

PENGARUH TEKNIK MODELING MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN CITRA DIRI SISWA KELAS VII SMP MUHAMMADIYAH 16 LUBUK PAKAM

Nurmaya Badri¹, Sri Ngayomi Yudha Wastuti²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email: sringayomi@gmail.com

Abstrak

Permasalahan terkait citra diri sering terjadi di kalangan remaja yaitu tingkat pendidikan SMP. Siswa pada tahap remaja pada permasalahan Citra diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik modeling melalui bimbingan kelompok untuk meningkatkan citra diri siswa di SMP Muhammadiyah 16 Lubuk Pakam. Metode yang digunakan dalam penelitian ini eksperimen yaitu one group pretest dan posttest design melalui pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas VII dan kelas VIII yang berjumlah 63 siswa SMP Muhammadiyah 16 Lubuk Pakam, dan sampel berjumlah 10 siswa yang berada pada kelas VII ditentukan dengan menggunakan teknik sampling purposive. Penggunaan instrumen dalam penelitian ini berupa pengumpulan data melalui observasi dan angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa citra diri siswa sebelum diberikan perlakuan (pre-test) cenderung rendah dengan skor rata-rata 33,75. Setelah diberikan perlakuan (post-test) citra diri siswa cenderung meningkat dengan skor rata-rata 80,75 dari hasil perhitungan melalui bantuan SPSS versi 26. Terdapat kriteria tolak H_0 dan terima H_a apabila probabilitas (sig. 2 tailed) $< \alpha$, ($\alpha = 0,05$), hasil menunjukkan angka probabilitas (sig-2 tailed) siswa sebesar (0,000) atau probabilitas dibawah alpha 0,05 ($0,000 < 0,05$), Dari hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Demikian dengan kata lain layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling berpengaruh untuk meningkatkan citra diri siswa.

Kata Kunci: Teknik Modeling, Layanan Bimbingan Kelompok, Citra Diri

Abstract

Problems related to self-image often occur among teenagers at junior high school level. Students at the adolescent stage on self-image problems. This research aims to determine the effect of modeling techniques through guidance groups to improve students' self-image at SMP Muhammadiyah 16 Lubuk Pakam. The method used in this research is experimental, namely one group pretest and posttest design using a quantitative approach. The population in this study was class VII and class VIII, totaling 63 students at SMP Muhammadiyah 16 Lubuk Pakam, and a sample of 10 students in class VII was determined using a purposive sampling technique. The use of instruments in this research is data collection through observation and questionnaires. The research results showed that students' self-image before being given treatment (pre-test) tended

to be low with an average score of 33.75. After being given treatment (post-test), students' self-image tends to increase with an average score of 80.75 from the results of calculations using SPSS version 26. There are criteria for rejecting H_0 and accepting H_a if the probability (sig. 2 tailed) $< \alpha$, ($\alpha = 0.05$), the results show a probability number (sig-2 tailed) for students of (0.000) or a probability below alpha 0.05 ($0.000 < 0.05$). From these results, H_0 is rejected and H_a is accepted. Likewise, in other words, group guidance services using modeling techniques have the effect of improving students' self-image.

Keywords: Modeling Techniques, Group Tutoring Services, Self Image

PENDAHULUAN

Siswa yang berada pada tahap remaja sering dihadapkan pada masalah penyesuaian diri, apalagi bagi siswa yang baru masuk sekolah menengah pertama dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya. Dalam proses penyesuaian, remaja seringkali dihadapkan pada masalah penerimaan dan penolakan dalam pergaulannya. Tingkah laku yang ditampilkan adalah selalu ingin tampil keren, gaul, dan bisa melakukan apa saja tanpa ragu. Tapi yang lebih penting bagaimana mewujudkan mimpi. Kemungkinan lain, hal yang terkadang tidak terpikirkan dan juga menjadi inti permasalahan sebagian remaja, adalah mengalami kebingungan saat ingin melakukan sesuatu. Kebingungan bukan tentang keberanian untuk melakukan atau mencoba, tetapi yang sulit adalah tidak tahu bagaimana memulai melakukan sesuatu, atau tidak tahu harus mulai dari mana untuk melakukan sesuatu. Akhirnya tidak tahu harus berbuat apa.

