



Efektifitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Journaling* untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa *Fatherless* di SMAN Jakarta

Yumna Annisa Yusra¹, Asni²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia

E-mail: yumnaayusra@gmail.com, asni@uhamka.ac.id

Article Info	Abstract
Article History Received: 2025-05-13 Revised: 2025-06-23 Published: 2025-07-11	Emotional maturity plays an important role in life; students with high emotional maturity are better able to adapt to their social environment. Conversely, students with low emotional maturity tend to be easily angered, easily offended, excessively anxious, have difficulty controlling themselves, struggle to regulate emotions, and often display aggressive behavior. This is experienced by fatherless students, who are raised without the presence or involvement of a father figure in their lives, making it harder for them to adapt to their environment. The purpose of this study is to describe and analyze the influence of group counseling using Journaling techniques on emotional maturity. The research employs a quantitative pre-experimental method with a sample of 10 students selected through purposive sampling—meaning the students were chosen based on specific criteria, namely low emotional maturity. Data collection was carried out through questionnaires, consisting of pretests (before treatment) and post-tests (after treatment) within the same group. The data analysis technique used was the Kolmogorov-Smirnov test. The normality test results showed a significance value of 0.68 for the pre-test and 0.191 for the post-test, both greater than 0.05, indicating that the data were normally distributed. The results of the hypothesis test showed a significance value of 0.000, which is less than 0.05, concluding that there is a significant difference between students' scores before and after the treatment. Thus, it can be confirmed that group counseling using Journaling techniques is effective for improving the emotional maturity of SMA Negeri 42 Jakarta students.
Keywords: <i>Emotional Maturity;</i> <i>Fatherless;</i> <i>Group Counseling.</i>	

Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2025-05-13 Direvisi: 2025-06-23 Dipublikasi: 2025-07-11	Kematangan emosi memainkan peran penting dalam kehidupan, seorang siswa yang memiliki kematangan emosi yang tinggi akan lebih menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Sebaliknya siswa yang memiliki kematangan emosi rendah seperti mudah merasa terganggu atau marah akibat rangsangan kecil, cemas berlebihan, sulit mengontrol diri, dan sulit meregulasi emosi serta bersikap agresif. Hal ini dialami oleh siswa fatherless, yaitu siswa yang dibesarkan tanpa peran serta kehadiran seorang ayah dalam hidupnya, sehingga sulit untuk menyesuaikan diri dari lingkungan. Penelitian bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis pengaruh konseling kelompok dengan teknik Journaling terhadap kematangan emosi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif pra eksperimen, Subjek penelitian berjumlah 10 orang pengambilan dengan menggunakan teknik purposive sampling, artinya pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan yaitu siswa yang memiliki kematangan emosi rendah. Pengumpulan data dilakukan melalui angket melaksanakan Pre-test (tes sebelum perlakuan) dan post-test (tes setelah diberikan perlakuan) dalam satu kelompok. Sedangkan Teknik Analisa data menggunakan Kolmogorov-Smirnov, hasil uji normalitas menunjukkan nilai sig pre test 0,68 lebih besar dari 0,05 dan post test 0,191 lebih besar dari 0,05 sehingga data berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi 0.000 lebih kecil dari 0.05 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skor siswa sebelum dan sesudah dilakukan treatment. Dari sini dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik Journaling efektif untuk meningkatkan kematangan Emosi Siswa SMA Negeri 42 Jakarta.
Kata kunci: <i>Kematangan Emosi;</i> <i>Fatherless;</i> <i>Konseling Kelompok.</i>	

I. PENDAHULUAN

Kematangan emosi adalah proses di mana seorang individu terus berusaha untuk mencapai tingkat emosi yang sehat, baik secara intrafistik maupun interpersonal. Siswa yang matang secara emosi dapat secara akurat menentukan kapan

dan sejauh mana mereka perlu terlibat dalam masalah sosial dan dapat berkontribusi untuk menemukan solusi yang diperlukan. (Gorlow; Lugo dalam Haryono, 1996).

