Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (2) 2026, Page: 21170-21176

Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mengurangi Perilaku Agresif Residen di Yayasan cahaya putra selatan palembang

Siska Lusiana[1], Zhila Jannati[2], Hartika Utami Fitri[3]

[1,2,3]Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, UIN Raden Fatah Palembang

Email : slusiana076@gmail.com

ABSTRAK

Published: April , 2026Perilaku agresif merupakan masalah psikososial yang sering ditemukan pada remaja yang menjalani rehabilitasi narkoba. Kondisi ini dapat mengganggu proses pemulihan dan hubungan interpersonal di lingkungan terapeutik. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* dalam mengurangi perilaku agresif residen remaja di Yayasan Cahaya Putra Selatan (YCPS) Palembang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *onegroup pretest-posttest*. Sampel sebanyak 12 residen remaja berusia 14-18 tahun dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria menunjukkan perilaku agresif. Instrumen yang digunakan adalah skala perilaku agresif yang telah diuji validitas (55 item valid) dan reliabilitas (Cronbach's Alpha = 0,955). Intervensi konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* diberikan dalam empat kali pertemuan. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan: (1) tingkat perilaku agresif sebelum intervensi (*pretest*) berada pada kategori tinggi dengan rata-rata skor 169,08;
(2) setelah intervensi (*posttest*), rata-rata skor menurun menjadi 88,42; dan (3) uji Wilcoxon menunjukkan nilai Z = -3,062 dengan signifikansi 0,002 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*. Kesimpulannya, konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* efektif dalam mengurangi perilaku agresif residen remaja di Yayasan Cahaya Putra Selatan Palembang.

Kata Kunci: Konseling Kelompok, *Cognitive Restructuring*, Perilaku Agresif, Remaja, Rehabilitasi Narkoba

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Remaja yang menjalani rehabilitasi narkoba di lembaga seperti Yayasan Cahaya Putra Selatan (YCPS) Palembang menghadapi tantangan psikologis yang berat. Selain harus beradaptasi dengan aturan ketat dan keterbatasan kebebasan, mereka juga berjauhan dari keluarga serta bergaul dengan individu dari berbagai latar belakang. Kondisi ini kerap memicu tekanan emosional yang diekspresikan melalui perilaku agresif, baik verbal (membentak, mengejek, berkata kasar) maupun nonverbal/fisik (memukul, mendorong, bersikap arogan) (Buss & Perry, dalam Purwadi dkk., 2018).

Perilaku agresif pada remaja rehabilitasi tidak hanya merugikan diri sendiri tetapi juga mengganggu lingkungan terapeutik dan menghambat proses pemulihan. Islam sendiri melarang perilaku permusuhan (*bagly*) sebagaimana firman Allah dalam QS. An-Nahl ayat 90 yang memerintahkan keadilan, kebajikan, dan melarang perbuatan keji, kemungkaran, serta permusuhan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat untuk mengatasi masalah ini.

Salah satu pendekatan yang efektif adalah konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring*. Teknik ini, yang dikembangkan dalam kerangka terapi kognitif-perilaku, bertujuan membantu individu mengidentifikasi, menantang, dan mengubah pola pikir negatif atau irasional menjadi lebih rasional dan adaptif (Beck, 2011; Cormier & Cormier, dalam Rofiq, 2017). Dengan mengubah cara berpikir, diharapkan residen mampu mengelola emosi dan mengurangi kecenderungan agresif.

Penelitian terdahulu menunjukkan efektivitas teknik *cognitive restructuring* untuk berbagai masalah, seperti mengurangi *sadfishing* pada mahasiswa (Sanjaya dkk., 2024), perilaku *self-harm* (Aprilia & Prasetya, 2025), FOMO

pada remaja (Taufiqurrohman & Muwakhidah, 2025), serta agresi verbal pada siswa (Parwati, t.t.). Namun, penelitian yang secara spesifik menargetkan residen rehabilitasi narkoba dengan perilaku agresif masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui tingkat perilaku agresif residen sebelum diberikan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*; (2) mengetahui tingkat perilaku agresif setelah intervensi; dan (3) menguji efektivitas teknik tersebut dalam mengurangi perilaku agresif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *pre-eksperimental* desain *one group pretest-posttest*. Desain ini melibatkan satu kelompok yang diukur sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan perlakuan (*treatment*) tanpa kelompok kontrol (Sugiyono, 2022).

