
Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi

Volume 2 Nomor 2, Desember 2025

<https://jurnal.stainmajene.ac.id/index.php/bkpi/index>

Eksplorasi Tingkat Pengendalian Diri Siswa: Studi Deskriptif pada Kontrol Perilaku, Kontrol Kognitif dan Kontrol Keputusan

Adliyah^{1*}, Siti Khumairah Fiqrillah², Sarmila³, Hasnia⁴

^{1,3,4}Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Majene, Majene, Indonesia

²Universitas Islam DDI Polewali Mandar, Polewali Mandar, Indonesia

** Adliyahsumardi@gmail.com*

Keywords :

*Behavioral control;
Cognitive Control;
Decision Control*

Abstract

This study aims to explore the level of self-control and describe descriptively each aspect, including behavioral control, cognitive control, and decision control. This study was conducted quantitatively to explore the level of self-control of seventh-grade students of SMP Negeri 9 Majene. This study was conducted in the even semester of the 2024/2025 academic year, involving all seventh-grade students as samples through a saturated sampling technique. Data collection was carried out using a Likert-based questionnaire. Data were tabulated and analyzed using SPSS version 29, and categorized based on the psychological scale measurement formula. The results showed that self-control was in the moderate category, namely in the range $44.73 < X \leq 48.59$ as many as 14 students. The average scores for each aspect respectively did not show significant differences, namely cognitive control of 15.67 (34%), decision control of 15.59 (33%) and behavioral control of 15.41 (33%). In general, the results of this exploration indicate that self-control in the moderate category still requires follow-up strengthening or intervention to be more optimal and adaptive for students. Cognitive control is the most dominant aspect, followed by the decision control which is greater than the behavioral control.

Kata Kunci :

Kontrol Keputusan;

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi tingkat

Kontrol Kognitif; Kontrol Perilaku pengendalian diri, dan menguraikan secara deskriptif pada tiap aspeknya, mencakup kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan. Penelitian ini dilakukan secara deskriptif kuantitatif untuk mengeksplorasi tingkat pengendalian diri siswa kelas VII SMP Negeri 9 Majene yang dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2024/2025 dengan melibatkan seluruh siswa kelas VII sebagai sampel melalui teknik sampel jenuh. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket berbasis skala Likert. Data ditabulasi dan dianalisis dengan bantuan SPSS versi 29, serta pengkategorianya mengacu pada rumus pengukuran skala psikologi. Hasil penelitian menunjukkan pengendalian diri berada pada kategori sedang yaitu pada rentang $44,73 < X \leq 48,59$ sebanyak 14 siswa. Adapun skor rata-rata masing-masing aspek secara berturut-turut tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan, yaitu kontrol kognitif sebesar 15,67 (34%), kontrol keputusan sebesar 15,59 (33%) dan kontrol perilaku sebesar 15,41 (33%). Secara umum, hasil eksplorasi ini menunjukkan bahwa pengendalian diri pada kategori sedang masih membutuhkan tindak lanjut penguatan atau intervensi agar lebih optimal dan adaptif bagi siswa. Kontrol kognitif sebagai aspek yang paling dominan, diikuti oleh kontrol keputusan lebih besar dibanding kontrol perilaku.

Article History : Received : Accepted :

PENDAHULUAN

Perkembangan peserta didik pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada pada tahap awal masa remaja, yaitu fase transisi yang ditandai oleh berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Perkembangan yang merujuk pada pendawaasaan terjadi secara kuantitatif maupun kualitatif, dengan perbedaan secara mendasar pada sifat dan pola pikir (Efendi et al., 2024). Fase remaja awal menjadi periode yang krusial dalam pembentukan kepribadian dan pengembangan kemampuan pengendalian diri agar peserta didik mampu beradaptasi secara positif terhadap berbagai tantangan perkembangan yang mereka hadapi (Dolongseda et al. 2025). Pada tahap ini, peserta didik mulai dihadapkan pada tuntutan akademik

dan sosial yang semakin beragam dan menantang. Kondisi tersebut menuntut adanya kemampuan pengelolaan diri yang baik agar siswa mampu menjalani proses belajar secara optimal serta membentuk karakter yang positif.

