



Perbandingan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Dan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Dalam Mengurangi Kecemasan Akademik Siswa Smp

Nurul 'Ala¹, San Putra², Ramadhania Br. Sitepu³, Septia Putri Delima⁴

Abstrak

Kecemasan akademik merupakan salah satu permasalahan psikologis yang sering dialami siswa tingkat SMP, terutama saat menghadapi tuntutan tugas sekolah, ujian, maupun tekanan capaian prestasi. Berbagai teknik intervensi konseling modern saat ini banyak digunakan untuk membantu mengatasi kecemasan, diantaranya Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). Artikel ini bertujuan untuk membandingkan efektivitas penerapan pendekatan CBT dan REBT dalam mengurangi kecemasan akademik siswa SMP melalui studi pustaka dari jurnal-jurnal empiris dalam 5 tahun terakhir. Berdasarkan sintesis literatur, kedua pendekatan sama-sama efektif menurunkan kecemasan akademik, namun mekanisme fokus perubahan antara CBT dan REBT memiliki perbedaan konseptual: CBT menekankan modifikasi pola pikir negatif yang terbentuk dari pengalaman kognitif, sedangkan REBT berfokus pada perubahan keyakinan irasional dasar yang memunculkan emosi disfungsional. Hasil analisis literatur menunjukkan bahwa CBT lebih cepat menunjukkan perubahan strategi coping belajar, sementara REBT lebih kuat pada perubahan belief system jangka panjang. Artikel ini memberikan implikasi bagi guru BK, konselor sekolah, dan psikolog pendidikan dalam memilih pendekatan intervensi yang tepat untuk siswa SMP sesuai karakteristik masalah dan kebutuhan siswa.

Kata Kunci: CBT; REBT; kecemasan akademik, siswa SMP; psikologi pendidikan

Abstract

Academic anxiety is a common psychological issue experienced by junior high school students, especially when dealing with homework demands, examination pressure, and achievement expectations. Modern counseling interventions such as Cognitive Behavioral Therapy (CBT) and Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) are widely applied to reduce anxiety symptoms. This article aims to compare the effectiveness of CBT and REBT approaches in reducing academic anxiety among junior high school students through a literature review of empirical studies published within the last five years. Based on the literature synthesis, both approaches were found effective in reducing academic anxiety; however, the conceptual focus of change differs. CBT emphasizes modifying maladaptive cognitive thought patterns formed from past experiences,





while REBT focuses on restructuring irrational beliefs that trigger dysfunctional emotions. Findings indicate that CBT tends to show faster improvement in academic coping strategies, whereas REBT strengthens long-term belief system restructuring. This article provides implications for school counselors, guidance teachers, and educational psychologists in selecting the most appropriate intervention method based on student needs and problem characteristics.

Keywords: CBT; REBT; academic anxiety; junior high school students; educational psychology

A. PENDAHULUAN

Kecemasan akademik merupakan salah satu fenomena psikologis yang banyak dialami oleh peserta didik pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP). Pada fase perkembangan remaja awal, siswa berada pada masa transisi dari tahap operasional konkret menuju operasional formal, dimana kemampuan berpikir abstrak mulai berkembang, namun regulasi emosi belum sepenuhnya stabil (Sari & Amelia, 2021). Kondisi ini menjadikan siswa SMP lebih rentan mengalami tekanan, terutama ketika berhadapan dengan tuntutan akademik, seperti tugas sekolah, presentasi, ulangan harian, maupun ujian semester (Nugrahani, 2023). Kecemasan akademik yang tidak ditangani dapat berdampak pada menurunnya motivasi belajar, penurunan capaian prestasi, kebiasaan menghindari dalam belajar, gangguan konsentrasi, bahkan bisa berkembang menjadi stres berkelanjutan dalam konteks pembelajaran (Widodo & Hapsari, 2022).

