi di lingkungan keluarga, lingkungan kerja dan dapat terjadi di lingkungan sekolah. Interaksi sosial yang terjadi disekolah yaitu seperti bermain dengan teman sebaya, berdiskusi kelompok dan masih banyak lainnya. Berdasarkan perspektif perkembangan manusia, kebutuhan akan interaksi sosial paling menonjol terjadi pada masa remaja (Nilakusmawati, 2020).

Masa remaja ditandai sebagai masa transisi yang dilalui oleh anak-anak untuk mencapai tahap dewasa. Selama masa remaja, individu menghadapi tantangan dan rasa ingin tahu tentang cara membangun hubungan dan menyesuaikan diri agar dapat diterima oleh lingkungan sosial mereka. Menurut Hurlock dalam Saputro (2021) Penyesuaian diri adalah salah satu tantangan perkembangan tersulit pada masa remaja.

Menurut Alidan dalam Laila (2022) Penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk mengembangkan diri, sehingga dorongan emosi dan kebiasaan dapat dikendalikan dan diarahkan. Kemampuan menyesuaikan diri merupakan salah satu keterampilan yang dibutuhkan agar seseorang dapat diterima di lingkungannya dan berkembang secara optimal. Menurut Suherman (2022) Penyesuaian diri adalah upaya terus-menerus untuk mengubah perilaku individu guna mencapai hubungan yang lebih baik dan harmonis antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Siswa yang mampu beradaptasi dengan baik akan mendapatkan kepuasan terhadap dirinya dan lingkungannya. Namun sebaliknya, siswa yang tidak mampu beradaptasi akan mengalami berbagai konflik dengan lingkungannya dan tidak mampu merasa puas dengan dirinya sendiri (Marimbun, 2022).

Berdasarkan hasil pra penelitian yang dilakukan di MTS Hasyim Asy'ari Bojong dan data dari guru bimbingan dan konseling terdapat berbagai macam aspek permasalahan yang terjadi akibat dari ketidakmampuan siswa dalam menyesuaikan diri. Permasalahan penyesuaian diri rata-rata terjadi pada siswa baru khususnya dikelas VII D dengan perilaku yang menunjukkan bahwa beberapa siswa lebih suka menyendiri dikelas daripada berinteraksi dengan teman sebayanya, kesulitan dalam memahami pelajaran karena cenderung malu dan takut bertanya

kepada teman dan gurunya, tidak berangkat sekolah karena belum merasa nyaman di sekolah barunya.

Dalam menghadapi permasalahan penyesuaian diri siswa, diperlukan upaya nyata untuk mengatasi hambatan-hambatan yang mengganggu perkembangan siswa dalam proses penyesuaian diri mereka. Menurut Wahyuni dalam Hidayat (2023) ketidakberhasilan dalam melakukan penyesuaian diri dapat mengarah pada penyesuaian yang tidak tepat. Penyesuaian diri yang salah ditandai oleh berbagai perilaku yang keliru, tidak terarah, emosional, serta sikap yang tidak realistis dan agresif. Sebagai guru bimbingan dan konseling atau konselor mempunyai peran untuk membantu siswa meningkatkan penyesuaian diri mereka. Salah satu bantuan yang diberikan yaitu pemberian layanan bimbingan kelompok.

Menurut Nurhidayati dalam Ulfatun (2021) bimbingan kelompok dapat membantu memecahkan dan menyelesaikan permasalahan penyesuaian diri dan membantu individu memahami kebutuhan dan masalah penyesuaian diri mereka. Bimbingan kelompok dapat berfungsi sebagai sarana bagi siswa yang cenderung berkumpul dengan teman sebaya sehingga mereka memiliki kesempatan untuk mencontoh atau meniru hal-hal positif yang terjadi dalam kelompok. Pemberian layanan bimbingan kelompok dianggap lebih efektif karena prosesnya dilakukan secara kolektif di waktu dan tempat yang sama. Para ahli juga mendukung penggunaan bimbingan kelompok sebagai terapi untuk mengatasi permasalahan remaja, karena karakteristik bimbingan kelompok sesuai dengan kepribadian remaja (Fatimah, 2020).

