

Efektivitas Penerapan Teknik *Bibliotherapy* Melalui Konseling Individual Untuk Peningkatan Konsep Diri Siswa Kelas VIII A SMPN St. Yoseph Noelbaki Kupang Tahun Pelajaran 2023/2024

Mariance Yuliana Faikusa

Universitas Katolik Widya Mandiri Kupang

Drs. Wens Nagul, M.Pd. Kons

Universitas Katolik Widya Mandiri Kupang

Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd

Universitas Katolik Widya Mandiri Kupang

Alamat: Jln. Sanjuan. No.1 Penfui Timur, Kupang Tengah, Nusa Tenggara Timur, Indonesia

Korespondensi penulis: Mariancefaikusa84@gmail.com*

Abstract. The problem in this research is whether the application of bibliotherapy techniques through individual counseling is effective for improving the self-concept of class VIII A students at SMPK St. Yoseph Noelbaki for the 2023/2024 academic year? The aim of this research is to determine the effectiveness of applying bibliotherapy techniques through individual counseling to improve the self-concept of class VIII students at ASMPK St. Yoseph Noelbaki for the 2023/2024 academic year. The method used in this research is quantitative descriptive with pre-experimental design (one-group pretest-posttest design). The research instruments used were a self-concept questionnaire and guidelines for implementing bibliotherapy techniques. The t test formula is used by research when analyzing data. The analysis results show that the t_{count} value is 88.75, while the t_{table} value at the 5% significance level is 12.71 ($t_{\text{count}} > t_{\text{table}}$). This shows that the application of bibliotherapy techniques through individual counseling is effective for improving the self-concept of class VIII A students at SMPK St. Yoseph Noelbaki for the 2023/2024 academic year. Based on the results of this research, the researcher provides suggestions to: 1) The principal is expected to better coordinate and support the entire BK program so that it is implemented well in order to help students improve their self-concept. 2) Guidance and Guidance Teachers are expected to continuously provide individual counseling services using bibliotherapy techniques to improve students' self-concept. 3) Students are expected to actively participate in individual counseling using bibliotherapy techniques carried out by guidance and counseling teachers to improve students' self-concept.

Keywords: Bibliotherapy Techniques, Self Concept

Abstrak. Masalah dalam penelitian ini adalah apakah penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk peningkatan konsep diri siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024? Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual untuk peningkatan konsep diri siswa kelas VIII ASMPK St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan *pre-experimental design* (one-group pretest-posttest design). Instrumen penelitian yang digunakan yaitu angket konsep diri dan pedoman pelaksanaan teknik *bibliotherapy*. Rumus uji t dipakai penelitian pada saat melakukan analisis data. Hasil analisis menunjukkan nilai t_{hitung} sebesar 88,75 sedangkan nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% sebesar 12,71 ($t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$). Hal ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk peningkatan konsep diri siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran kepada: 1) Kepala Sekolah, diharapkan untuk lebih mengkoordinir dan mendukung seluruh program BK sehingga terlaksana dengan baik guna membantu siswa dalam peningkatan konsep diri. 2) Guru BK, diharapkan secara berkesinambungan memberi layanan konseling individual dengan teknik *bibliotherapy* untuk peningkatan konsep diri siswa. 3) Siswa, diharapkan agar berpartisipasi aktif dalam mengikuti konseling individual dengan teknik *bibliotherapy* yang dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling untuk peningkatan konsep diri siswa.

Kata kunci: Teknik *Bibliotherapy*, Konsep Diri

LATAR BELAKANG

Konsep diri sebagai salah satu aspek psikologi siswa yang dikembangkan agar siswa mampu menerima keadaan diri yang terkandung di dalam dirinya. Ghuftron dan Risnawita (2014:13), mengatakan bahwa konsep diri merupakan gambaran diri seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari kondisi fisik, psikologis, sosial, emosional, dan prestasi yang mereka capai.

Karakteristik siswa yang memiliki konsep diri tinggi yaitu menerima diri apa adanya, keinginan dan kemampuan dalam memperbaiki diri sendiri dan akan secara lapang menerima informasi rendah terhadap dirinya sedangkan siswa yang memiliki konsep diri rendah yaitu tidak menyukai dan menghormati diri sendiri, memiliki gambaran yang tidak pasti terhadap dirinya, merasa aneh dan asing terhadap diri sendiri sehingga sulit bergaul, membenci diri dan memiliki perasaan rendah diri.