Lokasi dan Subjek Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Yayasan Cahaya Putra Selatan (YCPS) Palembang, sebuah lembaga rehabilitasi narkoba terakreditasi. Populasi adalah seluruh residen remaja usia 14-18 tahun yang berjumlah 52 orang. Sampel sebanyak 12 residen dipilih menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria: (a) sedang menjalani rehabilitasi; (b) berusia 14-18 tahun; (c) menunjukkan perilaku agresif (verbal, nonverbal, marah, permusuhan); dan (d) bersedia menjadi responden.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah skala perilaku agresif yang disusun berdasarkan aspek dari Buss & Perry, meliputi agresi verbal, agresi nonverbal/fisik, kemarahan (*anger*), dan permusuhan (*hostility*). Skala menggunakan format Likert dengan 5 alternatif jawaban (SS=5 hingga STS=1). Uji validitas dilakukan pada 30 responden dengan korelasi *Pearson Product Moment*. Dari 60 butir pernyataan, 55 butir dinyatakan valid (r hitung > r tabel = 0,361) dan 5 butir tidak valid. Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* menghasilkan nilai 0,955 (>0,60), yang berarti instrumen sangat reliabel.

Prosedur Intervensi

Intervensi konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* dilaksanakan dalam empat kali pertemuan (26 Januari - 1 Februari 2026). Setiap pertemuan mengikuti tahapan konseling kelompok (awal, transisi, kegiatan, penutup) dan enam tahapan teknik *cognitive restructuring* menurut Cormier & Cormier:
(1) rasional, (2) identifikasi pikiran negatif, (3) pengenalan dan latihan *coping thought*, (4) perpindahan ke *coping thought*, (5) penguatan positif, dan (6) tugas rumah.

Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menentukan kategorisasi tingkat perilaku agresif (tinggi, sedang, rendah) berdasarkan rumus TSR (Mean ± SD). Uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* karena data berpasangan dan berdistribusi tidak normal, dengan bantuan SPSS versi 27.

HASIL PENELITIAN

Tingkat Perilaku Agresif Sebelum Intervensi (Pretest)

Hasil *pretest* menunjukkan rata-rata skor perilaku agresif sebesar 169,08 (SD = 16,071). Berdasarkan kategorisasi TSR, dari 12 residen, sebanyak 3 orang (25,0%) berada pada kategori tinggi, 8 orang (66,7%) pada kategori sedang, dan hanya 1 orang (8,3%) pada kategori rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa sebelum diberikan intervensi, sebagian besar residen memiliki tingkat perilaku agresif yang cukup tinggi. **Tabel 1. Kategorisasi Perilaku Agresif Sebelum Intervensi (Pretest)**

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	> 185	3	25,0%
Sedang	153 – 185	8	66,7%
Rendah	< 153	1	8,3%
Total		**12**	**100%**

Tingkat Perilaku Agresif Setelah Intervensi (Posttest)

Setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring*, rata-rata skor perilaku agresif menurun menjadi 88,42 (SD = 6,215). Dari 12 residen, sebanyak 2 orang (16,7%) masih berada pada

kategori tinggi, 5 orang (41,7%) pada kategori sedang, dan 5 orang (41,7%) pada kategori rendah. Terjadi penurunan jumlah residen pada kategori tinggi dan peningkatan pada kategori rendah.

Tabel 2. Kategorisasi Perilaku Agresif Setelah Intervensi (Posttest)

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	> 95	2	16,7%
Sedang	82 – 95	5	41,7%
Rendah	< 82	5	41,7%
Total		**12**	**100%**

Uji Efektivitas (Wilcoxon Signed Rank Test)

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa seluruh 12 residen (negative ranks = 12) mengalami penurunan skor perilaku agresif, dengan tidak ada yang mengalami peningkatan (positive ranks = 0) atau skor tetap (ties = 0). Nilai Z hitung = -3,062 dengan Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,002.

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	12	6,50	78,00
Positive Ranks	0	0,00	0,00
Ties	0		
Total	12		
Z	-3,062		
Asymp. Sig. (2-tailed)	**0,002**		

Karena nilai signifikansi 0,002 < 0,05, maka Ha diterima dan Ho ditolak. Dengan demikian, konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* efektif dalam mengurangi perilaku agresif residen di Yayasan Cahaya Putra Selatan Palembang.