Pergaulan sosial yang terjadi pada saat ini mempengaruhi remaja untuk berkembang. Salah satunya adalah meningkatkan hubungan dengan teman sebayanya agar mendapat pengakuan dan diterima di masyarakat. Fenomena ini terjadi karena para remaja ingin mendapatkan banyak teman dan dipandang positif bagi orang lain. Hal ini tidak lepas dari peranan citra diri yang ada pada remaja tersebut (Ramadhani & Putrianti, 2017).

Citra diri sering disebut sebagai cermin diri, citra diri adalah cara individu melihat diri sendiri dan berpikir mengenai diri individu sekarang atau saat ini. Citra tubuh adalah kumpulan sikap individu yang di sadari dan tidak disadari terhadap tubuhnya. Termasuk persepsi perasaan masa lalu dan sekarang tentang ukuran, fungsi, penampilan, dan potensi awal terbentuknya citra tubuh berkaitan dengan penampilan fisik dan daya tarik. Lebih dari 50% anak laki-laki memiliki citra diri negatif dan hampir setengahnya memiliki citra diri positif. Anak laki-laki menunjukkan citra diri positif sebesar 47% dan negatif sebesar 53%. Pada anak perempuan menunjukkan lebih dari 50% memiliki citra diri positif dan hampir setengahnya memiliki citra diri negatif. Anak perempuan menunjukkan citra diri positif sebesar 54% dan negatif sebesar 46% Marhamah & Okatiranti (dalam Amma et al., 2017).

Interaksi sosial yang terjadi saat ini mempengaruhi remaja mengembangkan. salah satu diantara mereka adalah untuk meningkatkan interaksi tertib dengan teman sebaya diakui dan diterima terdaftar. Fenomena ini terjadi karena remaja inginkan mendapatkan banyak teman dan Dipandang positif oleh orang lain, Hal ini tidak terlepas dari peran Citra Diri. Citra diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri sebagai makhluk yang berfisik, sehingga citra diri sering dikaitkan dengan karakteristik-karakteristik fisik termasuk didalamnya penampilan seseorang secara umum. Citra diri seperti yang dijelaskan Wibowo (2007) memberikan definisi citra diri sebagai gambaran seseorang terhadap diri sendiri atau pikiran seseorang tentang pandangan orang lain terhadap dirinya, terkait dengan

bagaimana cara seseorang memandang dirinya dan bagaimana berpikir tentang penilaian orang lain terhadapnya Wibowo (2007) (dalam Hasim et al., 2022).

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara dengan guru BK di SMP Muhammadiyah 16 Lubuk Pakam fenomena yang terjadi, siswa mengalami perubahan yang cepat secara emosional, intelektual, dan yang paling nyata secara fisik. Perubahan fisik remaja terlihat sekali, bahkan jadi lebih tinggi dan berat dibandingkan sebelumnya. Masa kanak-kanak berangsur-angsur tumbuh menjadi anak remaja dan berubah secara emosional, yang sebagian emosi berkaitan dengan perubahan fisik yang sedang terjadi. Perkembangan fisik merupakan suatu hal yang dianggap penting bagi remaja. Penampilan diri yang tidak sesuai dengan yang diinginkan biasanya menjadi hambatan dalam memperluas ruang gerak pergaulan, sehingga hal tersebut menjadi sumber kesulitan. Jadi menurut fenomena yang terjadi di atas remaja yang tangguh yang memiliki citra diri tentu akan memiliki kemajuan cara berpikir yaitu dengan melakukan evaluasi dan perbaikan terhadap berbagai kondisi penurunan yang terjadi sebelumnya baik dalam hal fisik, maupun penampilannya.

Bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing /konselor yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan Sukardi (dalam Lilliek Suryani, 2017). Pertama dengan bimbingan kelompok, anggota kelompok dapat berinteraksi dan saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, saran, dan sebagainya. Dengan interaksi dalam bimbingan kelompok, sikap-sikap negatif siswa seperti pemalu, suka memotong pembicaraan orang lain dan tidak menghargai akan terlihat sehingga pemimpin kelompok dapat memberikan informasi tentang sikap-sikap positif kepada siswa yang memiliki kekurangan tersebut. Kedua dengan bimbingan kelompok siswa dapat saling memahami antar anggota kelompok sehingga timbul sikap percaya. Sikap percaya inilah yang membuat siswa dapat terbuka untuk mengutarakan isi hatinya. Ketiga dalam bimbingan kelompok siswa dilatih untuk mengkomunikasikan pikiran dan perasaan secara tepat dan jelas sehingga secara tidak langsung semua anggota kelompok dapat berlatih untuk berkomunikasi. Keempat dalam bimbingan kelompok, anggota kelompok dilatih untuk mampu memecahkan konflik dan bentuk-bentuk masalah antar pribadi lain yang mungkin muncul dalam komunikasi dengan orang lain melalui cara-cara yang konstruktif. Dalam bimbingan kelompok terdapat dinamika kelompok yang dapat memunculkan interaksi positif sehingga diharapkan secara optimal siswa dapat mengalami perubahan dan mencapai peningkatan yang positif setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok (Erlangga, 2017)..

Teknik modeling merupakan suatu teknik dalam bimbingan dan konseling yang dipelajari melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisasi berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif. Teknik modeling adalah proses bagaimana individu belajar dari mengamati orang lain. Dalam mengembangkan budaya sopan santun menggunakan teknik modeling dirasa mampu untuk kembali menerapkan budaya kesopanan dengan beberapa jenis teknik modelling Bandura (dalam Dian Bowo Saputro, Awik Hidayati, 2020).

Berdasarkan uraian di atas, tujuan dalam penelitian ini adalah Untuk mengetahui bagaimana perbedaan citra diri siswa sebelum diberikan teknik modeling melalui bimbingan kelompok. Untuk mengetahui bagaimana perbedaan citra diri siswa sebelum diberikan teknik modeling melalui bimbingan kelompok. Untuk mengetahui

bagaimana perbedaan citra diri siswa sebelum diberikan teknik modeling melalui bimbingan kelompok.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa SMP Muhammadiyah 16 Lubuk Pakam yang terdiri dari 2 kelas VII yang berjumlah 68 siswa. Sampel dalam penelitian ini menggunakan Purposive Sampling, berdasarkan kriteria penarikan sampel maka jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 10 siswa. Teknik pengumpulan data diantaranya observasi, kuesioner, wawancara dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

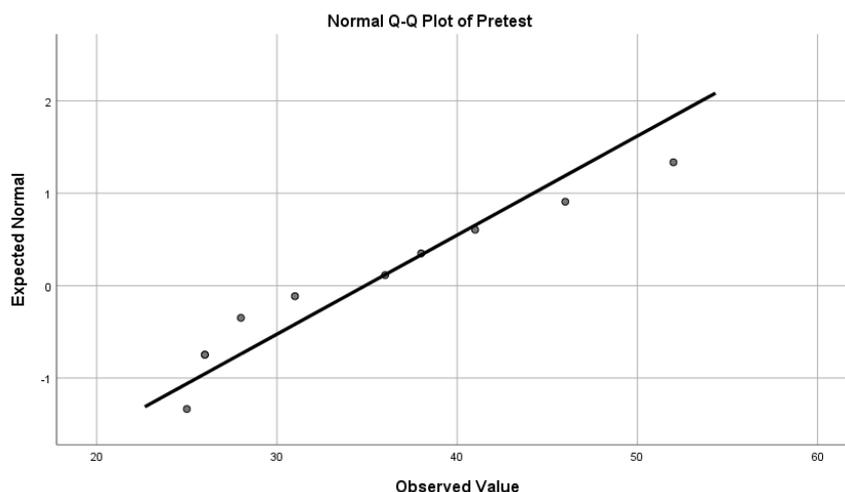
Uji Normalitas

Uji ini dilakukan untuk menguji asumsi normalitas data. Dimana dalam uji ini, tidak menimbulkan perbedaan persepsi di antara satu pengamat dengan pengamat yang lain, yang sering terjadi pada uji normalitas dengan menggunakan grafik, sehingga uji ini disebut lebih sederhana. Pada uji ini, dikatakan normal apabila nilai sig > 0,5 dan dikatakan tidak normal apabila nilai sig < 0,5.

