

PENGARUH LAYANAN INFORMASI MENGGUNAKAN MODEL PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT)* UNTUK MENCEGAH *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* PADA SISWA SMA SWASTA BUDI AGUNG MEDAN

RirinDessy Utami¹, Tetty Muharni²
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Email: ririndesi2001@gmail.com

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran gejala *fear of missing out* (FoMO) pada siswa SMA Swasta Budi Agung Medan. Adapun dilakukannya penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh dari layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk mencegah *fear of missing out* (FoMO) yang dilihat dari hasil skor sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pemberian perlakuan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen *one group design pretest and posttest*. Objek dari penelitian ini adalah siswa kelas X MIA Sisingamangaraja SMA Swasta Budi Agung Medan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket pada siswa yang sering bermain sosial media dan juga yang sesuai dengan indikator yang merujuk pada *fear of missing out* (FoMO) seperti, ketakutan, kekhawatiran dan kecemasan akan ketinggalan momen/*trend*. Hasil uji analisis menggunakan uji T yang didukung dengan SPSS versi 26. Dengan hasil uji t yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa taraf signifikansi 0,05 dengan peluang $1 - \alpha$ dan derajat kebebasan $dk = n - k = 26 - 1 = 25$ maka dari tabel t diperoleh $t = 1,708$. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,880 > 1,708$) atau $sig .000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pencegahan *fear of missing out* (FoMO) sebelum dan sesudah dilakukan layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) pada siswa SMA Swasta Budi Agung Medan kelas X MIA Sisingamangaraja.

Kata kunci: Layanan Informasi, *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*, *Fear of Missing Out (FoMO)*.

ABSTRACT: This study aims to determine the description of the symptoms of *fear of missing out* (FoMO) in Budi Agung Medan Private High School students. The purpose of this research is to describe the influence of information services using a *rational emotive behavior therapy* approach to prevent *fear of missing out* (FoMO) as seen from the score results before (*pretest*) and after (*posttest*) the treatment. This research is quantitative research with a *one group design pretest and posttest* experimental method. The object of this research was class X MIA Sisingamangaraja students at Budi Agung Medan Private High School. The data collection technique in this research uses a questionnaire on students who frequently use social media and who also correspond to indicators that refer to *fear of missing out* (FoMO), such as fear, worry and anxiety about missing out on moments/*trends*. The results of the analysis test use the T test supported by SPSS version 26. With the results of the t test that has been carried out it can be seen that the significance level is 0.05 with a probability of $1 - \alpha$ and degrees of freedom $dk = n - k = 26 - 1 = 25$, so from the t table it is obtained $t = 1.708$. Thus $t_{count} > t_{table}$ ($5.880 > 1.708$) or $sig .000 < 0.05$ so that H_0 is rejected and H_a is accepted. It can be concluded that there is an effect of preventing *fear of missing out* (FoMO).

missing out (FoMO) before and after providing information services using the rational emotive behavior therapy (REBT) approach for students at Budi Agung Medan Private High School class X MIA Sisingamangaraja.

Keywords: Information Services, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), Fear of Missing Out (FoMO).

PENDAHULUAN

Dalam UU No. 20 2003 pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara¹.

Pendidikan yang dijalani sesuai dengan semestinya akan menimbulkan perilaku yang baik, begitu juga sebaliknya. Selain pendidikan, lingkungan masyarakat maupun pengaruh teman sebaya juga mempengaruhi perilaku seseorang. Perilaku seseorang dikelompokkan ke dalam perilaku wajar, perilaku dapat diterima, perilaku aneh, dan perilaku menyimpang. Perilaku aneh yang sering terjadi pada seseorang adalah cepat merasa bosan, mendadak lupa hal penting, bergosip, memikirkan hal diluar nalar. Perilaku aneh seseorang yang sedang marak-maraknya pada saat ini ada perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO). Przybylski, Murayama, Dehaan, dan Gladwell (2013) dalam kutipan (K. Komala & Rafiyah, 2022) FoMO adalah fenomena dimana individu merasa ketakutan ketika orang lain memperoleh momen/pengalaman berharga namun individu tersebut tidak terlibat langsung di dalamnya, sehingga memiliki keinginan untuk selalu terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui media sosial. Berlawanan dengan anggapan umum, FoMO tidak terbatas pada hal-hal yang kita lihat di media sosial. Fear of missing out merupakan salah satu faktor penyebab individu mengalami kecanduan media sosial.