Kemampuan mengendalikan diri berfungsi sebagai landasan bagi individu dalam mengatur emosi, menahan dorongan yang kurang tepat, serta menyesuaikan sikap dan perilaku sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku dalam lingkungan sosial (Mayangsari and Sugiharto 2024). Kajian sebelumnya mengungkapkan bahwa kemampuan pengendalian diri berkaitan erat dengan pencapaian akademik, perilaku sosial yang positif, serta kondisi psikologis siswa secara keseluruhan. Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat pengendalian diri memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap keberhasilan belajar dibandingkan dengan kemampuan intelektual semata (Remaja 2024). Sejumlah hasil penelitian di Indonesia mengindikasikan bahwa rendahnya kemampuan mengendalikan diri pada siswa SMP berkaitan dengan meningkatnya perilaku kurang disiplin serta minimnya partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran (Arodani et al. 2025).

Lemahnya kemampuan pengendalian diri pada lingkungan sekolah, sering kali berdampak pada munculnya perilaku yang kurang sesuai, menurunnya semangat belajar, serta hambatan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat di lingkungan sekolah (Windu et al. 2025). Pengendalian diri siswa tersebut bisa diukur melalui tiga aspek, dianataranya kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan. Kontrol perilaku berkontribusi sebagai cara seseorang mengendalikan perilaku dalam menyeimbangkan keinginan pribadi sehingga lebih berusaha lebih baik untuk memproposionalkan pemenuhan kebutuhan (Sahriyah 2024). Selanjutnya, kontrol kognitif diidentikkan dengan kemampuan mengontrol, menghubungkan informasi dan memahami kondisi

orang lain (Luya 2024). Siswa yang diberikan perlakuan untuk meningkatkan kontrol kognitifnya secara signifikan berpengaruh pada prestasi akademik dan membantu mengatasi masalah emosional (Khurshid et al. 2025). Adapun Badriyah dalam (Madjid et al. 2022) menyatakan kontrol keputusan sebagai kontrol diri yang diambil seseorang sebelum memutuskan sesuatu. Berarti berperan dalam mengarahkan untuk mengatur dan memberikan respons dan mengelola dorongan negatif secara efektif sehingga perilaku agresi dapat ditekan. Secara garis besar dari ketiga aspek tersebut, kontrol kognitif mengelola cara berpikir, kontrol keputusan menentukan tindakan dan kontrol perilaku mendorong tindakan yang terkendali sehingga pengendalian diri yang baik meski menghadapi situasi yang memicu konflik (Bunin Yelets State University, Russia, alexander.v.dobrin@yandex.ru et al. 2021).

Beberapa penelitian menyajikan pengendalian diri secara konstruktif umum. Meskipun penelitian ini belum mengurai hubungan atau efeknya pada variabel lain tetapi artikel ini tidak sekadar mengeksplorasi tingkat pengendalian diri yang dimiliki siswa, tetapi juga mengkaji berdasarkan aspeknya, yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan. Beberapa aspek tersebut tentunya memiliki peran dalam penguatan dalam kegiatan pembelajaran maupun hubungan sosial di lingkungan sekolah siswa.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif untuk mengeksplorasi tingkat pengendalian diri siswa. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada semester genap tahun ajaran 2024/2025 dengan melibatkan siswa dengan kriteria sebagai siswa aktif SMP Kelas VII SMP Negeri 9 Majene sebagai responden melalui teknik sampel jenuh. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket pengendalian diri yang disusun berdasarkan skala Likert mencakup tiga aspek, yaitu aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif dan

kontrol keputusan. Angket tersebut diberikan secara langsung kemudian tabulasi dan analisis data dengan bantuan SPSS versi 29. Hasil perhitungan secara kuantitatif deskriptif dilanjutkan dengan menghitung tingkat kategori yang mengacu pada rumus yang terdapat pada pengukuran skala psikologi (Azwar 2021) pada Tabel 1.