Siswa yang memiliki kematangan emosi mampu mengenali, memahami, dan mengatur

emosi diri sendiri dan orang lain dengan cara yang positif dan produktif. Ini melibatkan pemahaman diri untuk menyadari sumber dan alasan perasaan, serta keterampilan untuk mengelola emosi secara tepat. Biasanya, seseorang yang matang emosinya tahu cara mengekspresikan kemarahan tanpa harus bertindak negatif, empati atau kemampuan untuk merasakan perasaan orang lain, juga merupakan elemen penting yang membantu dalam interaksi sosial.

Kematangan emosi remaja merupakan aspek penting yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia, perubahan fisik, pola interaksi dengan orang tua, interaksi dengan teman sebaya, dan pandangan dari dunia luar.

Menurut Walgito (1984) (dalam Guswani dan Fajar : 2011), Aspek kematangan Emosi adalah:

1. Mampu menerima keadaan diri sendiri dan orang lain secara objektif.
2. Tidak impulsif, artinya bereaksi terhadap rangsangan dengan mengorganisasikan pikirannya dengan baik untuk menanggapi rangsangan tersebut. Orang impulsif yang bertindak cepat merupakan tanda bahwa emosinya belum berkembang sepenuhnya.
3. Mampu mengendalikan emosi atau ekspresi emosinya dengan baik, bahkan jika seseorang marah tetapi tidak menunjukkannya, karena mereka dapat mengatur kapan kemarahan perlu diungkapkan.
4. Sabar, pengertian, dan memiliki toleransi yang baik.
5. Memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi, dapat berdiri sendiri, tidak mudah frustrasi, dan menghadapi masalah dengan penuh pertimbangan.

Kematangan emosi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Pertama, lingkungan keluarga memiliki peran besar; Anak-anak tumbuh dewasa dalam keluarga yang mendukung dan terbuka cenderung lebih baik dalam mengelola emosi. Misalnya, orang tua yang mengajarkan ekspresi dan pengelolaan emosi membantu anak mengembangkan keterampilan emosional yang kuat. Kedua, pengalaman sosial juga berkontribusi, karena interaksi dengan teman sebaya memperkaya pemahaman emosi. Ketiga, pendidikan dan bimbingan dari sekolah atau luar sekolah dapat meningkatkan kematangan emosional melalui pelatihan keterampilan sosial. Terakhir, faktor individu, seperti kepribadian dan kemampuan refleksi diri, berpengaruh pada kemampuan seseorang dalam memahami dan mengelola emosi. Semua faktor ini berkolaborasi dalam membentuk kematangan

emosional seseorang sepanjang proses pertumbuhan.

Dengan demikian kematangan emosi remaja merupakan aspek penting yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia, perubahan fisik, pola interaksi dengan orangtua, interaksi dengan teman sebaya, dan pandangan dari dunia luar.

Menurut (KBBI), istilah "*fatherless*" merujuk pada kondisi atau keadaan di mana seseorang tidak memiliki ayah. Ini biasanya digunakan untuk menggambarkan anak atau individu yang dibesarkan tanpa peran serta kehadiran seorang ayah dalam hidupnya, baik karena perceraian, kematian, atau alasan lainnya. Sedangkan menurut Smith dalam (Ashari, 2017) *Fatherless* merupakan suatu kondisi di mana seorang anak mengalami ketiadaan peran ayah dalam kehidupan dan pengasuhannya baik secara fisik maupun psikologis. . dapat disimpulkan bahwa Istilah "*fatherless*" merujuk pada kondisi di mana seorang anak tidak memiliki kehadiran atau peran seorang ayah, baik secara fisik maupun psikologis. ketidakhadiran figur ayah dapat berdampak signifikan pada perkembangan emosional dan psikologis anak serta interaksi sosial emosi anak dimasa depan.

Adapun dampak *fatherless* menurut Lerner (2011) dalam (Dasalinda & Karneli, 2021). Anak yang tidak mendapat peran penting ayah berdampak pada: 1) rendahnya harga diri saat dewasa, 2) perasaan marah, 3) perasaan malu karena merasa berbeda dengan anak lain dan 4) ketidakmampuan merasakan rasa memiliki terhadap peran sebagai ayah seperti yang dialami anak lain.