²Berdasarkan penelitian Przybylski et al (2013) peneliti mendapatkan tiga indikator Fear of Missing Out (FoMO). Indikator-indikator ini didasarkan pada rangkuman dari tulisan populer dan survei industri oleh Przybylski et al tentang *Fear of Missing Out* (FoMO) (JWT, 2012; Morford, 2010; Wortham, 2011) Yaitu : Ketakutan, Kekhawatiran, Kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Blackwell, Leaman, Tramosch, Orborne, dan Liss (2017) menemukan bahwa fear of missing out secara signifikan berpengaruh terhadap kecanduan media sosial. hasil penelitian yang dilakukan oleh Przybylski (2013) fear of missing out

¹Pristiwanti et al., 2022.

²Anggraeni, 2018.

(FoMO) terbentuk karena rendahnya kepuasan dalam kebutuhan dasar psikologis dari aspek *competence*, *autonomy* dan *relatedness*. *Fear of missing out* (FoMO) menimbulkan perasaan kehilangan, stres, dan merasa jauh jika tidak mengetahui peristiwa penting individu atau kelompok lain. Hal ini didasarkan pada pandangan determinasi sosial bahwa media sosial memberikan efek pemberian pembandingan antara individu mengenai tingkat kesejahteraan serta persepsi kebahagiaan menurut individu lain. Media sosial memberikan jalan kepada individu untuk membiarkan individu lain mengetahui perilaku-perilaku yang terjadi dalam hidupnya sebagai bentuk penghargaan diri individu dan ketika individu lain melihat persepsi yang dimunculkan, hal tersebut diterjemahkan sebagai bentuk kebahagiaan yang sebenarnya (Przybylski, Murama, DeHaan dan Gladwell, 2013). Menurut Przybylski, Murayama, DeHaan dan Gladwell (dalam Dossey, 2014) menemukan beberapa fakta mengenai *fear of missing out* (FoMO) diantaranya adalah *fear of missing out* (FoMO) merupakan kekuatan pendorong dibalik penggunaan internet dan media sosial khususnya tingkat *fear of missing out* (FoMO) tertinggi dialami oleh individu pada masa transisi remaja menuju dewasa awal (*emerging adulthood*), rendahnya kepuasan dalam hidup dapat mendorong keadaan *fear of missing out* (FoMO) yang tinggi dan *fear of missing out* (FoMO) yang tinggi disebabkan karena terlalu sering mengakses internet ketika sedang menjalani aktivitas yang membutuhkan konsentrasi tinggi seperti mengemudi maupun sedang belajar di dalam kelas.

Berdasarkan uraian di atas, dapat diketahui bahwa *Fear of Missing Out* (FoMO) adalah ketakutan akan kehilangan momen berharga individu atau kelompok lain dimana individu tersebut tidak dapat hadir di dalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. Sejalan pula dengan hasil penelitian yang di lakukan oleh Hariadi (2018) yang juga menemukan bahwa *fear of missing out* mempengaruhi kecanduan media sosial pada remaja di MAN Surabaya secara signifikan.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di SMA Swasta Budi Agung Medan, banyak siswa yang kecanduan gadget yang sudah dipastikan terkena gejala fomo dan dikhawatirkan terkena perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO) yang ekstrim dan tentunya akan memberikan dampak negatif pada siswa yang pada era sekarang perilaku FoMO pada siswa disekolah sudah banyak terjadi dikarenakan adanya kecemasan akan kehilangan momen berharga bagi dirinya dimana siswa tersebut ketinggalan dalam hal yang berhubungan dengan dunia media sosial. Upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah perilaku FoMO yang ekstrim adalah dengan memberikan konten terkait cara menghindari perilaku *Fear Of*