Tabel 1. Rumus Tingkat Kategori

Rentang	Kategori
$\mu + 1,5\sigma < X$	Sangat tinggi
$\mu + 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$	Tinggi
$\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	Sedang
$\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu - 1,5\sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 0,5\sigma$	Sangat rendah

HASIL

Statistik Deskriptif Pengendalian Diri Siswa

Hasil analisis statistik deskriptif terhadap kemampuan pengendalian diri menunjukkan bahwa skor total siswa tersebar dalam rentang nilai yang beragam. Pengolahan data menggunakan program SPSS menghasilkan skor minimum dan maksimum yang mengindikasikan adanya perbedaan tingkat pengendalian diri antar siswa.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Pengendalian Diri Siswa

Statistik	Nilai
Sampel	27
Skor Minimum	38
Skor Maksimum	54
Range	16
Mean	46,66
Standar Deviasi	3,86

Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa telah memiliki kemampuan pengendalian diri yang cukup baik meskipun masih dijumpai perbedaan antar individu yang memerlukan perhatian dan tindak lanjut lebih lanjut.

Tingkat Pengendalian Diri Siswa

Hasil pengelompokan skor pengendalian diri menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sedang, disusul oleh kategori tinggi, sementara hanya sedikit siswa yang termasuk dalam kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa secara umum siswa kelas VII SMP Negeri 9 Majene telah memiliki kemampuan pengendalian diri pada tingkat dasar yang memadai, namun masih diperlukan upaya penguatan, khususnya bagi siswa yang berada pada kategori sedang dan rendah.

Tabel 2. Tingkat Pengendalian Diri Siswa

Rentang	Jumlah	Kategori
$52,45 < X$	1	Sangat tinggi
$48,59 < X \leq 52,45$	6	Tinggi
$44,73 < X \leq 48,59$	14	Sedang
$40,87 < X \leq 44,73$	2	Rendah
$X \leq 40,87$	4	Sangat rendah

Secara umum, tingkat pengendalian diri siswa berada pada kategori sedang sebanyak 14 siswa. Selanjutnya kebanyakan siswa berada pada kategori tinggi, sangat rendah, rendah dan hanya satu siswa yang menunjukkan tingkat pengendalian diri sangat tinggi.

Hasil Rata-rata Skor Aspek Pengendalian Diri

Analisis lebih lanjut dilakukan untuk melihat capaian skor pada masing-masing aspek pengendalian diri yang didapatkan melalui tabulasi data. Secara detail ditunjukkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Rata-rata Skor Aspek Pengendalian Diri

Aspek Pengendalian Diri	Rata – Rata Skor
Kontrol Perilaku	15,41
Kontrol Kognitif	15,67
Kontrol Keputusan	15,59

Rata-rata skor beberapa aspek pengendalian diri menunjukkan aspek kontrol kognitif menunjukkan rata-rata skor tertinggi dibandingkan aspek lainnya yaitu sebesar 15,67. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa relatif mampu berusaha mencari mengelola, membandingkan dan mengevaluasi informasi dalam mengendalikan diri untuk dirinya sendiri ataupun memberikan respons pada orang lain. Adapun kontrol perilaku lebih rendah dibanding kontrol keputusan masing-masing sebesar $15,41 < 15,59$.

PEMBAHASAN

Pengendalian diri siswa kelas VII SMP Negeri 9 Majene secara umum berada pada kategori sedang. Pada fase ini, siswa mulai menunjukkan perkembangan dalam kemampuan mengendalikan perilaku dan emosi, meskipun kestabilannya belum terbentuk secara optimal. Pada tahap remaja awal, yang merupakan masa transisi dengan berbagai perubahan signifikan, baik secara biologis, emosional, maupun sosial (Studi et al. 2024). Rata-rata skor pengendalian diri yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki fondasi kemampuan pengendalian diri, namun tetap membutuhkan pendampingan dan penguatan agar mampu menghadapi tuntutan akademik dan sosial secara lebih efektif (Handasah 2015).