PEMBAHASAN

Penelitian ini membuktikan bahwa konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* efektif menurunkan perilaku agresif residen remaja di lembaga rehabilitasi narkoba. Sebelum intervensi, sebagian besar residen (91,7%) berada pada kategori agresif sedang hingga tinggi. Mereka mudah tersinggung, membentak, berkata kasar, bahkan terlibat pertengkaran fisik. Kondisi ini sejalan dengan temuan Sargih dkk. (2025) bahwa residen rehabilitasi umumnya menghadapi tekanan psikologis berat yang memicu pikiran negatif dan ketidakstabilan emosi.

Setelah mengikuti empat sesi konseling kelompok, terjadi penurunan rata-rata skor yang sangat signifikan, dari 169,08 menjadi 88,42 (penurunan sekitar 47,7%). Residen mulai menunjukkan respons yang lebih terkontrol, mampu menahan diri, mengurangi kata-kata kasar, dan tidak mudah terlibat konflik. Keberhasilan ini tidak terlepas dari proses *cognitive restructuring* yang membantu residen memahami hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku. Melalui identifikasi pikiran negatif (misalnya: "saya harus membalas agar tidak dianggap lemah") dan penggantian dengan *coping thought* yang lebih rasional (misalnya: "saya bisa menyelesaikan masalah tanpa kekerasan"), residen belajar merespons situasi konflik secara lebih adaptif.

Penurunan perilaku agresif juga didukung oleh faktor terapeutik dalam konseling kelompok, seperti dukungan sosial dari anggota kelompok, umpan balik, serta pengalaman bersama (Yalom, dalam Latipun, 2017). Residen tidak hanya belajar dari konselor tetapi juga dari pengalaman teman sebaya yang memiliki

masalah serupa.

Hasil ini konsisten dengan berbagai penelitian sebelumnya. Azizah dkk. (2024) menemukan bahwa konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* efektif mengurangi FOMO pada remaja pengguna media sosial. Tarmizi dkk. (2021) juga melaporkan efektivitas teknik ini dalam mengurangi agresi siswa. Dengan demikian, teknik *cognitive restructuring* terbukti adaptif untuk berbagai populasi dan jenis masalah yang berkaitan dengan distorsi kognitif.

Meskipun efektif, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan: (1) hanya berfokus pada tingkat perilaku agresif secara umum tanpa mengkaji dinamika setiap aspek secara mendalam; (2) jumlah sampel terbatas (12 orang); dan (3) tidak adanya kelompok kontrol, sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan dengan hati-hati.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan:

1. Tingkat perilaku agresif residen remaja di Yayasan Cahaya Putra Selatan Palembang sebelum diberikan intervensi tergolong tinggi (rata-rata 169,08), dengan 25% pada kategori tinggi dan 66,7% pada kategori sedang.
2. Setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring*, tingkat perilaku agresif menurun secara signifikan (rata-rata 88,42), dengan 41,7% berada pada kategori rendah.
3. Konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* terbukti efektif dalam mengurangi perilaku agresif residen ($Z = -3,062$; $p = 0,002 < 0,05$).

Saran:

1. **Bagi Residen:** Diharapkan terus melatih keterampilan berpikir rasional yang telah dipelajari dalam kehidupan sehari-hari serta aktif mengikuti program rehabilitasi.
2. **Bagi Yayasan Cahaya Putra Selatan:** Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk mengintegrasikan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* sebagai program unggulan dalam layanan rehabilitasi.
3. **Bagi Program Studi BPI:** Diharapkan menjadikan teknik *cognitive restructuring* sebagai salah satu materi dalam perkuliahan konseling dan mengembangkannya ke berbagai bidang permasalahan lainnya.
4. **Bagi Peneliti Selanjutnya:** Disarankan untuk memperluas sampel, menambahkan kelompok kontrol, serta mengkaji efektivitas teknik ini pada aspek agresi spesifik (verbal, fisik, marah, permusuhan) secara terpisah.

DAFTAR PUSTAKA

Adhi Kusumastuti, Ahmad Mustamil Khoiron, Taofan Ali Achmadi. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Deepublish, 2020.

Afna Afifah, And Akhmad Fajar Prasetya. "Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavior Teknik Cognitive Restructuring Untuk Mereduksi Kecanduan Media Sosial Peserta Didik Kelas Xi Man 3 Bantul." *Journal Innovation In Education* 3, No. 2 (2025). Https://Doi.Org/10.59841/Inoved.V3i2.2837.

Agusiady, Bambang Sudaryana Dan Ricky. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Deepublish, 2022.