Terdapat berbagai teknik dalam konseling individual yang dapat dimanfaatkan oleh guru BK, salah satunya adalah teknik *bibliotherapy*. Teknik *bibliotherapy* adalah sebuah teknik yang digunakan oleh konselor profesional untuk memodifikasi cara berpikir klien. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Trihantoro (2016) membuktikan bahwa teknik *bibliotherapy* dapat mengubah konsep diri siswa.

KAJIAN TEORITIS

1. Teknik *bibliotherapy*

Teknik *bibliotherapy* adalah salah satu teknik yang terdapat dalam bimbingan konseling atau psikologi melalui pemakaian bermacam-macam buku atau literatur pilihan yang disarankan oleh konselor pada klien untuk mempermudah atau memperlancar perubahan atau menyehatkan atau kearah kesembuhan pada klien. Herlina (2013:28), menjelaskan bahwa terdapat beberapa manfaat teknik *bibliotherapy* yaitu: 1) Merangsang klien untuk mengekspresikan masalah dan kesulitan secara bebas. 2) Membantu klien menganalisis pikiran dan perilakunya dalam hubungan dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain. Klien dapat menguji pikiran dan perilaku mereka sendiri setelah mengidentifikasi pikiran dan perilaku karakter cerita pada buku, video maupun literatur lain yang memiliki kesulitan mirip dengan kesulitan yang dialami klien. 3) Memberikan informasi bagi klien untuk mengatasi masalahnya. 4) Mengurangi kecemasan dan meningkatkan relaksasi. 5) klien sering kali merasa emosinya rendah setelah menemukan bahwa orang lain pun memiliki perasaan-perasaan dan pengalaman-pengalaman yang mirip dengan dirinya. Teknik *bibliotherapy* memiliki tujuan

membantu siswa untuk mengembangkan konsep diri individual. Adapun beberapa tahapan-tahapan dalam *bibliotherapy* yaitu:

- a) Motivasi
- b) Membaca Bacaan yang Disiapkan
- c) Lakukan Inkubasi
- d) Tindak Lanjut
- e) Evaluasi

2. Konsep Diri

Ghufron dan Risnawita (2014:13), mengemukakan Konsep diri merupakan gambaran diri seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai. Konsep diri sebagai kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapatnya terhadap diri sendiri, pendapat tentang gambaran diri di mata orang lain, dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai.

Burn (dalam Lestari 2017:13), mengatakan bahwa klien yang memiliki konsep diri tinggi adalah konsep diri yang tinggi ialah keyakinan, pandangan, gambaran, dan penilaian tentang diri yang baik dan menyenangkan. Konsep diri yang tinggi menunjukkan adanya gambaran diri yang baik, harga diri yang tinggi, evaluasi diri yang baik, penghargaan diri yang baik, dan penerimaan diri yang baik. Sedangkan menurut Burn (dalam Lestari 2017:13), klien yang memiliki konsep diri tinggi adalah siswa dengan konsep diri yang rendah biasanya berfikir tentang diri sendiri, dan sulit menentukan hal-hal yang pantas dihargai dalam dirinya. Hal ini terjadi antara lain karena pengaruh dari luar dirinya seperti orang tua, teman sebaya, guru, dan lingkungan sekitar. Jika orang tua, guru, dan teman sebaya cenderung merendahkan, meremehkan, dan mempermalukan, maka sikap remaja terhadap dirinya akan rendah. Remaja dengan konsep diri rendah biasanya akan bersifat pasif dan tidak percaya diri, bahkan berpikir buruk mengenai dirinya sendiri.

METODE PENELITIAN

penelitian ini menggunakan desain pretest-posttest individual (*one-group pretest-posttest design*) sesuai dengan model yang diuraikan oleh sugiyono (2019:131).

$$O_1 \times O_2$$

Bagan 1. Desain Penelitian *One Group Pretest-Posttest*

Keterangan:

O_1 : *Pretest* (Pengukuran sebelum diberi perlakuan)

X : Perlakuan

O_2 : *Posttest* (Pengukuran setelah diberi perlakuan)

Dalam desain penelitian ini, dilakukan pengukuran awal (*pretest*) terhadap responden, kemudian responden penelitian diberikan perlakuan lalu dilakukan pengukuran kembali (*posttest*) dengan alat ukur yang sama. Setelah itu hasil pengukuran awal dan akhir (*pretest* dan *posttest*) dibandingkan, untuk mengetahui efektivitas dari penerapan perlakuan variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y).