Kategori pengendalian diri setelah didominasi oleh kategori sedang yaitu kategori tinggi sebanyak empat belas siswa. Tingginya tingkat pengendalian diri siswa berperan dalam *self-*

regulated learning sedangkan dampak tersebut tidak selalu mampu diberikan oleh capaian akademik (Farhan et al. 2025). Hal ini mengindikasikan bahwa pengendalian diri yang baik bukan hanya berorientasi pada hasil belajar, melainkan pada kualitas proses belajar. Tingkatan pengendalian diri selanjutnya menunjukkan secara berturut-turut sangat rendah pada empat siswa, rendah pada dua siswa dan hanya satu siswa yang berada pada kategori sangat tinggi.

Terdapat perbedaan skor pada masing-masing aspek pengendalian diri, meskipun perbedaannya tidak berbeda secara signifikan. Secara berturut turut, aspek kognitif sebesar 15,67 sebagai aspek tertinggi dibanding aspek lainnya. Selanjutnya aspek keputusan lebih besar dibanding aspek perilaku yaitu sebesar 15,59 > 15,41. Aspek kontrol perilaku memperlihatkan capaian skor paling rendah dibanding aspek lainnya.

Aspek kontrol kognitif sebagai aspek yang memiliki skor tertinggi dibanding aspek lainnya. Meskipun perbedaan skor tersebut tidak secara signifikan, hal ini menunjukkan bahwa siswa kelas VII SMP Negeri 9 Majene lebih mampu dalam mengelola informasi dari mencari, memastikan, membandingkan, mempertimbangkan hingga mengevaluasi sebelum menjadi hal yang mendorong pilihannya dalam mengendalikan dirinya. Temuan hasil penelitian (Alshehri et al. 2025) menunjukkan bahwa pengelolaan informasi untuk pengendalian diri bisa dikuatkan oleh kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah dan kemampuan menilai serta menginterpretasi. Uraian hal yang menguatkan tersebut sebagai kemampuan kognitif siswa untuk mengelola respons mental sebelum bertindak.

Aspek pengambilan keputusan sebagai urutan kedua meski tidak berbeda jauh secara signifikan menunjukkan bahwa siswa mulai memiliki kemampuan untuk mempertimbangkan berbagai

alternatif pilihan serta memahami konsekuensi dari tindakan yang akan diambil (Dewi 2025). Temuan tersebut selaras dengan perkembangan kognitif remaja awal yang mulai memasuki tahap berpikir operasional formal, meskipun penerapannya dalam kehidupan sehari-hari masih dipengaruhi oleh faktor emosional dan lingkungan sosial di sekitarnya (Saputri et al. 2025). Kemampuan pengambilan keputusan yang baik menjadi modal penting bagi siswa dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial, serta dalam membentuk perilaku yang sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku di sekolah (Kamaruddin et al. 2023).

Aspek kontrol perilaku berada pada urutan skor ketiga. Adanya kontrol perilaku membantu siswa untuk mampu mengendalikan tindakan mereka dalam berbagai situasi, seperti menaati peraturan sekolah dan mengikuti kegiatan pembelajaran. Kondisi ini kemungkinan dipengaruhi oleh penerapan tata tertib sekolah yang konsisten serta peran guru dalam melakukan pengawasan dan membiasakan perilaku positif kepada siswa (PRANATA 2025). Jika merujuk pada pengurutan tiap aspek pengendalian diri, aspek kontrol perilaku yang membutuhkan perhatian lebih untuk ditingkatkan dibanding aspek lainnya meski perbedaan tersebut tidak berbeda secara signifikan. Intervensi psikoedukasi diasumsikan dapat membantu siswa meningkatkan kontrol perilakunya agar siswa mampu memahami dampak perilaku negatif, menemukan pemicu dari tindakan impulsif melalui penguatan nilai dan norma (Sahriyah 2023). Beberapa intervensi lainnya juga sudah dilakukan oleh beberapa penelitian, dianataranya dengan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) (Sudewi et al. 2021), Teknik *Self Control* (Gutji and Sekonda 2022), dan *Mindfullness* (Permana et al. 2019).