Missing Out (FoMO) seperti, cara menghargai diri sendiri, dampak dari perilaku FoMO, upaya yang dapat dilakukan agar terhindar dari perilaku FoMO, mengurangi penggunaan gadget berlebih, selalu bersyukur dan berpikir positif, serta menggali dan mengembangkan potensi dalam diri. Hal tersebut dapat terwujud apabila permasalahan di atas dicegah dengan layanan yang sesuai. Salah satu layanan yang dapat dilakukan adalah layanan informasi. Sedangkan Prayitno dan Erman Amti (dalam Meiyasinta, 2017) menjelaskan bahwa layanan informasi adalah kegiatan memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan, atau untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang dikehendaki. Jadi, dengan layanan informasi diharapkan siswa mampu memahami dampak dari *Fear Of Missing Out* (FoMO) yang sudah merajalela di kalangan remaja dan diharapkan siswa dapat menghindari segala sesuatu yang menjadi penyebab dari FoMO.

Untuk memaksimalkan pemberian layanan informasi akan didukung dengan pendekatan, salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). REBT merupakan suatu pendekatan didalam konseling yang dapat membantu mengubah cara pandang seorang klien serta mengubah keyakinan klien yang semula irasional menjadi rasional, membantu dalam mengubah sikap, pola pikir serta persepsi³. Dengan pendekatan REBT, siswa akan diajarkan perbandingan pemikiran irasional dan rasional terkait perilaku FoMO sehingga dapat tercegahnya perilaku tersebut. Komalasari, 2011 dalam kutipan (Hartati, Sri & Rahman, 2018) menyatakan bahwa tujuan yang ingin dicapai dalam pendekatan REBT adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif, mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berpikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan, membantu individu mengubah kebiasaan berpikir dan tingkah laku yang merusak diri, serta mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungannya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas X SMA Swasta Budi Agung Medan yang terdiri dari 6 kelas yang berjumlah 260 siswa. Sampel dalam penelitian ini menggunakan Purposive Sampling, berdasarkan kriteria penarikan sampel maka jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 1 kelas yang berjumlah 26 siswa. Teknik pengumpulan data diantaranya observasi,

³Wahyuni et al., 2022.

kuesioner, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji paired sampel t test yang diolah dengan menggunakan SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Untuk melihat perbedaan yang signifikan dari hasil pretest dan posttest dapat digunakan dengan bantuan program SPSS versi 26. Adapun hipotesis yang diuji dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan skor yang positif pada hasil *pretest* dan *posttest* yang signifikan dalam mencegah *fear of missing out* (FoMO) sesudah diberikan layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT)
2. Tidak adanya perbedaan skor yang positif pada hasil *pretest* dan *posttest* yang signifikan dalam mencegah *Fear Of Missing Out* (FoMO) sesudah diberikan Layanan informasi menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Adapun kriteria keputusan pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

1. Terima H_0 dan tolak H_a apabila probabilitas (sig 2-tailed) $\geq \alpha$ ($\alpha=0,005$)
2. Tolak H_0 dan terima H_a apabila probabilitas (sig 2-tailed) $\leq \alpha$ ($\alpha=0,005$)

Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan uji kebermaknaan koefisien kolerasi menggunakan uji t menggunakan bantuan dari SPSS versi 26. Berdasarkan hal tersebut didapatkan hasil perhitungan yang terangkum pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Paired Samples Statistics

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum diberikan perlakuan	49.5769	26	11.82260	2.31860
	Sesudah diberikan perlakuan	34.9615	26	7.13572	1.39943

Berdasarkan data output SPSS diketahui bahwa rata-rata sebelum perlakuan layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) adalah 49,57. Sedangkan sesudah perlakuan layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) adalah 34,96. Hasil ini menyatakan bahwa layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) berpengaruh dalam mencegah *fear of missing out* (FoMO) sebanyak 14,61.

Tabel 4.8. Hasil Uji t

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	Sebelum – Sesudah diberikan perlakuan	14.61538	12.67463	2.48570	9.49599	19.73478	5.880	25	.000

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa taraf signifikansi 0,05 dengan peluang 1- α dan derajat kebebasan $dk = n-k = 26-1= 25$ maka dari tabel t diperoleh $t = 1,708$. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,880 > 1,708$) atau $sig ,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pencegahan *fear of missing out* (FoMO) yang ekstrim sebelum dan sesudah dilakukan layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) pada siswa SMA Swasta Budi Agung Medan kelas X MIA Sisingamangaraja.