Al-Qur-An, An-Nahl, Ayat 90 Surah 16.

Alfiatul Khoiriyah. "Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah; Asas-Asas Dalam Pelaksanaan Layanan Konseling." *Jurnal Ilmiah Research Student* Vol.1, No. (2024).

Amalia, Mega, Hijrah Eko Putro, Universitas Muhammadiyah Magelang, One Group, Pretest Posttest, Desa Banyubiru, Kecamatan Dukun, And Kabupaten Magelang. "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Remaja." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 11, No. 2 (2025).

Aries Veronica Ernawati, Rasdiana, Muhamad Abas, Yusriani, Hadawiah, Nurul Hidayah, Joko Sabtohadi, Hastuti Marlina, Wiwiek Mulyani, Dan Zulkarnaini. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Padang: Pt. Global Eksekutif Teknologi, 2022.

Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi Ii*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.

Bakhrudin All Habsy, Azzah Nabila Amali, Dona Maretta Salsabila, Dea Dwi Kartikasari. "Eksplorasi Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengembangkan Kreativitas Siswa: Tinjauan Literatur." *Jurnal Penelitian Guru Indonesia* Volume 4, (2024).

Beck, Judith S. *Cognitive Behavior Therapy: Basics And Beyond*. New York: Guilford Press, 2011.

Bintang Meisy Pramesti, Neni Noviza, And Hartika Utami Fitri. "Pelayanan Rehabilitiasi Sosial Bagi Penyalahguna Narkoba Di Yayasan Cahaya Putra Selatan Palembang." *Social Science And Contemporary Issues Journal* 2, No. 1 (2024) Https://Doi.Org/10.59388/Sscij.V2i1.490.

Candra Prasiska Rahmat, Fauzi Nur Ilahi, Gundah Nur Cahyo, Hendry Sugara. "Perilaku Agresif Pada Remaja: Dampak Dan Pencegahannya." *Teraputik Jurnal Bimbingan Dan Konseling* Volume 7, (2024).

Carina, Endah, Br Saragih, And Rahma Fauzia. "Efektivitas Terapi Kognitif Perilaku Dalam Menurunkan Risiko Relapse Pecandu Narkoba Yang Menjalani Rehabilitasi Di Sumatera Utara" 4, No. 2 (2025).

Desmaniarti, Lia Meilianingsih, Vera Fauziah. *Mencegah Perilaku Agresif Pada Remaja Melalui Video Animasi*. Jawa Tengah: Eureka Media Aksara, 2023.

Djaali. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara, 2020.

Edy Purwanto. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2020.

Faridy, Faizatul. *Mengapa Kamu Nak? (Deteksi Awal Permasalahan Tumbuh Kembang Anak Usia Dini Dan Cara Penanganannya)*. Jakarta: Elex Media Komputindo, 2021.

Febriady Huta Uruk, Satya Anggi Permana. *Bimbingan Dan Konseling Kelompok: Sebuah Buku Ajar Berbasis Tpack*. Jawa Tengah: Pradina Pustaka, 2025.

Fitri, Hartika Utami, Ima Maslahatun Azizah, And Suryati Suryati. "The Effectiveness Of Group Counseling Cognitive Restructuring Techniques To Reduce Fear Of Missing Out (Fomo) In Adolescent Social Media Users" 5 (2024).

Ghasem, Farshad. "Efl Teachers'burnout And Individual Psychology: The Effectof An Empowering Program And Cognitive Restructuring Techniques." *Current Psycholog* 42, No. 1 (2023.

Habsy, Bakhrudin All. *Panorama Teori-Teori Konseling Modern Dan Post Modern*. Malang: Media Nusa Creative, 2021.

Halik, Eva Apriyanti, Zamratul Aini, Meylia Sari, Khairunnajah Siagian Al. "Pendekatan Konselor Adiksi Dalam Rehabilitasi Remaja Pengguna Narkoba Di Loka Rehabilitasi Narkotika Nasional Kalianda." *Bimbingan Penyuluhan Islam* Vol. 6 No. (2024).

Hamidi, Rasimin Dan Muhamad. *Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara, 2022. Hasnida, Namora Lumongga Lubis &. *Konseling Kelompok (Edisi Pertama)*. Jakarta: Kencana, 2016. Hildawati, Lalu Suhirman, Bayu Fitra Prisuna, Liza Husnita, Budi Mardikawati, Santi Isnaini, Wakhyudin,

Hermawan Setiawan, Yayan Hadiyat, Alvian M. Sroyer, Saktisyahputra. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kuantitatif & Aplikasi Pengolahan Analisa Data Statistik*. Jambi: Pt Sonpedia Publishing Indonesia, 2024.