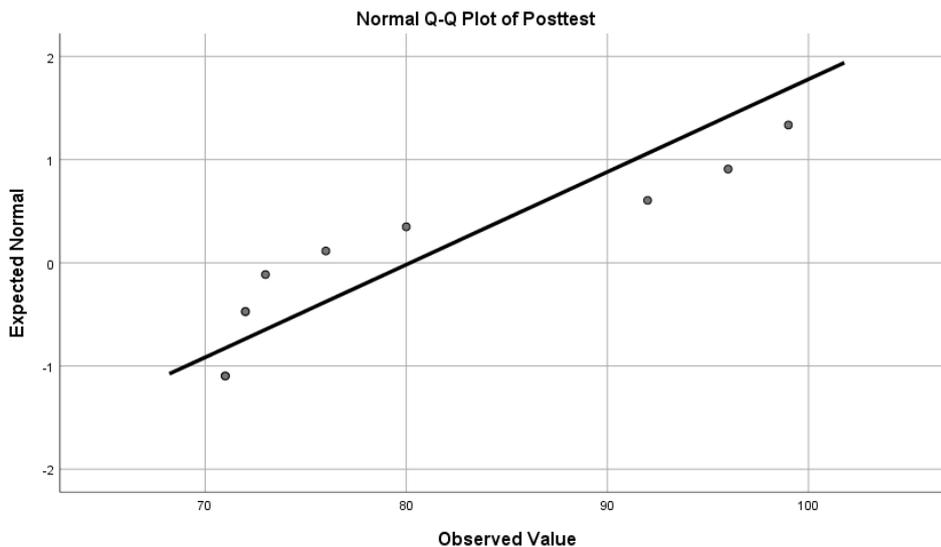
Tabel 1 Hasil Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	.170	10	.200*	.911	10	.291
Posttest	.247	10	.085	.790	10	.011

Berdasarkan hasil data yang diperoleh diketahui nilai Sig. pada kolom shapiro-wilk memiliki nilai > 0,05 yaitu Pre-test sebesar 0,291 dan Post-test sebesar 0,011. Sehingga memiliki kesimpulan data telah berdistribusi normal dan dilakukan pengujian paired sample t-test selanjutnya.



Gambar 1 Grafik Normalitas Pre-test



Gambar 2 Grafik Normalitas Pre-test

Grafik diatas menunjukkan bahwa hasil pretest maupun posttest dapat dikatakan normal, Sehingga memiliki kesimpulan data telah berdistribusi normal dan dilakukan pengujian paired sample t-test selanjutnya.

Pengujian Hipotesis

Untuk pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan Rumus Uji T yang dengan menggunakan bantuan SPSS Statistic Versi 26. Paired sample t-test digunakan untuk menguji hipotesis penelitian mengenai pengaruh dari masing-masing variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat.

- 1) Jika nilai sig < 0,05 menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan maka terdapatnya pengaruh variabel x dan variabel y
- 2) Jika nilai sig > 0,05 menunjukkan tidak terdapatnya perbedaan yang signifikan, ini menunjukkan tidak terdapat pengaruh variabel x dan variabel y.

Adapun pengambilan dari uji t ialah jika nilai sig (2-tailed) < 0,05 maka H_a diterima dan H_0 ditolak, berikut ini adalah hasil uji hipotesis sebagai berikut:

Tabel 2 Statistik Sampel

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	34.90	10	9.327	2.949
	Posttest	80.20	10	11.134	3.521

Pada paired sampel statistics kolom mean menunjukkan skor rata-rata citra diri siswa sebelum diberikannya perlakuan yaitu 34.90, kemudian setelah diberinya perlakuan yaitu rata-rata 80.20. Pada standart deviation (simpang baku) menunjukkan koefisien yaitu sebesar 11.134 untuk skor keaktifan siswa sesudah diberikannya

perlakuan dan 9.327 yaitu sebelumnya diberikan perlakuan. Dari nilai standar error maupun besarnya koefisien error dari data yang digunakan untuk menginstimasi (mengira) besarnya rata-rata populasi dari sampel yaitu sesudah 2.949 dan sebelum 3.521.