Terdapat berbagai macam metode bimbingan kelompok yang dapat digunakan. Teknik sosiodrama merupakan salah satu metode yang dianggap efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Teknik sosiodrama memiliki manfaat dalam mengembangkan kemampuan siswa untuk mengekspresikan diri, merasakan emosi, serta menggali imajinasi dan kreativitas. Teknik ini memungkinkan siswa menyalurkan ekspresi mereka melalui kegiatan yang menyenangkan sekaligus mengajarkan kerjasama. Dengan sosiodrama, siswa belajar berkomunikasi secara efektif melalui peran yang dimainkan, serta melatih kemampuan mereka dalam memecahkan masalah dan membangun hubungan baik dengan orang lain (Dina, 2020). Hal ini membantu siswa mengatasi kesulitan mereka dalam memecahkan masalah, sehingga memudahkan proses penyesuaian diri di sekolah mereka. Untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, dalam proses penelitian ini akan lebih banyak dilakukan oleh siswa-siswa yang akan bermain peran.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk membahas tentang efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII D di MTs Hasyim Asy'ari Bojong.

METODE

Metode penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif, dengan menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental* dalam bentuk *one group pretest posttest design*. Menurut Herlina (2018) Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai pendekatan yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh

perlakuan terhadap variabel lain dalam kondisi tertentu. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pre-test and post-test*.

Tabel 1. **Desain Penelitian**
Pola Desain One Group Pre-test dan Post-test

Pre - test	Treatment	Post - test
O1	X1, X2, X3	O2

Pertama peneliti Melaksanakan *pre-test* yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana penyesuaian diri siswa kelas VII D di MTS Hasyim Asy'ari Bojong sebelum diberikan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok. *Pre-test* ini dilakukan pada pertemuan pertama sebelum treatment dimulai. Instrumen yang digunakan berupa panduan kuesioner yang mencakup indikator penyesuaian diri. Hasil pretest akan digunakan sebagai pembanding untuk posttest. Kemudian pemberian *treatment* merujuk pada penerapan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok yang dilakukan oleh peneliti dengan sampel yang telah ditentukan sebelumnya. *Treatment* ini diberikan pada 3 sesi pertemuan. Disetiap pertemuan diberikan waktu 40 menit dengan evaluasi di akhir setiap sesi. Lalu pemberian post test untuk mengukur sejauh mana bimbingan kelompok Teknik sosiodrama meningkatkan penyesuaian diri siswa. Hasil pre-test dan post-test dianalisis dengan uji T paired sample dengan bantuan program aplikasi SPSS for windows versi 22.

Populasi yang akan diteliti yaitu seluruh siswa kelas VII di MTs Hasyim Asy'ari, yang terdiri dari 165 siswa. Sedangkan sampel yang akan digunakan yaitu sebanyak 10 siswa kelas VII D yang memiliki masalah penyesuaian diri. Pengambilan sampel tersebut menggunakan Teknik *purposive sampling*, mengingat ukuran populasi dalam penelitian ini dan keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti. Dan 10 orang yang memiliki penyesuaian diri terendah kemudian dikelompokkan untuk membentuk layanan bimbingan kelompok.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini diantaranya yaitu:

1. Skala Psikologis

Skala psikologis merupakan Teknik pengumpulan data atau informasi ini menggunakan angket yang berisi pertanyaan yang ditujukan kepada individu atau kelompok (Cahyo dan Riana, 2019). Pernyataan dalam skala psikologis terdiri dari pernyataan positif dan negatif. Pernyataan positif yaitu pernyataan yang mendukung dan sesuai dengan deskripsi indikator seperti masalah social yang umumnya terjadi pada kehidupan sehari hari termasuk tentang masalah penyesuaian diri baik yang sedang mengalaminya atau tidak. Sementara pernyataan negative yaitu pernyataan yang mencerminkan ketidaksetujuan terhadap uraian indikator. Skala likert dipilih dalam penelitian ini sehingga alternative jawaban yang digunakan ada 4 seperti SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju),STS (Sangat Tidak Setuju). Dalam penelitian ini peneliti melakukan 2x penyebaran skala psikologis atau kuesioner yaitu pada saat sebelum *treatment*

bimbingan kelompok Teknik sosiodrama (*pretest*) dan pada saat sesudah *treatment* bimbingan kelompok Teknik sosiodrama (*posttest*).

2. Observasi

Observasi yaitu teknik pengumpulan data di mana peneliti melakukan pengamatan langsung maupun tidak langsung terhadap objek yang diamati, dan mencatatnya menggunakan alat observasi (Akhsanulhaq, 2019). Dalam penelitian ini observasi dibantu dengan guru bimbingan konseling dan dilakukan selama 3 kali pertemuan yaitu pada saat sebelum diberikan *treatment* (*pretest*), pemberian *treatment* dan sesudah diberikan *treatment* (*posttest*).

3. Wawancara

Wawancara yaitu pertemuan antara dua orang yang saling mendiskusikan topik tertentu dan gagasan melalui sesi tanya jawab, sehingga dapat membangun pemahaman mengenai suatu topik tertentu. (Pratiwi, 2023). Dalam penelitian ini yang menjadi narasumber yaitu guru bimbingan konseling di MTs Hasyim Asy'ari Bojong dan beberapa siswa kelas VII D MTs Hasyim Asy'ari Bojong guna mendapatkan data mengenai penyesuaian diri siswa secara lebih akurat.

Teknik analisis data yaitu cara mengumpulkan data yang berkaitan dengan responden, mentabulasi nilai, menyajikan hasil data dan menghitung total skor data responden. Dalam penelitian ini data responden dikumpulkan, ditabulasi, disajikan dan dihitung dari hasil kuesioner, dokumentasi dan observasi. (Sugiyono, 2012). Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji deskriptif dan uji hipotesis. Menurut Sugiyono (2019) uji deskriptif adalah bagian dari metode penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan fenomena atau objek penelitian secara sistematis, faktual, dan akurat. Analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan IBM SPSS 22 (Statistical Package for the Social Sciences) yang menjadi alat untuk menganalisis statistik data. Sementara uji hipotesis dilakukan untuk menilai klaim atau asumsi mengenai parameter populasi dengan menganalisis data dari sampel yang telah diambil (Dinatha, 2025). Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan uji normalitas dan uji t paired sampel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil nilai pretest siswa kelas VI D diperoleh rata rata skor sebesar 120 dan setelah diberikan *treatment* bimbingan kelompok Teknik sosiodrama mengalami peningkatan nilai posttest dengan rata rata sebesar 135.

Tabel 2. Skor pretest dan posttest

No	Nama	Total nilai	
		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	RF	118	134
2	HM	125	133
3	FZ	116	136
4	TM	118	133
5	NI	121	134

6	SR	120	136
7	SP	123	137
8	KS	118	133
9	VY	119	136
10	SA	121	135
Rata rata		120	135

Hal ini mengasumsikan bahwa siswa sudah mampu menyesuaikan diri dengan baik di sekolah. Siswa yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik telah belajar untuk menyikapi diri sendiri dan lingkungan secara matang, serta dapat mengatasi kesulitan pribadi dan sosial. Akibatnya, siswa merasa nyaman dan tenteram dalam belajar, yang berpengaruh positif terhadap keberhasilan belajarnya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Berdasarkan hasil uji hipotesis penelitian menggunakan uji normalitas dengan menggunakan sig dibagian *Shapiro-Wilk* karena sampel kurang dari 50. Dapat dilihat pada table dibawah ini.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statist	Df	Sig.	Statist	Df	Sig.
Pretest						
Posttest						