Hurlock, Elizabeth B. "Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.," 1997.

Iftaqul Janah, Anwardiani, And Raden Diana. "Dampak Negatif Gadget Pada Perilaku Agresif Anak Usia Dini." *Generasi Emas* 6, No. 1 (2023). Https://Doi.Org/10.25299/Ge:Jpiaud.2023.Vol6(1).9365.

Karyanti. *Dance Counseling*. Yogyakarta: Deepublish, 2018.

Khoerotunnisa Aprilia, And Akhmad Fajar Prasetya. "Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavior Teknik Cognitive Restructuring Untuk Mereduksi Perilaku Self Harm Pada Siswa Smpn 1 Rajadesa." *Risoma : Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan* 3, No. 3 (2025). Https://Doi.Org/10.62383/Risoma.V3i3.774.

Krisnia, Maulida, Marina Dililla, And Kadek Paradista P. *Buku Panduan Konseling Kelompok Eksistensial- Humanistik "Panduan Singkat Penerapan Role Playing Dalam Konseling Kelompok."* Singaraja: Program Studi Bimbingan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Psikologi Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha, 2019.

Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: Umm Pres, 2017.

M. Edi Kurnanto. *Konseling Kelompok*,. Bandung: Alfabeta, 2013.

Ma'ruf, Hidayat. *Perilaku Agresif Relasi Siswa Di Sekolah (Mengenali Dan Menyelesaikannya Melalui Mediasi Sebaya)*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015.

Mamik, And Rista Islamarida. "Analisis Perilaku Agresif Pada Remaja Di Depok Sleman Yogyakarta (Analysis Of Aggressive Behaviour In Adolescent In Depok." *Jurnal Kesehatan* 11, No. 2 (2022).

Monica, Cindi, Abdur Razzaq, And Zhila Jannati. "Konseling Individu Dengan Teknik Cognitive Restructuring Untuk Meningkatkan Self Acceptance Pada Remaja." *Journal Of Society Counseling* 2, No. 1 (2024). Https://Doi.Org/10.59388/Josc.V2i1.410.

Mustika Dewi, Mega Ulfah. *Buku Ajar Remaja & Pranikah Untuk Mahasiswa Profesi Bidan*. Malang: Universitas Brawijaya Press (Ub Press), 2021.

Muya Barida, Dian Ari Widyastuti, Yuanita Dwi Krisphianti. *Buku Ajar Konseling Kelompok*. Yogyakarta: K Media, 2023.

Norman Wijaya Gati, Ika Silvitasari, Berlian Nurtyashesti Kusumadewi. *Menelisik Cognitive Behavior Therapy*. Malang: Pt Literasi Nusantara Abadi Group, 2023.

Novianti, Ayu Annisa, Bangun Yoga Wibowo, And Arga Satrio Prabowo. "Efektivitas Teknik Cognitive Restructuring Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa." *Guidance* 20, No. 01 (2023). Https://Doi.Org/10.34005/Guidance.V20i01.2399.

Noviekayati, Gusti Ayu Agung. *Perilaku Agresif Anak Persepsi Anak Terhadap Peristiwa Agresif, Self Anak, Dan Jenis Kelamin*. Bandung: Refika Aditama, 2025.

Pahriah, Hariadi Ahmad, M. Zainuddin, Reza Zulaifi. "Pengaruh Teknik Cognitive Restructuring Terhadap Perilaku Bullying Mental Siswa Di Smpn 1 Gunungsari Tahun Pelajaran 2023/2024." *Jurnal Psiko-Konseling* Vol. 2.

Palembang, Kota. "Company Profile Kota Palembang,".

Panie, Sifera A.L. *Remaja Agresif Pencegahan Perilaku Agresif Remaja Melalui Fungsi Afektif Keluarga*. Jawa Tengah: Cv Sketsa Media, 2023.

Parwati. "Efektivitas Konseling Individu Dengan Teknik Cognitive Restructuring Berbasis Cognitive Behavior Therapy Untuk Mengurangi Agresi Verbal Siswa Mts Islamiyah Malo,". Https://Repository.Unugiri.Ac.Id:8443/Id/Eprint/3918.