Tabel 3. Kolerasi Sampel

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	10	.175	.629

Pada kolom correlations 0.175 menunjukkan besarnya koefisien korelasi dari data yang dipasangkan dan P-value 0.629 > 0.05 menunjukkan bahwa data yang dipasangkan memberikan korelasi yang signifikan.

Hasil Uji T-tes

Uji T-tes adalah salah satu test statistik yang dipergunakan untuk menguji kebenaran atau kepalsuan hipotesis yang menyatakan bahwa diantara dua buah mean sampel yang diambil secara random dari populasi yang sama, tidak terdapat perbedaan yang signifikan (Sudjiono, 2010).

Tabel 4 Hasil Uji T Pada Pre-test dan Post-test

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest – Posttest	-45.300	13.217	4.179	-54.755	-35.845	-10.839	9	.000

Pada table paired sampel T-test untuk menunjukkan diterima atau ditolaknya H_a dan H_o pada kolom mean merupakan koefisien perbedaan rata-rata citra diri siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan yaitu -45.300 nilai tersebut merupakan selisih antara skor rata-rata untuk menyatakan apakah perbedaan rata-rata sebesar -45.300 memiliki arti yang signifikan maka dilakukan uji t dari kolom T menunjukkan besarnya T yaitu -10.839 dengan Signifikan sebesar 0.000. Apa bila $0.000 < 0.05$ Dari

hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan terdapat perbedaan yang signifikan citra diri siswa sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan..

Uji Koefisien Determinasi (R)

R square merupakan suatu nilai yang memperlihatkan seberapa besar variabel independen (eksogen) mempengaruhi variabel dependen (endogen). Pengujian koefisien determinasi ini dilakukan dengan maksud mengukur kemampuan model dalam menerangkan seberapa pengaruh variabel independen secara bersama-sama (stimultan) mempengaruhi variabel dependen yang dapat diindikasikan oleh nilai adjusted R – Squared (Ghozali, 2016).

Tabel 5 Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.175 ^a	.030	-.091	11.627
a. Predictors: (Constant), Pretest				

Hasil dari R square adalah sebesar 0,30 atau sebesar 30%. Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan variabel independen dalam penelitian ini mempengaruhi variabel dependen sebesar 30 %.

Pembahasan

1. Deskripsi hasil skor citra diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan Teknik Modeling

Pada hari pertama pelaksanaan penelitian berlangsung peneliti membagikan selbaran angket pre-test kepada siswa kelas VII dan hasil yang didapat menunjukkan bahwa tingkat citra diri siswa cukup rendah, hal ini juga terlihat pada saat peneliti observasi di kelas tersebut, pada saat pengisian angket pertama kondisi siswa diantaranya ada yang merasa bingung dan takut. Oleh karena itu peneliti membimbing serta memberikan arahan kepada siswa satu persatu, hal ini peneliti lakukan agar siswa mengisi sesuai dengan keadaan dirinya. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil pretest citra diri siswa yaitu siswa memperoleh hasil sebesar 33,75 berada pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa pada kelas tersebut siswa memiliki citra diri yang relatif rendah.

2. Deskripsi hasil diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling

Selanjutnya di hari kedua peneliti memberikan perlakuan kepada siswa dengan memberikan sebuah layanan bimbingan kelompok dengan Teknik modeling, Teknik modeling yaitu Teknik yang mengamati suatu model atau beberapa orang (teladan) berperan sebagai perangsang terhadap pikiran. pada saat awal pemberian layanan banyak siswa yang masih acuh terhadap kegiatan tersebut, kemudian peneliti dibantu dengan guru BK di sekolah tersebut agar siswa tetap dapat mengikuti kegiatan secara efektif.