PENUTUP

Pengendalian diri terdiri dari 3 aspek yang secara berturut-turut diurutkan berdasarkan hasil skor rata-rata penelitian ini adalah kontrol kognitif sebesar 15,67 (34%), kontrol keputusan sebesar 15,59 (33%) dan kontrol perilaku sebesar 15,41 (33%). Ketiga aspek tersebut ketika digabungkan maka secara umum tingkat pengendalian diri siswa SMP Negeri 9 Majene berada pada kategori sedang. Hal ini berarti siswa telah memiliki fondasi pengendalian diri namun masih dibutuhkan upaya dan penguatan agar lebih optimal. Berdasarkan presentase skor rata-rata pada tiap aspek yang tidak berbeda secara signifikan kemudian dikaitkan dengan tingkat kategori secara umum, maka masing-masing aspek masih perlu ditingkatkan sehingga pengendalian diri yang berada pada kategori sedang mampu mengalami peningkatan seperti pemberian perlakuan/intervensi secara berkesinambungan. Adapun keterbatasan dari penelitian ini yaitu jumlah sampel yang digunakan masih tergolong terbatas dan hasil penelitian belum dikaitkan dengan variabel lain ataupun variabel intervensi sehingga bisa mengetahui faktor-faktor lain yang memberikan dampak pada pengendalian diri ataupun kemampuan *self regulated learning* siswa sehingga hasil dan prestasi akademiknya serta membentuk identitas siswa sebagai pelajar yang siap menuju pendewasaan dengan pengendalian dirinya pun lebih adaptif.

Daftar Pustaka

- Alshehri, Ghadah H., Noura A. Alohal, Eman D. Eldesouky, et al. 2025. 'Evaluating a Pharmacy Student-Led Medication Awareness Campaign: Perceptions and Achievement of Learning Outcomes'. *BMC Medical Education* 25 (1): 1670. <https://doi.org/10.1186/s12909-025-08265-6>.

- Arodani, Pudali, Ali Armadi, Pendidikan Guru, and Sekolah Dasar. 2025. ‘Analisis Faktor Kedisiplinan Siswa Di Lingkungan Sekolah Dasar’. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Pendidikan* 6: 266–74.
- Azwar, Saifuddin. 2021. *Penyusunan Skala Psikologi*. III. Pustaka Pelajar.
- Bunin Yelets State University, Russia, alexander.v.dobrin@yandex.ru, Alexander Viktorovich Dobrin, Sergey Victorovich Shcherbatykh, and Prof. Bunin Yelets State University, Russia, scherbatych2017@yandex.ru. 2021. ‘Distinctive Features of Executive Functions among Students with Differing Levels of Probabilistic Thinking Style’. *International Journal of Instruction* 14 (4): 223–40. <https://doi.org/10.29333/iji.2021.14414a>.
- Dewi, Larantika. 2025. ‘Hubungan Antara Determinasi Diri Dan Pola Asuh Otoriter Dengan Pengambilan Keputusan Karir Siswa Sma Institut Indonesia’. *Skripsi*, no. 30702100113.
- Dolongseda, Rachel Clarisa, Lira In Makanoneng, and Fellyzia Anastasya Londo. 2025. *Menangani Krisis Perkembangan Remaja Awal melalui Layanan Konseling di SMP*.
- Efendi, Indah Novita, Elisa Fatma, Farah Dwi Nurmala, Pratiwi Try Yulianti, and Iwan Wicaksono. n.d. *Analisis Pertumbuhan Dan Perkembangan Peserta Didik Terhadap Siswa Menengah Pertama*.
- Farhan, Muhammad Alif, Feda Anisah Makkiyah, Yanti Harjono Hadiwiardjo, and Agneta Irmarahayu. 2025. ‘Exploring the Correlation between Academic Achievement and Self-Regulated Learning on Critical Thinking in Undergraduate Medical Students’. *BMC Medical Education* 25 (1): 1587. <https://doi.org/10.1186/s12909-025-07866-5>.
- Gutji, Nelyahardi, and Felicia Ayu Sekonda. 2022. *Efektivitas Teknik Self Control dalam Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa SMP N 17 Kota Jambi*. 6.