Pratiwi, Utari, Yeni Karneli, And Netrawati. "Pemahaman Mendasar Tentang Konseling Kelompok Bagi Praktisi Bimbingan Dan Konseling." *Jurnal Pendidikan Siber Nusantara* 2, No. 2 (2024). Https://Doi.Org/10.38035/Jpsn.V2i2.168.

Prayitno Dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2015.

Purwadi, M. Said Alhadi, Siti Muyana, Wahyu Nanda Eka Saputra, Agus Supriyanto, Amien Wahyudi. *Modul Self -Regulation Of Emotion Untuk Mereduksi Perilaku Agresi*. Yogyakarta: Uad Press, 2018.

Puspita, Diah. *Psikologi Sosial Integratif*. India: Edu Gorilla Community Pvt. Ltd, 2025.

Putri, Salsabilla, Affan Yusra, And K.A Rahman Rahman. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Siswa Di Sekolah Menengah Pertama (Smp)." *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 8, No. 2 (2024). Https://Doi.Org/10.31316/Gcouns.V8i2.5661.

Qadar, Abdul Majid Dan Muamar. *Analisis Data Penelitian Kuantitatif*. Jawa Barat: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia, 2023.

Rahmadi Tarmizi□, Dwi Yuwono Puji Sugiharto & Anwar Sutoyo. "The Effectiveness Of Group Counseling With Cognitive Restructuring And Self-Management Techniques To Reduce Academic Procrastination." *Jurnal Bimbingan Konseling* 10, No. 1 (2021): 29–35. Https://Doi.Org/10.15294/Jubk.V9i1.45284.

Ristianti, " Dina Hajja. *Penilaian Konseling Kelompok*. Yogyakarta: Deepublish, 2020. Rofiq,

Arif Ainur. *Teori Dan Praktik Konseling*. Surabaya: Raziev Jaya, 2017.

Sanjaya, T, M Rasmanah, And H U Fitri. "Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitive Restrucuring Untuk Mengurangi Sadfishing Pada Mahasiswa." *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling* 2, No. 1 (2024): 1–7.

Satriah, Lilis. *Bimbingan Konseling Kelompok Setting Masyarakat*. Bandung: Fokus Media, 2021.

Sofiannisa, Sabila, Riffati Hikmi Mori, Fania Halisa Lisbeth, And Imalatul Khairat. "Teknik Cognitive Restructuring Dalam Konseling : Mengubah Pola Pikir Negatif Menjadi Positif Melalui Pendekatan Literatur" 5, No. April (2025). Https://Doi.Org/10.55352/Bki.V5i1.1971.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2022.

Sugiyono *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.

Susanto, Ahmad. *Bimbingan & Konseling Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Kencana, 2015.

Syahira Hayu Ananta, Putri Rahmawati, Marsya Selia, Risma Anita Puriani, Rizki Novirson. "Analisis Kecenderungan, Faktor Dan Dampak Agresi Verbal Pada Anak Dan Remaja." *Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan* Volume 3 N (2025).

T.Erford, Bradley. *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor (Edisi 2)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2016.

Taufiqurrohman, M, And Muwakhidah Muwakhidah. "Efektivitas Teknik Cognitive Restructuring Dalam Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Fomo Siswa Sma." *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan* 5, No. 4 (2025): 9. Https://Doi.Org/10.17977/Um065.V5.I4.2025.9.

Timotius, Kris H. *Otak Dan Perilaku*. Yogyakarta: Andi, 2018.

"Uraian Kerja & Tugas Yayasan Cahaya Putra Selatan," N.D.

Wahyoeningroem, Siti Handayani. *Motivator Sang Konselor Meski Sulit Tetap Solutif*. Edited By Tatakata Grafika. Banten, N.D.

Widyastuti, Titik Mulat. *Perilaku Agresif Anak Usia Dini Dan Cara Mengatasinya Buku Panduan Untuk Guru Paud*. Yogyakarta: Upy Press, 2022.

Wuryani. *Meniti Karier Dengan Kesehatan Mental Yang Kuat*. Lombok Tengah: Pusat Pengembangan Pendidikan Dan Penelitian Indonesia, 2025.

Zulkifli A, Ahmad Fauzi, And Mulkiyan Mulkiyan. "Konseling Kelompok Cognitive Behavior Therapy Dengan Teknik Cognitive Restructuring Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja." *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani* 8, No. 2 (2022). Https://Doi.Org/10.47435/Mimbar.V8i2.1028.