Populasi dalam penelitian ini termasuk dalam kategori populasi yang terbatas. Ini mencakup seluruh siswa kelas VIII A di SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki pada tahun pelajaran 2023/2024, dengan jumlah siswa sebanyak 3 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yang artinya memilih sampel berdasarkan ciri dan tujuan serta pertimbangan tertentu. Sampel dalam penelitian ini adalah sekelompok siswa kelas VIII A SMP Katolik St Yoseph Noelbaki, yang memiliki konsep diri yang rendah berjumlah 3 orang.

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Lebih lanjut Sugiyono (2019:75), menjelaskan bahwa ada dua variabel dalam penelitian yaitu:

1. Variabel bebas

Variabel bebas (X) teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual. Teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual merupakan proses bantuan yang diberikan kepada siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki yang bertujuan untuk meningkatkan konsep diri siswa. Pelaksanaan teknik *bibliotherapy* sebagai berikut:

- 1) Motivasi
- 2) Membaca bacaan yang disiapkan
- 3) Lakukan Inkubasi
- 4) Tindak lanjut
- 5) Evaluasi

2. Variabel terikat

Variabel terikat (Y) atau variabel independen merupakan variabel yang dipengaruhi atau variabel yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah konsep diri. Konsep diri adalah gambaran mengenai diri siswa kelas VIII A yang merupakan kerangka acuan dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Beberapa aspek konsep diri yang diteliti yaitu:

- a. Fisik
- b. Psikis
- c. Sosial
- d. Moral

Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang memiliki sifat tertutup atau memiliki struktur. Tahap pertama dalam penyusunan angket melibatkan pembuatan kerangka angket, yang mencakup bagian pengantar, informasi mengenai identitas responden, petunjuk untuk mengisi, dan serangkaian pernyataan yang akan direspons oleh responden. Hal ini dikarenakan penggunaan angket sebagai sarana untuk menghimpun data yang nantinya akan dianalisis menggunakan metode analisis deskriptif kuantitatif.

Dalam penelitian ini konteks kerangka desain yang diterapkan yaitu desain pre-eksperimen dengan individual (*one group pretest-posttest design*), data yang akan dievaluasi adalah data yang dikumpulkan melalui instrumen yang telah disiapkan oleh peneliti, yakni kuesioner mengenai konsep diri. Proses analisis data akan menggunakan pendekatan analisis deskriptif kuantitatif.

3. Analisis Pretest

Data yang dievaluasi berasal dari instrumen yang diberikan kepada siswa sebelum mengikuti konseling individual dengan penerapan teknik *bibliotherapy*. Dalam analisis pretest, pendekatan yang digunakan adalah penghitungan rata-rata (mean) skor responden dengan menggunakan rumus mean rata-rata:

$$\bar{x}_1 = \frac{\sum x_1}{n_1}$$

Keterangan:

$\bar{x}_1$ = hasil pengukuran pretest

$\sum x_1$ = jumlah keseluruhan skor (pretest)

n_1 = jumlah responden

4. Analisis Posttest

Data yang dianalisis merupakan data yang dikumpulkan melalui alat yang telah disiapkan oleh peneliti, yaitu kuesioner mengenai konsep diri, yang disebarkan kepada siswa dan diisi setelah mengikuti sesi konseling individual dengan penerapan teknik *bibliotherapy*. Dalam analisis posttest, rumus yang digunakan adalah rumus Mean (rata-rata), yang akan memberikan gambaran tentang hasil dari data posttest.

$$\bar{x}_2 = \frac{\sum x_2}{n_2}$$

Keterangan:

$\bar{x}_2$ = hasil pengukuran pposttest

$\sum x_2$ = jumlah keseluruhan skor (posttest)

n_2 = jumlah responden

5. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilaksanakan untuk menilai seberapa efektif teknik *bibliotherapy* maka hasil pretest dan posstest seanjutnya diuji dengan metode uji *t*. Dalam situasi ini, data pretest dan posttest dianalisis menggunakan metode uji *t* berpasangan dengan metode analisis dependent *t-test*. Pendekatan statistik ini berguna untuk membandingkan hasil *pretest* (O1) dan *posttest* (O2) dari variabel tergantung (Y). Rumus yang diterapkan dalam pengujian *t* sampel berpasangan adalah seperti berikut:

$$t = \frac{M_d}{\sqrt{\frac{\sum x_d^2}{n(n-1)}}}$$

Keterangan

t = nilai *t* yang dihitung

d_i = selisih skor sesudah dengan skor sebelum dari setiap subjek (i)

M_d = rerata dan gain(d)

x_d = deviasi skor gain terhadap rataannya ($x_d = d_i - M_d$)

x_d^2 =kuadrat deviasi skor gain terhadap reratanya

n =subyek penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil *Pretest*

Hasil *pretest* konsep diri dilihat tabel dibawah ini.