- Handasah, Retno. 2015. *Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap Agresivitas Dimediasi Oleh Kontrol Diri Pada Siswa Sma Negeri Di Kota Malang*.
- Kamaruddin, Ilham, Ferdian Utama, Lutfi Fadilah, Universitas Negeri Makassar, Universitas Malikussaleh, and Universitas Maarif Lampung. 2023. *Attractive : Innovative Education Journal*. 5 (3).
- Khurshid, Khizra, Rabia Mushtaq, Umara Rauf, et al. 2025. ‘Cognitive Behavior Therapy for Academic Burnout, Procrastination, Self-Handicapping Behavior, and Test Anxiety among Adolescents: A Randomized Control Trial’. *BMC Psychology* 13 (1): 94. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02371-2>.
- Luya, Dionisia. 2024. *Analisis Self Control Siswa Kelas VIII SMP Yos Sudarso Parindu Kabupaten Sanggau*. 1 (1).
- Madjid, Andi Nurul Fatimah, Aswar, and Andi Tajuddin. 2022. ‘Effects of Self-Control Ability in Pressing Aggressive Behavior’. *Psikologia: Jurnal Psikologi* 6 (1): 1–11. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v6i1.1210>.
- Mayangsari, Agnes Mariana, and D Y P Sugiharto. 2024. ‘Self-Control in Adolescent : A Systematic Literature Review’. *Jurnal Wahana Konseling* 7 (2): 230–45.
- Permana, Lutfi, Agus Abdul Rahman, and Ila Nurlaila Hidayat. 2019. *Peran Mindfulness dalam Meningkatkan Behavioral Self Control Remaja*. 3.
- PRANATA, ETIKA DWI. 2025. *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Di Siplin Belajar Siswa Kelas X SMAN 1 Pulung*.
- Remaja, Pada. 2024. *Kesejahteraan Psikologis Sebagai Salah Satu Prediktor Kontrol Diri Pada Remaja*. 2 (2): 524–32.
- Sahriyah, Erry Nur. 2023. *Penerapan Konseling Individu Teknik Self Control Untuk Mereduksi Perilaku Off- Task Pada Siswa Kelas X Sman 20 Surabaya*.

- Sahriyah, Erry Nur. 2024. *Penerapan Konseling Individu Teknik Self-Control Untuk Mereduksi Perilaku Off- Task Pada Siswa Kelas X SMAN 20 Surabaya*.
- Saputri, Risma Nata, Refni Jupisa, Almaida Rahayu, and Tiara Indri Prameswari. 2025. 'Refleksi Siswa Terhadap Perjalanan Perkembangan Psikologis Dari Pralahir Hingga Dewasa Muda Students ' Reflections on Their Psychological Development from Prenatal to Early Adulthood'. *Jurnal Intelek Insan Cendikia* 2: 12429–37.
- Studi, Program, Pendidikan Agama, and Fakultas Tarbiyah. 2024. *Pengaruh Kontrol Sosial Terhadap Akhlak Peserta Didik SMP Negeri 1 Sabbangparu Kabupaten Wajo*.
- Sudewi, I Gusti Ayu Agung Krisna, I Ketut Gading, and Gede Nugraha Sudarsana. 2021. 'Pengembangan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Self-Control Siswa'. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* 6 (1): 50–59. <https://doi.org/10.23887/XXXXXX-XX-0000-00>.
- Windu, I Putu, Mertha Sujana, Esther Hasanah, Ketut Siti, and Amerta Sari. 2025. *Strategi Penanganan Perilaku Menyimpang Siswa Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Sawan*. 7 (1): 53–59.