Dalam ranah psikologi pendidikan, berbagai pendekatan intervensi telah dikembangkan untuk mengatasi kecemasan akademik pada siswa, khususnya melalui konseling kognitif-behavioral (Putra & Suryani, 2024). Dua pendekatan modern yang paling banyak digunakan dan dinilai efektif di lingkungan sekolah adalah Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) (Hendrati, 2023). Keduanya lahir dari paradigma behavior kognitif yang menekankan bahwa pikiran (cognitive), emosi (affective), dan perilaku (behavior) saling mempengaruhi dan dapat dimodifikasi melalui proses terapi psikologis (Bertens, 2019). CBT dikenal sebagai pendekatan yang berfokus pada identifikasi pola pikir negatif yang muncul akibat pengalaman masa lalu serta memodifikasinya menjadi pikiran yang lebih rasional dan adaptif (Arifin & Kurniawan, 2020). Sementara REBT berfokus pada keyakinan irasional individu yang menjadi akar terbentuknya emosi negatif dan perilaku maladaptif, sehingga intervensi diarahkan pada perubahan belief system inti melalui proses disputing dan restrukturisasi kognitif (Firmansyah & Rahmawati, 2021).

Namun meskipun kedua pendekatan tersebut sama-sama efektif dalam intervensi kecemasan, perbedaan fokus, bentuk teknik, hingga hasil perubahan kognitif yang dihasilkan sering menjadi perdebatan di kalangan praktisi dan peneliti (Moresi & Clarke, 2022). Pada setting sekolah, khususnya siswa SMP yang masih berada pada fase awal perkembangan kognitif formal, perlu dipertimbangkan pendekatan mana yang lebih tepat, efektif, dan mudah diterapkan oleh guru BK, konselor sekolah, maupun psikolog pendidikan (Pratiwi & Hidayat, 2023). Perbandingan tersebut penting dilakukan agar intervensi yang diberikan bukan





hanya berbasis teori, tetapi juga berbasis bukti empiris terkini dari penelitian 5 tahun terakhir (Yuan & Li, 2025).

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk menganalisis dan membandingkan pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam mengurangi kecemasan akademik siswa SMP berdasarkan studi pustaka (literature review) terkini. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan gambaran konseptual, implementatif, serta rekomendasi praktis bagi pendidik dan konselor dalam memilih pendekatan intervensi psikologis yang paling sesuai dengan karakteristik siswa dan kebutuhan sekolah (Wibowo, 2024).

B. KAJIAN TEORI

1. Kecemasan Akademik pada Siswa SMP

Kecemasan akademik adalah kondisi dimana siswa mengalami tekanan emosional yang muncul akibat tuntutan akademik, evaluasi, ujian, dan persepsi mengenai kemampuan belajar dirinya. Pada fase SMP (usia 11–15 tahun), perkembangan emosi belum stabil dan kontrol diri belum matang sehingga siswa cenderung mengalami respon kecemasan yang lebih tinggi dibanding tahap sekolah dasar maupun sekolah menengah atas. Faktor yang memicu kecemasan akademik pada siswa SMP antara lain tuntutan prestasi, tekanan orang tua, kompetisi antar teman sebaya, kurikulum yang lebih berat dibanding SD, serta pola pembelajaran yang lebih kompleks karena transisi ke fase operasional formal (Nugrahani, 2023).

Kecemasan akademik berdampak pada mekanisme fisiologis, kognitif, dan perilaku seperti sulit tidur menjelang ujian, penurunan konsentrasi, rasa cemas berlebih saat dipanggil guru, dan rasa takut gagal yang menyebabkan avoidant behavior dalam belajar. Jika tidak ditangani, kondisi ini berpotensi memicu rendahnya motivasi belajar, penurunan prestasi, burnout dini, hingga gangguan self-esteem (Akbari & Khoshkam, 2020). Siswa SMP membutuhkan intervensi kognitif yang efektif dan relevan dengan tahap perkembangan untuk mengontrol kecemasan akademik mereka.

2. Cognitive Behavioral Therapy (CBT)

Cognitive Behavioral Therapy merupakan pendekatan terapi yang mendasarkan intervensinya pada perubahan pikiran maladaptif yang mempengaruhi emosi dan perilaku individu. CBT fokus pada restrukturisasi kognitif dan teknik behavioral untuk menciptakan pemikiran yang lebih realistis, logis, dan adaptif sehingga respon emosional lebih terkontrol (Arifin, 2022). Pada siswa SMP, CBT sangat relevan karena tekniknya konkret, langkah-langkahnya terstruktur, dan lebih mudah dipahami melalui contoh langsung pada konteks sekolah seperti proses belajar, mengerjakan tugas, dan menghadapi ujian.