Tabel 1. Data *Pretest* Konsep Diri Responden Penelitian

No	Nama	Skor	Kategori
1	GML	81	Rendah
2	LM	80	Rendah
3	WFFS	80	Rendah
Jumlah		241	

Analisis data *pretest*/tes awal dilakukan sebelum kegiatan konseling individual dengan teknik *bibliotherapy*. Tujuan dari analisis data *pretest* adalah untuk memperoleh data awal sebagai acuan untuk mengetahui kondisi awal siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki. Rumus yang digunakan dalam analisis data *pretest*, rumus yang diterapkan rumus rata-rata (mean).

$$\frac{X_1}{X_1} = \frac{\sum X_1}{n_1}$$

Diketahui:

$$X_1 = \frac{241}{3}$$

$$= 80.333$$

Keterangan:

x_1 = hasil pengukuran *pretest*

$\sum x_1$ = keseluruhan skor *pretest*/ test awal

n_1 = jumlah responden

Hasil analisis *pretest* menunjukkan rata-rata sebesar 80,333

2) Hasil *Posttest*

Hasil *posttest* dapat ditemukan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 2. Data Hasil *Posttest* Konsep Diri

No	Nama	Skor	Kategori
1	GML	144	Tinggi
2	LM	146	Tinggi
3	WFFS	140	Tinggi
Jumlah		430	

Rumus yang digunakan peneliti untuk menganalisis data *posttest* adalah rumus mean (rata-rata):

$$X_2 = \frac{\sum X_2}{n_2}$$

Diketahui:

$$X_2 = \frac{430}{3}$$

$$= 144$$

Keterangan:

x_2 = hasil pengukuran *posttest*

$\sum x_2$ = jumlah keseluruhan skor *posttest* (tes akhir)

n_2 = jumlah responden

Hasil analisis *pretest* menunjukkan rata-rata sebesar 144.

Untuk melihat perbedaan tingkat konsep diri berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*, dapat dalam tabel dibawah ini.

Tabel 3. Perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* konsep diri

No	Nama	Skor <i>pretest</i> (X1)	Kategori	Skor <i>posttest</i> (X2)	Kategori
1	GML	81	Rendah	144	Tinggi
2	LM	80	Rendah	146	Tinggi
3	WFFS	80	Rendah	140	Tinggi
	Jumlah	241		430	

3) Uji Hipotesis

Tabel 5. Data perhitungan nilai *pretes* dan *posttest*

No	Skor <i>pretest</i> (1)	Skor <i>posttest</i> (2)	D (3)	Xd (4)	Xd ² (5)
1	81	144	63	1	1
2	80	146	66	1,05	1,1025
3	80	140	60	0,96	0,9216
Jumlah	241	430	$\sum d = 189$		3,0241

Berdasarkan data pada tabel di atas, maka dapat dilakukan penghitungan sebagai berikut:

1) Menghitung nilai rata-rata dari gain (M_d):

$$M_d = \frac{\sum d}{n} = \frac{189}{3} = 63$$

2) Menentukan nilai *t hitung* dengan menggunakan rumus:

$$t_{hitung} = \frac{M_d}{\sqrt{\frac{\sum x^2_d}{n(n-1)}}}$$

$$t_{hitung} = \frac{63}{\sqrt{\frac{3,0241}{3(3-1)}}} = \frac{63}{\sqrt{0,504}} = 88,75$$

Dari perhitungan yang dilakukan diketahui hasil t_{hitung} adalah sebesar 88,75

- 3) Menentukan derajat kebebasan:

$$Db = n - 2 = 3 - 2 = 1$$

- 4) Menetapkan nilai t_{tabel} :

Nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dengan d.b 1 sebesar 12.71. Pengujian hipotesis dengan menggunakan rumus uji t dimana hasil analisis data diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 88,75 sedangkan nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dengan d.b = 1 adalah 12.71. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($88,75 > 12.71$). Hal ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk peningkatan konsep diri pada siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024. Dengan demikian H_0 yang berbunyi penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual tidak efektif untuk peningkatan konsep diri siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024 ditolak, dan H_a yang berbunyi penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk peningkatan konsep diri siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024 diterima.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diketahui penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif dalam peningkatan konsep diri siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki 2023/2024. Hal ini membuktikan bahwa layanan bimbingan dan konseling dapat membantu guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi masalah siswa dengan memecahkan berbagai masalah yang dialami siswa sehingga diberikan beberapa jenis layanan, diantaranya layanan konseling individual.