Pembahasan

Fear of Missing Out (FoMO) adalah ketakutan akan kehilangan momen berharga individu atau kelompok lain dimana individu tersebut tidak dapat hadir di dalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. *Fear of missing out* (FoMO) yang tinggi disebabkan karena terlalu sering mengakses internet ketika sedang menjalani aktivitas yang membutuhkan konsentrasi tinggi seperti sedang belajar di dalam kelas.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di SMA Swasta Budi Agung Medan, banyak siswa yang kecanduan gadget yang sudah dipastikan terkena gejala FoModan dikhawatirkan terkena perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO) yang ekstrim dan tentunya akan memberikan dampak negatif pada siswayang pada era sekarang perilaku FoMO pada siswa disekolah sudah banyak terjadi dikarenakan adanya kecemasan akan kehilangan momen berharga bagi dirinya dimana siswa tersebut ketinggalan dalam hal yang berhubungan dengan dunia media sosial. Upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah perilaku FoMO yang ekstrim adalah dengan memberikan konten terkait cara menghindari perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO) seperti, cara menghargai diri sendiri, dampak dari perilaku FoMO, upaya yang dapat dilakukan agar terhindar dari perilaku FoMO, mengurangi penggunaan gadget berlebih, selalu bersyukur dan berpikir positif, serta menggali dan mengembangkan

potensi dalam diri. Dalam pencegahan masalah tersebut, upaya yang dilakukan peneliti adalah memberikan wejangan terkait FoMO dengan melakukan layanan informasi dan didukung dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diketahui bahwa sebelum diberikannya perlakuan layanan informasi menggunakan pendekatan REBT, skor tertinggi adalah 72 dan skor terendah adalah 31 dengan total skor pretest adalah 1289 dan memiliki rata-rata sebesar 49,57 dalam kategori sedang. Setelah dilakukannya perlakuan, skor tertinggi adalah 48 dan skor terendah adalah 24 dengan total skor posttest adalah 919 dan memiliki rata-rata 34,96 dalam kategori rendah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukannya perlakuan terdapat 5 siswa di kategori tinggi dengan presentase 19,23%, kategori sedang sebanyak 14 siswa dengan presentase 53,85%, dan kategori rendah sebanyak 7 siswa dengan presentase 26,92%. kemudian setelah dilakukannya perlakuan layanan informasi menggunakan pendekatan REBT terdapat 1 siswa dalam kategori sedang dengan persentase 3,85%, kategori rendah sebanyak 17 siswa dengan persentase 65,38%, dan kategori sangat rendah sebanyak 8 siswa dengan persentase 30,77%.

Dengan uji t yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa taraf signifikansi 0,05 dengan peluang $1 - \alpha$ dan derajat kebebasan $dk = n - k = 26 - 1 = 25$ maka dari tabel t diperoleh $t = 1,708$. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,880 > 1,708$) atau $sig ,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Dengan demikian, sebelum dilakukan perlakuan (pretest) didapat skor dengan jumlah 1289 dengan rata-rata 49,57 dalam kategori sedang kemudian setelah diberikannya perlakuan (posttest) mengalami penurunan dengan skor 919 dengan rata-rata 34,96 dalam kategori rendah. Maka, adanya pengaruh positif dengan diberikannya perlakuan layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) untuk mencegah perilaku *fear of missing out* (FoMO) pada siswa SMA Swasta Budi Agung Kelas X MIA Sisingamangaraja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Sebelum dilakukannya perlakuan layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT), hasil dai pengisian angket (pretest) oleh 26 siswa