Pendekatan CBT pada intervensi kecemasan akademik terbukti meningkatkan coping skill, self-efficacy belajar, serta kemampuan siswa untuk mengontrol emosi negatif yang muncul ketika menghadapi situasi akademik (Gunawan, 2020). CBT juga banyak digunakan dalam layanan konseling sekolah karena dapat dilakukan dalam sesi waktu pendek (short term intervention) dan mudah dilatihkan oleh konselor sekolah.

3. Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)





Rational Emotive Behavior Therapy menekankan bahwa sumber kecemasan bukan semata pada pengalaman maupun situasi pemicu, tetapi lebih pada keyakinan irasional yang dimiliki siswa. Melalui model ABC yang dikembangkan oleh Ellis, REBT menunjukkan bahwa belief irasional mempengaruhi konsekuensi emosional negatif. Dengan demikian, proses terapi dalam REBT dilakukan melalui disputing atau proses menggugat keyakinan tidak rasional hingga siswa mampu membentuk belief yang lebih logis dan adaptif (Firmansyah & Rahmawati, 2021).

Pada siswa SMP, banyak kecemasan akademik muncul dari belief seperti “nilai sempurna adalah syarat agar aku dianggap sukses”, atau “jika aku salah menjawab di kelas orang akan menertawakanku”. REBT efektif mengubah belief sistem ini sehingga siswa memiliki cara pandang berbeda tentang prestasi, kegagalan, dan evaluasi sosial (Ibrahim, 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa REBT berdampak lebih kuat pada perubahan filosofi berpikir siswa sehingga mencegah kecemasan berulang dalam jangka panjang.

4. Perbandingan Teoritik CBT dan REBT dalam Penanganan Kecemasan

Secara teoritik, CBT dan REBT sama-sama mengubah proses kognitif individu, namun fokus intervensinya berbeda. CBT lebih menyoroti pikiran otomatis negatif (*automatic negative thoughts*) sementara REBT berfokus pada belief irasional yang lebih dalam (*core irrational beliefs*). Pada siswa SMP, CBT cenderung memberikan hasil lebih cepat dan efektif untuk kasus kecemasan akademik tingkat ringan-moderat, sedangkan REBT lebih efektif bagi siswa dengan kecemasan perfeksionistik, ketakutan terhadap evaluasi sosial, atau kecemasan yang sudah terbentuk sejak lama (Hendrati, 2023; Moresi & Clarke, 2022).

Secara implementasi di sekolah, CBT lebih mudah diterapkan dalam model layanan BK sekolah yang berbasis konseling terstruktur pendek, sementara REBT lebih cocok diterapkan pada konseling individual intensif yang memerlukan proses internalisasi filosofis. Namun penelitian terbaru menunjukkan bahwa integrasi dua pendekatan ini dalam satu proses konseling memiliki efektivitas yang lebih tinggi dalam menurunkan kecemasan akademik dibanding penggunaan salah satu model terapi saja secara tunggal (Wibowo, 2024; Yuan & Li, 2025).

5. Perbandingan Teoritik CBT dan REBT dalam Penanganan Kecemasan

Meskipun sama-sama berada dalam rumpun *cognitive-behavioral*, CBT dan REBT memiliki titik fokus perubahan yang berbeda. CBT lebih fokus pada pikiran otomatis negatif yang muncul akibat pengalaman dan situasi, sedangkan REBT lebih fokus pada keyakinan inti (*core belief*) yang irasional dan menjadi akar munculnya emosi maladaptif. Pada siswa SMP, CBT lebih mudah diterapkan dan cepat menunjukkan hasil pada perubahan strategi belajar karena pendekatannya lebih praktis dan kontekstual pada peristiwa akademik. Sementara itu, REBT lebih kuat dalam membentuk filosofi berpikir jangka panjang dan cocok untuk siswa yang sering muncul kecemasan karena standar perfeksionistik atau takut direndahkan. Perbandingan ini penting untuk menentukan pendekatan intervensi yang tepat sesuai karakteristik masalah kecemasan akademik siswa SMP. Selain itu, penelitian terbaru menunjukkan bahwa CBT cenderung lebih efektif pada intervensi jangka pendek untuk permasalahan kecemasan spesifik seperti kecemasan ujian, sedangkan REBT lebih berpengaruh pada perubahan keyakinan