Dari hasil data diatas menunjukkan bahwa nilai hasil uji atau sig dari data *pretest* diperoleh yaitu sebesar 0,569 yang mana (>) lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data *pretest* berdistribusi normal. Begitupun hasil nilai uji atau sig *post test* yang menunjukkan hasil sebesar 0,138 yang mana (>) lebih besar dari 0,05. maka dapat disimpulkan juga data *posttest* berdistribusi normal.

Berdasarkan dari hasil uji *paired sample t test* dengan membandingkan skor *pretest* sebelum diberikan treatment bimbingan kelompok teknik sosiodrama, dan skor *post-test* setelah diberikan treatment bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Dapat dilihat dibawah ini.

Tabel. 4 Hasil Uji Paired Sample T-test
Paired Samples Test

	Paired Differences	T	Df	Sig. (2-tail)
	95% Confidence Interval of the Difference			
	Upper			

Pair 1	Sebelum - Sesudah		-11	-13		
--------	----------------------	--	-----	-----	--	--

Berdasarkan tabel *paired sampel t-test* diatas, nilai t sebesar -15.525 dengan signifikan 0,000 yang menunjukkan bahwa nilai signifikan (*2 tailed*) < 0,05. Hali ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara *Pretest* dan *Posttest*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak karena $\text{sig} (2 \text{ tailed}) = 0,000 < 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa penerapan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama terbukti efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII D di MTs Hasyim Asy'ari Bojong.

Tingkat penyesuaian diri siswa kelas VII D di MTs Hasyim Asy'ari Bojong sebelum diberikan treatment bimbingan kelompok teknik sosiodrama berada pada kategori sedang dan rendah. Terdapat 10 siswa dengan tingkat penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah yang di tandai dengan siswa mungkin mengalami kesulitan dalam memahami perasaan orang lain atau mengekspresikan perasaan mereka sendiri. Kondisi fisik juga dapat mempengaruhi penyesuaian diri. Hal ini menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri yang akan mengganggu prestasi akademiknya. Siswa mungkin juga memiliki hambatan dalam menyesuaikan diri dengan norma dan nilai yang berlaku di sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data penyesuaian diri siswa kelas VII D di MTs Hasyim Asy'ari Bojong, setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, terjadi peningkatan yang signifikan. Peningkatan penyesuaian diri sangat penting bagi setiap individu, baik yang memiliki tingkat penyesuaian diri rendah maupun tinggi. Dalam konteks ini, individu dengan tingkat penyesuaian diri rendah memerlukan peningkatan untuk mencapai tujuan akhir, yaitu prestasi yang optimal. Peningkatan penyesuaian diri dapat dilakukan melalui pemberian bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama.

Dalam penelitian ini, fokus permasalahan adalah penyesuaian diri. Untuk mengatasi masalah penyesuaian diri, digunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama memberikan manfaat dalam mengembangkan kemampuan mengekspresikan dan mengevaluasi emosi, memungkinkan siswa mengembangkan imajinasi kreatif, dan mendorong siswa untuk mengubah ekspresi mereka menjadi kegiatan yang menyenangkan dan bekerja sama. Penggunaan teknik sosiodrama meningkatkan empati terhadap 94 orang lain dan memudahkan individu untuk membangun berhubungan dengan orang lain (Maulina, 2020).

Dengan bermain drama siswa terlihat mampu untuk mengekspresikan dirinya, terbuka dengan orang lain, dapat membaur dengan teman sebayanya, aktif dan berani mengemukakan pendapat dan mampu untuk membina hubungan sosial dengan orang lain serta menunjukkan sikap peduli dengan sesama. Dengan demikian, penerapan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama terbukti efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII D di MTs Hasyim Asy'ari Bojong.