Selain itu, siswa *fatherless* cenderung memiliki rasa percaya diri yang rendah dalam interaksi sosial, yang dapat mengakibatkan kesulitan dalam membangun empati. Hal ini berdampak pada kemampuan mereka untuk mendapatkan dukungan emosi dari lingkungan sosial. Selain masalah emosional, siswa ini mungkin menunjukkan perilaku agresif dan kesulitan mengekspresikan cinta, sehingga penting bagi sekolah untuk menyediakan bimbingan yang mendukung pengembangan kematangan emosional dan keterampilan sosial mereka. (Amelia, 2020).

Gazda, 1984 Jelaskan pentingnya konseling kelompok Ini adalah proses interpersonal dinamis yang berfokus pada upaya berpikir dan bertindak dan mencakup fungsi terapeutik yang potensial. Ini berfokus pada realitas, pemurnian jiwa, kepercayaan bersama, dukungan, pemahaman, penerimaan, dan bantuan. Fungsi

terapeutik dikembangkan dan dipertahankan dalam kelompok kecil melalui kontribusi individu dari anggota kelompok sebaya dan konselor, Dengan demikian dapat disimpulkan pengertian konseling kelompok adalah suatu proses bantuan khusus kepada individu dalam situasi kelompok secara intensif dan konstruktif melalui percakapan tatap muka untuk memecahkan masalah individu. Melalui konselor sehingga konseli dapat memperoleh pertolongan untuk secara mandiri mengembangkan keterampilan mereka sendiri dan lingkungan mereka dengan bantuan dinamika kelompok serta merupakan proses berlangsungnya sebuah layanan yang di dalamnya terdapat seorang konselor atau lebih dengan beberapa konseli yang mana dalam layanan ini konseli akan dengan mudah mendapatkan solusi tentang permasalahannya dalam konseling kelompok ini beberapa ide akan muncul dari masing-masing konseli dengan akar permasalahan yang juga sangat berbeda.

Journaling menurut (Bradley, 2016) adalah menulis catatan keseharian untuk menceritakan dan menginternalisasikan pikiran, perasaan, dan keinginannya yang sebelumnya hanya disimpan dalam pikiran atau hatinya saja. Sedangkan menurut (Tas'adi & Dewi, 2019). Buku harian dan jurnal juga menawarkan kebebasan bagi individu untuk mengekspresikan dan memahami masalah, pikiran, perasaan, dan perilaku hidup, dengan tujuan mengurangi, mengatasi, memperbaiki atau bahkan menyelesaikan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh masalah yang dialami.

Erford (2015) menjelaskan bahwa bahwa menulis jurnal dapat digunakan untuk penemuan jati diri, pertumbuhan, dan realisasi diri dengan menyalurkan perasaan dan emosi melalui ekspresi kreatif dan proses menulis. Berdasarkan pemaparan para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa Melalui *journaling*, seseorang dapat mengekspresikan pikiran, perasaan, dan pengalaman yang terdalam, baik positif maupun negatif. Selain itu, *journaling* juga berfungsi sebagai alat untuk memahami diri sendiri dengan lebih baik, mengidentifikasi masalah yang sedang dihadapi, dan mencari solusi yang tepat. Bahkan, *Journaling* dapat menjadi sarana untuk mencapai pertumbuhan pribadi dan aktualisasi diri.

Menulis jurnal adalah teknik yang menggunakan catatan harian untuk memahami pengalaman dan meringankan masalah terkait stres dalam lingkup pribadi. Sesuai dengan yang diungkapkan oleh Bradley, (2016:296) *journaling* adalah menulis catatan harian untuk

mengungkapkan pikiran, perasaan, dan kebutuhannya, ekspresi yang biasanya disimpan dalam ranah internal pribadi.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *Journaling* merupakan sebuah teknik yang sangat bermanfaat dalam konseling. Teknik ini memungkinkan individu untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, dan pengalaman mereka secara tertulis, sehingga dapat membantu mereka memahami diri sendiri dengan lebih baik. *Journaling* juga dapat berfungsi sebagai alat untuk mengidentifikasi masalah, mencari solusi, dan mengelola stres. Selain itu, *journaling* juga dapat meningkatkan motivasi dan fokus selama proses konseling, serta membantu konselor dalam memahami klien secara lebih mendalam.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen one group pretest-posttest, yaitu rancangan pra-eksperimen yang meliputi pretest (uji pra-perlakuan) dan posttest-tes (uji pasca-intervensi) konseling kelompok dengan *journaling*. Hal ini memungkinkan hasil perilaku yang lebih akurat, karena kondisi pretest dan posttest dapat dibandingkan. Rancangan penelitian kelompok sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian

Keterangan :

- O¹ : nilai pretest yang diberikan
- X : Tindakan
- O² : Nilai Posttest yang diberikan

Dalam penelitian ini menjadi populasi target adalah siswa kelas XI SMAN 42 Jakarta. Karena subjek yang dijadikan penelitian memiliki karakteristik sesuai dengan kebutuhan peneliti untuk diambil kesimpulan. Adapun tabel populasi sebagai berikut:

Tabel 1. Populasi Penelitian

No.	Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
1.	XI.7	5	5	10
Jumlah		5	5	10

Berdasarkan data pada tabel diatas, sebanyak 36 Siswa Kelas XI-7 yang mengisi terdapat 10 siswa yang mengalami *fatherless* dan 8 diantaranya memiliki permasalahan pada kematangan emosi, Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang

menunjukkan bahwa kehadiran sosok ayah sangat penting dalam perkembangan sosial dan emosi anak.

Pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, artinya pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan atau tujuan tertentu sesuai dengan kriteria sudah ditentukan yaitu :

1. Siswa/i aktif SMAN 42 Jakarta
2. Siswa siswi *Fatherless* yang memiliki masalah pada kematangan emosional
3. Siswa/i yang bersedia menjadi sampel penelitian (responden)

Kegiatan konseling kelompok dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan dengan durasi waktu pertemuan 45 menit. Peneliti menetapkan 10 siswa sebagai sampel penelitian melalui *purposive sampling*. Sampel dipilih berdasarkan dari layanan klasikal dalam kelas yang menunjukkan bahwa siswa tersebut mengalami *fatherless*. Topik berbeda pada setiap pertemuan yang diberikan kepada siswa sebagai subjek. Dibawah ini terdapat beberapa materi yang akan diberikan kepada siswa sesuai dengan Aspek kematangan emosi berdasarkan teori Bimo Walgito, diantaranya:

Tabel 2. Materi Layanan konseling kelompok

No.	Materi Layanan	Media
1.	Kesadaran Diri	
2.	Regulasi Emosi	Laptop, Alat
3.	Tindak Implusif	Tulis, <i>Notebook</i>
4.	Empati	(Buku Harian)
5.	Keterampilan Sosial	

Pada pertemuan pertama sampai pertemuan kelima Anggota Kelompok (AK) sepakat setiap pertemuan akan membahas permasalahan 2 Anggota kelompok dari masing-masing materi yang sesuai dengan permasalahan pada setiap AK.

Hasil pertemuan 1-5: Anggota Kelompok dapat memahami pentingnya mengenai kesadaran diri, Regulasi emosi, Tindak Implusif, Empati serta Keterampilan sosial dan memperoleh pengetahuan baru tentang cara serta manfaatnya. Beberapa AK mampu mengidentifikasi pentingnya hal ini dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga hubungan baik dan mencegah konflik.

Pada Evaluasi Hasil setiap pertemuan Pemimpin Kelompok meminta kepada AK untuk menceritakan perasaan yang ia alami setelah melakukan konseling kelompok ini dan mengajak untuk merefleksikan proses *journaling* yang sudah mereka lakukan, dan dilanjut penutupan dengan pesan.