- yaitu : 5 siswa berada pada kategori tinggi dengan persentase 19,23%, kategori sedang sebanyak 14 siswa dengan persentase 53,85%, kategori rendah sebanyak 7 siswa dengan persentase 26,92%.
2. Setelah dilakukannya perlakuan layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT), hasil dai pengisian angket (posttest) oleh 26 siswa yaitu : 1 siswa berada pada kategori sedang dengan persentase 3,85%, kategori rendah sebanyak 17 siswa dengan persentase 65,38%, dan kategori sangat rendah sebanyak 8 siswa dengan persentase 30,77%.
 3. Dengan hasil uji t yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa taraf signifikansi 0,05 dengan peluang $1 - \alpha$ dan derajat kebebasan $dk = n - k = 26 - 1 = 25$ maka dari tabel t diperoleh $t = 1,708$. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,880 > 1,708$) atau $sig ,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pencegahan *fear of missing out* (FoMO) sebelum dan sesudah dilakukan layanan informasi menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) pada siswa SMA Swasta Budi Agung Medan kelas X MIA Sisingamangaraja.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. S., Aulya, A., Psari, A. A., & Sofia, L. (2019). Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FoMo) Pada Remaja Kota Samarinda. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 7(2), 38. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v7i2.2404>.
- Anggraeni, R. D. (2018). Hubungan antara *Subjective Well-Being* dan *Fear of Missing Out (FoMO)* pada *Emerging Adulthood*. 10–27.
- Astuti, Ratriana Y.E Kusumiati, C. N. (2021). *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*. 12(2), 245–258. <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34086>
- Fahmi, Hera Heru, F. A. (2019). Pengaruh Layanan Informasi Dengan Media Film Terhadap Kewaspadaan Siswa Tentang Pelecehan Seksual Di Kelas VIII-C SMP 1 Matesih Tahun Pelajaran 2018/2019. *Jurnal Media Konseling*, 5(2). <https://doi.org/10.31960/konseling.v1i2.328>
- Hartati, Sri & Rahman, I. K. (2018). Konsep Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Berbasis Islam untuk Membangun Perilaku Etis Siswa. *Genta Mulia*, Vol 8(No 2), 13–26. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n1.p1-7>
- Khaira, Firman, Neviyarni, I. (n.d.). Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Dalam Meningkatkan Penyesuaian Sosial Anak Asuh Di Panti Asuhan. 1, 1–7. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n1.p1-7>

- Komala, K., & Rafiyah, I. (2022). Gambaran Fear of Missing Out (FoMO) pada mahasiswa fakultas keperawatan. *Journal of Nursing Care*, 5(1), 1–11. <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i1.34693>
- Komala, R. D. (2017). *Jurnal Fakultas Ilmu Terapan Universitas Telkom. 1*. <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i1.34693>
- Lesmana, G. (2021). Teori Dan Pendekatan Konseling (M. Arifin (ed.); Pertama). UMSU PRESS. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n1.p1-7>
- Muttaqin, R., Wagimin, & Tadjri, I. (2017). Keefektifan Layanan Informasi Karier Berbantuan Video Interaktif dan Live Modeling untuk Meningkatkan Pemahaman Karier Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 174–179. <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i1.34693>
- Narti, Yanto, S. (2022). Kajian Dampak Perilaku FOMO (*Fear Of Missing Out*) Bagi Masyarakat Di Masa Pandemi COVID-19. *Bengkulu , Indonesia Diterima : Abstrak Direvisi : Disetujui : Kaj. 2*, 126–134. <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34086>
- Nurmalasari. (2014). Pengaruh Kualitas Pelayanan Dan Citra Terhadap Kepuasan Mahasiswa Pada Akademik Kebidanan Aisyiyah Pontianak. 2(2), 184–197. <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34086>
- Nusuki. (2014). Penggunaan Pendekatan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy Melalui Layanan Konseling Individual Untuk Mengatasi Siswa. 9(1), 99–124.
- Pristiwanti, D., Badariah, B., Hidayat, S., & Dewi, R. S. (2022). *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 1707–1715. <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i1.34693>
- Syafriani, Abdillah, H. (2019). Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya (R. Hidayat (ed.); Pertama). <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34086>
- Wahyuni, A., Cantika, C., Triana, R., & Masyitah, S. (2022). Volume 4 No 1 Edisi Januari – Juni Tahun 2022 . *Bimbingan Dan Konseling Islam (IKABKI)*, 4(1). <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i1.34693>
- Warnilah, A. I. (2018). Implementasi Alpha Cronbach Pada Pengembangan Pembelajaran Pengenalan Sampah Metode MDLC. *Jurnal Produktif*, 2(1), 116–121. <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i1.34693>