irasional dan mencegah munculnya kecemasan berulang dalam jangka panjang. Oleh karena itu, kedua pendekatan dapat saling melengkapi apabila diterapkan secara integratif sesuai dengan kebutuhan siswa dan konteks permasalahan akademik yang muncul

C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (library research) dengan menelaah berbagai hasil penelitian empiris dan artikel ilmiah yang relevan terkait penerapan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam mengurangi kecemasan akademik siswa tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Sumber data yang digunakan berasal dari jurnal nasional maupun internasional yang terindeks, buku referensi psikologi pendidikan, serta artikel ilmiah yang diterbitkan dalam rentang 5 tahun terakhir (2019–2025). Pemilihan rentang tahun dilakukan untuk memastikan data bersifat aktual dan relevan dengan kondisi penerapan intervensi psikologi modern.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara mengidentifikasi, memilih, mensintesis, dan menganalisis hasil penelitian yang berkaitan dengan efektivitas penerapan CBT dan REBT dalam menurunkan kecemasan akademik. Artikel yang dipilih diseleksi berdasarkan kriteria: (1) penelitian memiliki sample remaja usia SMP atau rentang usia 11–15 tahun, (2) penelitian membahas implementasi CBT atau REBT pada konteks pendidikan atau setting sekolah, dan (3) penelitian memiliki indikator pengukuran kecemasan yang jelas. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis komparatif-deskriptif, dimana data literatur dibandingkan untuk melihat persamaan dan perbedaan efektivitas, pendekatan utama, mekanisme kerja, serta dampak intervensi kedua model terapi.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelusuran studi pustaka dari jurnal 5 tahun terakhir, ditemukan bahwa kedua pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan akademik pada remaja, khususnya siswa SMP. Namun efektivitas keduanya menunjukkan karakteristik efek yang berbeda sesuai mekanisme perubahan kognitif yang digunakan (Pratiwi & Hidayat, 2023).

1. Hasil Penelitian yang Mengkaji Penerapan CBT

CBT memberikan perubahan signifikan terhadap penurunan kecemasan akademik melalui proses restrukturisasi kognitif dan behavioral modification yang terarah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa CBT membantu siswa mengidentifikasi pikiran otomatis negatif seperti rasa takut gagal, takut tidak mampu mengerjakan tugas, atau takut mendapatkan nilai rendah, kemudian mengganti pikiran tersebut dengan cara berpikir yang lebih realistis dan adaptif. CBT juga efektif meningkatkan self-efficacy belajar, keterampilan coping adaptif terhadap tugas akademik, serta meningkatkan kontrol diri dalam menghadapi situasi evaluasi. Pada siswa SMP, CBT lebih mudah diterapkan karena bahasa pemahaman CBT relatif sederhana, praktis, dan langsung terhubung dengan peristiwa akademik yang dialami siswa secara nyata. Hasil ini diperkuat oleh temuan bahwa CBT mampu memberikan efek intervensi lebih cepat pada kecemasan spesifik berbasis tugas akademik (Hasanah & Rohmah, 2021; Putra & Suryani, 2024).