Materi yang peneliti sampaikan diawal tentang pengenalan citra diri agar siswa

dapat mengetahui apa itu citra diri, kemudian peneliti akan menjelaskan tentang materi yang peneliti sampaikan yaitu tentang pengenalan Citra diri hal ini bertujuan agar siswa dapat mengetahui apa itu citra diri. Kemudian peneliti memberikan 1 contoh model yang dianut oleh siswa tersebut dan meminta siswa tersebut untuk menceritakan model tersebut, kemudian peneliti menanyakan bagaimana citra diri seseorang tersebut, setelah siswa menceritakan citra diri model (orang yang dianut) siswa tersebut. Selanjutnya peneliti memberikan materi tentang citra diri yang positif dan Citra diri yang negatif agar siswa dapat mengetahui apa itu citra diri yang positif dan Citra diri yang negatif dan peneliti memberikan arahan agar siswa memiliki model (orang yang dianut) agar citra diri siswa tersebut meningkat. Hal ini bertujuan agar siswa mampu menyadari bagaimana citra diri yang positif untuk diterapkan di kehidupan mereka.

3. Deskripsi hasil skor citra diri siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling

Selanjutnya pada hari ketiga peneliti kembali memberikan selembaran angket post test untuk melihat apakah ada peningkatan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Setelah diberikan perlakuan maka kelas tersebut diberikan kuesioner yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan citra diri siswa. Hasil yang diperoleh dari post test menunjukkan citra diri siswa berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pada kelas tersebut mempunyai kemampuan akhir yang relatif tinggi dibandingkan dengan kemampuan awal siswa.

4. Deskripsi hasil skor pengaruh teknik modeling melalui bimbingan kelompok untuk meningkatkan citra diri siswa dikelas VII

Untuk mengetahui hasil penelitian ini, peneliti melakukan penelitian dengan kelompok eksperimen dengan melakukan penyebaran instrumen citra diri pada 10 responden sebelum dilakukannya perlakuan. Kemudian peneliti melakukan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan memberikan materi tentang citra diri untuk meningkatkan citra diri siswa, setelah diberikannya perlakuan peneliti pun menyebarkan angket kembali kepada siswa (post-test).

Berdasarkan hasil penelitian yang dapat disimpulkan diketahui hasil pretest menunjukkan sebanyak 7 siswa dengan kategori sangat rendah dan 3 siswa dengan kategori rendah. Berdasarkan jumlah skor yang diperoleh nilai rata-rata siswa yaitu 35.89 berkategori sangat rendah, dan dapat dipahami bahwa hasil pre-test Citra diri berada pada kategori rendah sebanyak 3 siswa dengan persentase 22% dan sebanyak 7 siswa berada pada katagori sangat rendah dengan persentase 78% dari hasil tersebut dapat membuktikan bahwa tingkat citra diri siswa sebelum diberikan perlakuan lebih dominan sangat rendah.

Berdasarkan hasil post-test yaitu sebanyak 4 siswa kategori sangat tinggi dan sebanyak 6 siswa dengan kategori tinggi. Kemudian diperoleh nilai rata rata yang dihasilkan dari post-test sebesar 80,20 yang artinya citra diri siswa menjadi sangat tinggi, maka dapat dipahami hasil post test menunjukkan sebanyak 4 siswa berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 40% dan sebanyak 6 siswa berada dikategori tinggi dengan persentase sebesar 60%. Maka dapat disimpulkan hasil posttest setelah diberikan teknik modeling melalui bimbingan kelompok mengalami peningkatan.