SIMPULAN

Tingkat penyesuaian diri siswa kelas VI D di MTs Hasyim Asy'ari Bojong sebelum diberikan treatment bimbingan kelompok teknik sosiodrama mendapatkan nilai pretest dengan rata-rata 120 dan setelah dilakukan treatment sebanyak 3 kali pertemuan mendapatkan peningkatan yang signifikan. Dengan perolehan rata-rata nilai post test sebesar 135.

Perbedaan ini juga dapat dilihat dari hasil uji paired sample t test yang menghasilkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak karena $\text{sig} (2 \text{ tailed}) = 0,000 < 0,05$. Artinya bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri pada siswa kelas VII D MTs Hasyim Asy'ari Bojong.

DAFTAR RUJUKAN

- Ahsanulhaq, M. (2019). Membentuk karakter religius peserta didik melalui metode pembiasaan. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 2(1).
- Cahyo, Karno Nur, Eri Riana. (2019). "Perancangan Sistem Informasi Pengelolaan Kuesioner Pelatihan Pada PT Brainmatics Cipta Informatika" 1 (1): 45-53.
- Darna, Nana, and Elin Herlina. "Memilih metode penelitian yang tepat: bagi penelitian bidang ilmu manajemen." *Jurnal Ekonologi Ilmu Manajemen* 5.1 (2018): 287-292.
- Dinatha, J. P., Iqbal, A., & Parhusip, J. (2025). ANALISIS PERBEDAAN INTENSITAS PENGGUNAAN SMARTPHONE MAHASISWA PADA WEEKDAYS DAN WEEKEND. *JATI (Jurnal Mahasiswa Teknik Informatika)*, 9(1), 68-75.
- Dina Maulina, Suhertina. (2020). Teknik, Efektivitas, Sosiodrama Dalam, Layanan Bimbingan, Kelompok Untuk, Meningkatkan Penyesuaian, Diri Siswa,. 1 1" 1 (2): 90-98.
- Fatmah k, Fatimah. (2020). "Efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri santri di pondok pesantren darul hijrah putri". *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*. Vol.2 No.1
- Hidayat Prayoga Bagas, Handayani, Widharto. (2023). "Peran Dukungan Sosial Guru BK Dengan Penyesuaian diri Siswa" 7 (2): 342-48.
- Irwan Topik, Ecep Supriatna, yuliani.(2023)."Uji Validitas dan Realibilitas Angket Interaksi Sosial" *Jurnal Fokus*. Vol 6 No 4
- Laia, Bestari, Bonifasi Daeli. (2022). "Hubungan Kematangan Emosional Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Faomasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat" 2 (2).
- Marimbun, Sabrida Ilyas, Nanda Fitria Ulfa. (2022). "Hubungan Self Management dengan Penyesuaian diri Siswa". "JUANG: Jurnal Wahana Konseling (" 5 (1): 20-33.
- EA Anjasari, I Srinadi, DPE Nilakusmawati. (2020). "Hubungan kecanduan bermain game online terhadap interaksi sosial pada remaja". *E-Jurnal Matematika* Vol. 9(3).
- Nuraini Ulfatun, Supardi, Hartati.(2021)."Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan teknik talking chip terhadap penyesuaian diri siswa SMAN I Juwana". *Jurnal*

sosial dan sains. Vol.1 No.7

- Nurfauziah, Sarah, and Maya Masyita Suherman. "Gambaran Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII Smp Negeri 2 Soreang." *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan* 5.1 (2022): 44-49.
- Saputro, Yusup Adi, Rini Sugiarti. (2021). "Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Kelas X" 5:59-72.
- Pratiwi, E. A., Witono, A. H., & Jaelani, A. K. (2022). Keterampilan Komunikasi Siswa Kelas V SDN 32 Cakranegara Kecamatan Sandubaya Kota Mataram Tahun Ajaran 2021/2022. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(3b), 1639-1646