2. Hasil Penelitian yang Mengkaji Penerapan REBT

REBT memiliki fokus mendalam terhadap belief system yang irasional sebagai akar munculnya kecemasan akademik. Pada siswa SMP, REBT membantu mengubah pola keyakinan tidak rasional seperti “saya harus selalu mendapat nilai sempurna”, “jika saya gagal saya akan dianggap bodoh”, atau “pendapat orang lain harus selalu bagus terhadap saya”. Proses disputing dalam REBT membantu siswa melawan belief tersebut hingga berubah menjadi belief yang lebih logis dan seimbang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa REBT efektif dalam menurunkan kecemasan secara bertahap namun lebih kokoh pada perubahan filosofis jangka panjang, terutama pada siswa yang memiliki kecemasan berbasis perfeksionisme dan kekhawatiran terhadap penilaian sosial (Lestari & Firmansyah, 2022; Yusuf & Larasati, 2020).

3. Komparasi Efektivitas CBT dan REBT dalam Mengurangi Kecemasan Akademik Siswa SMP

Hasil analisis menunjukkan bahwa kedua pendekatan memiliki efektivitas yang baik, namun memiliki keunggulan masing-masing. CBT cenderung lebih cepat menunjukkan hasil karena intervensinya langsung diarahkan pada pikiran otomatis negatif yang muncul pada situasi akademik di sekolah. Sedangkan REBT memiliki dampak yang lebih mendasar dan jangka panjang karena fokus perubahan bukan hanya pikiran otomatis, tetapi belief irasional inti yang selama ini menjadi akar terbentuknya kecemasan. Dalam konteks sekolah, CBT dinilai lebih fleksibel digunakan oleh guru BK dan konselor sekolah karena lebih mudah diterapkan dalam sesi pendek. Sementara REBT lebih cocok digunakan untuk siswa dengan kecemasan akademik kronis atau berulang terkait standar diri yang terlalu tinggi atau tekanan sosial. Dengan demikian, pemilihan pendekatan sebaiknya didasarkan pada karakteristik masalah, intensitas kecemasan, dan kebutuhan siswa SMP. Kombinasi kedua pendekatan secara integratif juga dapat menjadi alternatif strategi intervensi psikologi pendidikan di sekolah (Widodo & Hapsari, 2022; Sari & Amelia, 2021).

E. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian pustaka yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) sama-sama efektif dalam menurunkan kecemasan akademik pada siswa SMP. Namun, kedua pendekatan tersebut memiliki perbedaan fokus intervensi. CBT lebih berorientasi pada identifikasi dan perubahan pikiran otomatis negatif yang muncul dalam konteks akademik, sehingga memberikan dampak perubahan yang lebih cepat dan praktis diterapkan di lingkungan sekolah. Sementara itu, REBT lebih berfokus pada perubahan belief system irasional yang menjadi akar dari munculnya kecemasan, sehingga lebih efektif untuk perubahan jangka panjang terutama pada siswa yang memiliki keyakinan perfeksionistik dan tekanan sosial yang tinggi. Dengan demikian, pemilihan model intervensi perlu disesuaikan dengan karakteristik siswa serta kebutuhan sekolah. Kombinasi dua pendekatan ini juga dapat menjadi strategi alternatif untuk meningkatkan efektivitas intervensi dalam mengurangi kecemasan akademik siswa SMP.

F. SARAN





Saran-saran yang disusun berdasarkan temuan-temuan penelitian yang dibahas, juga ditulis pada bagian ini. Ini harus didasarkan pada kegiatan praktis, pengembangan teoritis baru, dan/atau penelitian lanjutan.