KESIMPULAN

Terdapat perbedaan citra diri siswa sebelum diberikan teknik modelling melalui bimbingan kelompok dengan hasil skor pretest menunjukkan bahwa citra diri siswa sangat rendah. Terdapat perbedaan citra diri siswa sesudah diberikan teknik modelling melalui bimbingan kelompok dengan hasil skor posttest menunjukkan bahwa citra diri siswa menjadi sangat tinggi. Adanya pengaruh peningkatan citra diri siswa melalui teknik modelling melalui bimbingan kelompok dengan melakukan paired sampel T-test untuk menunjukkan diterima atau ditolaknya H_a dan H_o pada kolom mean merupakan koefisien perbedaan rata-rata citra diri siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan yaitu -45.300 nilai tersebut merupakan selisih antara skor rata-rata untuk menyatakan apakah perbedaan rata-rata sebesar -45.300 memiliki arti yang signifikan maka dilakukan uji t dari kolom T menunjukkan besarnya T yaitu -10.839 dengan Signifikan sebesar 0.030. Apa bila $0.030 < 0.05$ Dari hasil tersebut maka H_o ditolak dan H_a diterima dan terdapat perbedaan yang signifikan citra diri siswa sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amma, D. S. R., Widiani, E., & Trishinta, S. M. (2017). Hubungan citra diri dengan tingkat kepercayaan diri remaja di SMKN 11 Malang kelas XI. *Nursing News*, 2(3), 534–543.
- Andarwati, L. (2016). Citra Diri Ditinjau Dari Intensitas Penggunaan Media Jejaring Sosial Instagram Pada Siswa Kelas Xi Sma N 9 Yogyakarta. *E-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1, 1–12.
- Dian Bowo Saputro, Awik Hidayati, M. A. M. (2020). Peran Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Terhadap Sikap Sopan Santun. *Jurnal Advice*, 2(2), 132–145.
- Erlangga, E. (2017). Bimbingan Kelompok Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 149–156.
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 167.
- Ferdiansa, G., & Karneli, Y. (2021). Konseling Individu Menggunakan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(3), 847–853.
- Foland, J. L. (2009). Body image and body evaluation in female participants of an outdoor education program. *University of New York Collage*.
- Hardani, dkk. (2020). Buku Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. In *Repository.Uinsu.Ac.Id* (Issue April).
- Hasim, R. M., Annisa, D. F., & Parongpong, S. (2022). *Journal of educational psychology*. 1.
- Hidayat, R., Malfasari, E., & Herniyanti, R. (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 79.
- Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 243–256.
- Kementrian Hukum dan HAM. (2012). UU RI No. 12/2012 tentang Pendidikan Tinggi. *Undang Undang*, 18.
- Lilliek Suryani. (2017). Upaya Meningkatkan Sopan Santun Berbicara Dengan Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok. *E-Jurnalmitrapendidikan.Com*, 1(1), 114.
- Mahmud, A., & Sunarty, K. (2012). Mengenal Teknik-Teknik Bimbingan Dan Konseling. In *Badan Penerbit UMN*.

- Pratiwi, A. (2017). Efektifitas Teknik Modeling Simbolis Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa Smp Negeri 2 Minasatene. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(1), 55–64.
- Putri, N. S. R., & Farida, F. (2018). Pembentukan Citra Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas dr. Soetomo Surabaya dalam Instagram. *Jurnal Kajian Media*, 2(2), 120–130.
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir. *Jurnal Spirits*, 4(2), 22.
- Raman, R., Lewier, M., & Rutumalessy, M. (2019). Citra Perempuan Dalam Buku Kumpulan Cerpen Sepotong Hati Yang Baru Karya Tere Liye (Kajian Feminisme). *ARBITRER: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 1(2), 95–108.
- Said, M., Marlina, M., & Tasdiq, T. (2021). Pengaruh Budaya Akademik Sekolah Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik SMK PGRI 2 Belitang III. *Al-I'tibar: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 1–6.
- Sartika, M., & Yandri, H. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 1(1), 9–17.
- Simbolon, J. (2020). Penerapan Metode Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa. *Jurnal Teknologi Pendidikan (JTP)*, 13(1), 77.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung :Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*. Alfabeta.
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan Dan Konseling. Konsep, Teori, Dan Aplikasinya*.
- Yuniarwati, C. T. (2018). Meningkatkan Motivasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Pada Siswa Kelas Xi Aph 1 Smk N I Cepu Semester Gasal Tahun 2017 / 2018. *Empati: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 5(No. 1), 1–11.