Validitas skala kematangan emosi yang diuji menggunakan validitas konstruk menyatakan bahwa butir pernyataan dalam skala tersebut valid, kemudian pada uji alpha cronbach yang digunakan untuk menguji reliabilitas diperoleh hasil 0,872 yang berarti sangat reliabel. Selanjutnya data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji *Kolmogorov smirnov* dan *Shapiro Wilk* dan Uji-t untuk melihat seberapa efektif konseling kelompok dengan teknik *Journaling* dalam meningkatkan kematangan emosi siswa *Fatherless*.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Tabel 3. Klarifikasi Pretest dan Posttest Kematangan Emosi siswa

No.	Inisial	Pretest	Kategori	Posttest	Kategori
1.	RA	51	Rendah	87	Sedang
2.	STM	52	Rendah	80	Sedang
3.	MI	52	Rendah	98	Tinggi
4.	ME	50	Rendah	90	Tinggi
5.	GD	49	Rendah	85	Sedang
6.	RE	48	Rendah	89	Tinggi
7.	AI	48	Rendah	89	Tinggi
8.	RL	58	Sedang	88	Tinggi
9.	FR	64	Sedang	88	Tinggi
10.	MF	58	Sedang	102	Tinggi

Dapat disimpulkan bahwa hasil data skor dan kategorisasi *pretest* sebelum diberikan perlakuan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *journaling* pada kematangan emosi siswa berada pada kategori rendah

Pada hasil ini menginformasikan bahwa kematangan emosi siswa setelah diberikan perlakuan konseling kelompok dapat dikategorikan 'tinggi'

Tabel 4. Kategorisasi Kematangan Emosi Siswa

Kategori	Pretest		Posttest	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Rendah	7	70%	0	0
Sedang	3	30%	3	30%
Tinggi	0	0	7	70%
Jumlah	10	100%	10	100%

Berdasarkan Hasil *posttest* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa (70%) mengalami peningkatan ke kategori tinggi

dalam kematangan emosi. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi konseling kelompok dengan teknik journaling berkontribusi signifikan dalam meningkatkan kemampuan emosional siswa.

Tabel 5. Hasil Pretest dan Posttest skala kematangan emosi

Hasil	Kolmogorov		Shapiro
	Statistic	smirnov	Wilk
		Sig.	Sig.
Pretest	,275	0.31	,856
Postest	,074	0.32	,895
			0.191

Hasil uji Kolmogorov smirnov dan Shapiro Wilk menunjukkan nilai signifikan Pre test $0,068 > 0,05$ dan Post test $0,191 > 0,05$ kematangan emosi sehingga disimpulkan bahwa nilai residual keduanya berdistribusi Normal.

Tabel 6. Hasil Uji T

Mean	Std. deviation	Std. error mean	95% Confidence Interval of thr Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
			Lower	upper			
-36,60000	7,22957	2,28619	-41,77172	-31,42828	-16,009	9	,000

Sedangkan hasil hasil uji t yaitu pada nilai signifikansi 0.000. nilai signifikansi 0.000 lebih kecil dari 0.05 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada pre test dan post test sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

B. Pembahasan

Kematangan emosi dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengatur emosi diri sendiri dan orang lain dengan cara yang positif dan produktif. Hasil dari penelitian eksperimen tingkat kematangan emosi siswa pada sepuluh anggota kelompok sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *Journaling* dapat dikategorikan rendah. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Hasanah, Pratiwi (2020), Penerapan Konseling Kelompok Teknik Journaling untuk meningkatkan Pengelolaan emosi pada peserta didik di SMA Negeri 11 Surabaya. Penelitian ini menyimpulkan konseling kelompok teknik *Journaling* dapat meningkatkan pengelolaan emosi pada peserta didik di SMA Negeri 11 Surabaya. Siswa dengan kematangan emosi rendah lebih banyak dibandingkan siswa yang memiliki kematangan emosi yang tinggi. Rendahnya kematangan emosi mengakibatkan siswa

cenderung lebih murung, mudah nangis dan terpancing emosi, bahkan ada siswa yang menyalahkan diri sendiri. Selain itu penelitian ini juga telah mendukung penelitian sebelumnya yakni : Dita Juwita Zuraida, Nurul Fajri, dan Afra Hasna (2023), Penerapan metode *Journaling* untuk meningkatkan Regulasi diri siswa dengan Borderline Intellectual Functioning, penelitian ini menyimpulkan bahwa adanya peningkatan regulasi diri pada subjek yang bersangkutan setelah diberi perlakuan konseling dengan teknik *Journaling*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *journaling* terhadap peningkatan kematangan emosi siswa.