G. DAFTAR PUSTAKA

- Akbari, M., & Khoshkam, S. (2020). *The Effectiveness of CBT-based educational intervention on students' test anxiety*. Journal of Education and Learning Research, 7(3), 45-52.
- Arifin, R. (2022). *Cognitive Behavior Therapy untuk Mengurangi Kecemasan Akademik Peserta Didik SMP*. Jurnal Konseling Indonesia, 13(2), 112-120.
- Arifin, M., & Kurniawan, A. (2020). *Cognitive Behavioral Therapy untuk Mengurangi Kecemasan Akademik Remaja Sekolah Menengah Pertama*. Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia, 9(2), 112-120.
- Bertens, K. (2019). *Psikologi Kognitif dan Intervensi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ellis, A., & Dryden, W. (2020). *Rational Emotive Behavior Therapy: 3rd Edition*. New York: Springer.
- Firmansyah, A., & Rahmawati, T. (2021). *Efektivitas REBT dalam Mengurangi Kecemasan Akademik Remaja*. Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan, 5(1), 34-41.
- Gunawan, F. (2020). *Intervensi CBT untuk Mengurangi Test Anxiety Siswa SMP*. Jurnal Psikologi Terapan Sekolah, 9(1), 21-30.
- Hasanah, S., & Rohmah, F. (2021). *Pengaruh CBT Berbasis Kelas terhadap Kecemasan Ujian pada Siswa SMP*. Journal of Counseling Practice, 5(1), 45-54.
- Hendrati, S. (2023). *Perbandingan Terapi CBT dan REBT pada Masalah Kecemasan Akademik*. Jurnal Psikologi Pendidikan Modern, 6(1), 14-28.
- Ibrahim, M. (2021). *Rational Emotive Behavior Therapy pada Remaja SMP*. Jurnal Pendidikan Psikologi Indonesia, 4(3), 87-95.
- Kurniawan, W. (2019). *CBT dalam Konseling Sekolah*. Jurnal Pendidikan dan Konseling, 10(1), 55-62.
- Lestari, D. R., & Firmansyah, H. (2022). *Rational Emotive Behavior Therapy dalam Menurunkan Kecemasan Akademik Siswa*. Jurnal Konseling Nusantara, 3(4), 213-225.
- Moresi, S., & Clarke, A. (2022). *Comparing CBT and REBT effectiveness among adolescent academic anxiety*. International Journal of Behavioral Psychology, 18(4), 230-240.
- Nugrahani, D. (2023). *Kecemasan Akademik Siswa Generasi Z di Jenjang SMP*. Jurnal Pendidikan Remaja, 7(2), 90-102.
- Pratiwi, N., & Hidayat, R. (2023). *Efektivitas Kombinasi CBT dan REBT terhadap Masalah Emosi Remaja*. Jurnal Intervensi Psikologi, 11(1), 87-98.
- Putra, K., & Suryani, D. (2024). *School-Based Cognitive Interventions to Reduce Academic Stress and Anxiety in Adolescents*. International Journal of School Psychology, 6(2), 55-69.
- Sari, E. P. (2020). *Penanganan Academic Stress pada Siswa SMP Melalui Pendekatan CBT*. Jurnal Konseling dan Intervensi Pendidikan, 4(2), 51-62.
- Sari, W., & Amelia, L. (2021). *Academic Anxiety and Learning Motivation among Junior High School Students*. Psychology Research on Education, 10(2), 129-137.
- Susanto, Y. (2021). *Perubahan Belief Irasional pada Remaja Melalui REBT*. Jurnal Psikologi Remaja Indonesia, 2(2), 101-111.





- Wibowo, A. (2024). *Model Integrasi CBT dan REBT untuk Layanan BK di Sekolah*. Jurnal Psikologi Intervensi Sekolah, 12(1), 1-12.
- Widodo, B., & Hapsari, N. (2022). *Distorsi Kognitif sebagai Prediktor Kecemasan Akademik pada Remaja*. Journal of Adolescent and School Mental Health, 7(3), 178-187.
- Yuan, H., & Li, C. (2025). *CBT vs REBT on academic anxiety reduction among junior students: A meta analytic study*. Journal of School Mental Health, 11(1), 55-70.
- Yusuf, M., & Larasati, R. (2020). *Perbandingan Pendekatan REBT dan CBT terhadap Regulasi Emosi pada Siswa SMP*. Jurnal Pendidikan dan Psikologi Integratif, 12(1), 66-75.
- Dewi, I. S., & Putra, S. (2020). *Persepsi masyarakat tentang pernikahan dini ditinjau dari latar belakang budaya (Batak dan Jawa)*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, 3(1), 112–119.
- Putra, S., Simaremare, A., & Dina, R. (2024). *The relationship between emotion regulation and teacher work motivation at vocational high school*. Couston: Journal of Counseling and Education, 5(1), 1–6.
- Putra, S. (2019). *Efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan sikap kedisiplinan siswa*. Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora, 4(1), 493–500.