Konseling individual merupakan pemberian bantuan yang dilakukan dalam suasana konseling yang bertujuan untuk membantu konseli dalam memecahkan masalah yang dialaminya. Konseling individual bertujuan untuk membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari life style serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya .

Salah satu teknik yang biasa dipakai dalam layanan konseling individual adalah teknik *bibliotherapy* yang dapat meningkatkan konsep diri siswa. penelitian terdahulu oleh Trihantoro (2016), yang membuktikan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual dapat meningkatkan konsep diri siswa. Teknik *bibliotherapy* dalam menangani konsep diri siswa

diharapkan individu dapat memperbaiki diri dan memberikan perubahan perilaku menuju lebih baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pembahasan yang telah dipaparkan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk peningkatan konsep diri pada siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024. Saran diberikan kepada kepala sekolah, guru BK dan siswa sebagai berikut: 1). Kepala Sekolah diharapkan untuk lebih mengkoordinir dan mendukung seluruh program BK sehingga terlaksana dengan baik guna membantu siswa dalam peningkatan konsep diri. 2). Guru Bimbingan dan Konseling diharapkan secara berkesinambungan memberikan layanan konseling individual dengan teknik *bibliotherapy* untuk peningkatan konsep diri siswa. 3). Siswa diharapkan agar berpartisipasi aktif dalam mengikuti konseling individual dengan teknik *bibliotherapy* yang dilaksanakan oleh guru Bimbingan dan Konseling untuk peningkatan konsep diri siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024 yang sudah bersedia meluangkan waktu dan memberikan data yang dibutuhkan peneliti dalam penelitian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Alfarendra, F., & Purwoko, B. (2020). *Konseling Individu Teknik Bibliotherapy Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 1 Maduran Lamonga*. (Universitas Negeri Surabaya)
- Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Statistik Pendidikan (Teori dan Praktik dalam Pendidikan)*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Arif, M. Z., & Winingsih, E. (2018). *Penerapan Konseling Kelompok Cognitive Behavior Teknik Biblioterapi untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Ujungpangkah Gresik* (Doctoral dissertation, State University of Surabaya).
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bahrul Hayat dan Suhendra Yusuf. (2010). *Mutu Pendidikan*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Erfrod, Bradley T. (2019). *40 Teknik yang Harus Diketahui Konselor*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawita S. (2014). *Teori-teori Psikologi* (Cet.4). Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Harsaktiningtyas. K. (2018). *Pengaruh Biblioterapi Terhadap Konsep Diri pada Anak Retardasi Mental (Tunagrahita) di SLB*. (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Hendryadi, (2019). *Metode Penelitian. Pedoman Penelitian Bisnis dan Akademik*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Manajemen dan Publikasi Imperium (LPMP Imperium)
- Herlina, (2013). *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak Dan Remaja Melalui Buku*. Bandung: Pustaka Cendekia Utama.
- Kemdikbud, Dirjen Dikdas, Dirpem. SMP, (2014). *Panduan Bimbingan Konseling SMP*, Jakarta.
- Lestari, Benedika Indah Putri. (2017). *Tingkat Konsep Diri Siswa*. Skripsi. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- Narti Sri, (2020), *Bibliotherapy untuk Menolong Peserta Didik*, Yogyakarta: Deepublish
- Prayitno (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Bimbingan dan Konseling*. Padang: Program Padsa Sarjana UNP
- Qomusuddin, I. F. (2019). *Statistik Pendidikan (Lengkap dengan Aplikasi IBM SPSS Statistic 20.0)*. Yogyakarta: Penerbit Deepublish.
- Rakhmat, J., (2015). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Siregar, (2016). *Statistika Deskriptif Untuk Penelitian: Dilengkapi Perhitungan Manual SPSS versi 17*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sudaryono.(2018). *Metode Penelitian Pendidikan*, Edisi Pertama. Jakarta: Prenadamedia.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D)*. Bandung: CV Alfabeta.
- Tohirin. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasa (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Trihantoro, A. (2016). Pengaruh Teknik Biblioterapi Untuk Mengubah Konsep Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 5 (1), 8-14.
- Willis, S. Sofyan, (2013). *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: CV Alfabeta.
- Yusuf, Syamsu. (2016). *Konseling Individual Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung: Refika Aditama. Cetakan kesatu.