Sampel terdiri dari 10 siswa dengan hasil *Pretest* 7 diantaranya memiliki kematangan emosi yang rendah dan 3 memiliki kematangan emosi yang sedang dengan presentase 70% dan siswa dalam kategori sedang dengan presentase 30%. Sedangkan hasil *Posttest* 3 diantaranya memiliki kematangan emosi yang tinggi, dan 7 memiliki kematangan emosi yang sedang dengan presentase 30% dan siswa dalam kategori tinggi dengan presentase 70%.

Hasil dari uji releabilitas didapatkan hasil cronbach's alpha 0,872 dengan N of Item 35, kuesioner tersebut dinyatakan reliabel karena nilai cronbach's alpha $> 0,60$, Sedangkan Hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dengan SPSS 26 menunjukkan nilai sig pre test $0,68 > 0,05$ dan post test $0,191 > 0,05$ sehingga data berdistribusi normal. Hasil hipotesis penelitian nilai signifikansi 0.000 lebih kecil dari 0.05 maka dapat ditarik kesimpulan yang terdapat perbedaan yang signifikan pada pre test dan post test sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Uji hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *Journaling* efektif terhadap peningkatan kematangan emosi siswa.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Design Penelitian ini menggunakan one group pre-test post-test yang hanya melibatkan kelompok eksperimen saja tanpa kelompok kontrol. sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 orang peserta didik dengan kategori kematangan emosi yang rendah. Perlakuan konseling kelompok diberikan sebanyak 5 kali pertemuan.

Hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dengan SPSS 26 menunjukkan nilai sig pre test $0,68 > 0,05$ dan post test $0,191 > 0,05$ sehingga data berdistribusi normal. Hipotesis dalam penelitian ini menyatakan bahwa nilai

signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *journaling* efektif untuk meningkatkan kematangan emosi peserta didik *Fatherless* kelas XI-7 SMA Negeri 42 Jakarta.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, saran yang dapat peneliti sampaikan adalah:

1. Bagi guru bimbingan dan konseling, sering mengaplikasikan layanan secara langsung, seperti melaksanakan layanan konseling kelompok
2. Peserta didik lebih paham terhadap dirinya yang berkaitan dengan kematangan emosi-nya serta berbagi dengan Guru BK
3. Peneliti selanjutnya, dapat mengembangkan penelitian dengan topik bahasan yang serupa. Tentunya dapat melihat keterbatasan dalam penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Ashari, Y. (2017). Fatherless in Indonesia and its impact on children's psychological development. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 15(1), 35-40. <https://doi.org/10.18860/psi.v15i1.666>.
- Bimo Walgito. 2005. Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: Andi Offset
- Dasalinda, D., & Karneli, Y. (2021). Hubungan Fatherless Dengan Penyesuaian Sosial Remaja Implementasi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling Di Sekolah. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 2(02), 98-105. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i02.1461>.
- Erford, Bradley T. 2015. 40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua. Terjemahan Helly Prajitno & Sri Mulyanintini. Yogyakarta: Pustaka Belajar./
- Gazda, GM. 1984. Theories and Methods of Group Counseling in The Schools. Springfield: Charles C. Thomas./
- Guswani, A. M dan Fajar K. (2011). Perilaku Agresi Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Pitutur*. 1(2). 88. Diakses dari <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/PSI/index> pada 20 Mei 2019.
- Haryono. (1996). Kematangan Emosi, Pemikiran Moral, dan Kenakalan Remaja. Semarang: FIP-IKIP Semarang.
- Hasanah, Y. A., & Pratiwi, T. I. (2020). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Journaling untuk Meningkatkan Pengelolaan Emosi pada Peserta Didik di SMA Negeri 11 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 11(1), 337-346.
- Turnip, A., Hulukati, W., & Puluhulawa, M. (2023). Konseling Kelompok Teknik Journaling dan Pengaruhnya Terhadap Self Esteem Siswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 87-97. <https://doi.org/10.37411/sjgc.v2i2.2101>