

PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS RELIGIUS TERHADAP REGULASI DIRI SISWA PADA MASA PANDEMI COVID 19

RAISUL ISLAMI

SMP Negeri 8 Muaro Jambi

e-mail: raisulislami77@guru.smp.belajar.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh bimbingan kelompok berbasis religius terhadap keyakinan beragama siswa SMP Negeri se- Kabupaten Muaro Jambi. Penelitian ini dengan metode kuantitatif dengan jenis penelitian survey. Menurut Glock dan Stark dimensi religius terdiri dari 5 dimensi, yaitu: keyakinan beragama (*religious belief*), praktek ibadah (*religious practice*), penghayatan agama (*religious felling*), pengetahuan keagamaan (*religious konowledge*) dan pengamalan agama (*religious effect*). Dalam penelitian ini hanya membahas dimensi keyakinan beragama (*religious belief*). Data kuantitatif diperoleh dengan menyebarkan kuesioner yang berisi penilaian skala Likert, dengan menggunakan aplikasi *google form* yang dikirim kepada siswa kelas IX SMP Negeri Kabupaten Muaro Jambi tahun 2022, Pengolahan Data menggunakan SPSS 25. Hal ini dilakukan karena Pandemi Covid-19. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 1332 orang siswa, yang terdiri dari 16 SMP Negeri se-Kabupaten Muaro Jambi Provinsi Jambi. Sedangkan penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin dengan tingkat signifikansi 95% dan tingkat error 5%. Dari hasil penggunaan rumus tersebut diperoleh jumlah sampel sebanyak 310 siswa. Pengambilan sampling menggunakan teknik *simple random sampling*, yang dilakukan secara acak tanpa mempertimbangkan strata hal ini disebabkan karena sampel bersifat homogen. Dari hasil penelitian ditemukan rata variable regulasi diri (Y) sebesar 73,10 dengan tingkat capaian 83,22% dikategorikan baik. Sedangkan variable keyakinan beragama (X) dengan rata-rata 26,86 dengan tingkat capaian 89,52% dikategorikan baik.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Religius, Regulasi diri, Covid 19

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of religious-based group guidance on the religious beliefs of state junior high school students in Muaro Jambi Regency. This research uses quantitative methods with the type of survey research. According to Glock and Stark, the religious dimension consists of 5 dimensions, namely: religious belief (*religious belief*), worship practice (*religious practice*), religious appreciation (*religious felling*), religious knowledge (*religious konowledge*) and religious practice (*religious effect*). In this study only discuss the dimensions of religious belief (*religious belief*). Quantitative data was obtained by distributing a questionnaire containing a Likert scale assessment, using the google form application which was sent to class IX students of SMP Negeri Muaro Jambi Regency, Data Processing using SPSS 25. This was done due to the Covid-19 pandemic. The population in this study was 1332 students, consisting of 16 public junior high schools throughout Muaro Jambi Regency, Jambi Province. While the determination of the sample in this study using the Slovin formula with a significance level of 95% and an error rate of 5%. From the results of using the formula, the number of samples was 310 students. Sampling using simple random sampling technique, which is done randomly without considering the strata this is because the sample is homogeneous. From the results of the study, it was found that the average self-regulation variable (Y) was 73.10 with an achievement level of 83.22% categorized as good. While the variable of religious belief (X) with an average of 26.86 with an achievement level of 89.52% is categorized as good.

Keywords: Group Guidance, Religious, Self-regulation, Covid 19

PENDAHULUAN

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan profesional bimbingan dan konseling yang diberikan disekolah untuk mengatasi masalah siswa, bimbingan kelompok yang diberikan kepada siswa bertujuan untuk mengarahkan siswa untuk mengembangkan pandangan hidupnya, dan memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.

Richard dan Begin (2000) mengemukakan bahwa seseorang yang menggunakan keterampilan dalam agama seperti berdoa, membaca kitab suci, atau meditasi dapat mengembangkan penyesuaian diri yang lebih baik dalam mengatasi stres dan mengatasi kesulitan hidup. Hal ini apabila dibandingkan dengan seseorang yang tidak mempunyai keterampilan keagamaan. Salah satu cara untuk mengembang kebiasaan berdo'a dalam bimbingan konseling adalah melalui layanan bimbingan kelompok.

Hallen (2002) mendefenisikan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan semua peserta didik untuk bersama-sama mengemukakan tentang suatu topik yang menarik. Layanan bimbingan kelompok mengacu kepada aktivitas-aktivitas yang berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman melalui sebuah aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi.

Pentingnya aspek religius dalam konseling mendorong kajian-kajian khusus yang melatarbelakangi munculnya divisi khusus mengkaji spritual dan religiusitas yaitu *Association for Spiritual, Ethical, and Religious Values in Counseling* (ASERVIC) (2009), sebagai organisasi profesi bimbingan dan konseling yang mewadahi pentingnya sikap religius dan spritual dalam memberikan konseling di Amerika. Beberapa penelitian menunjukkan dengan integrasi nilai-nilai religius dapat membantu para siswa berhasil dalam menyelesaikan kegiatan akademiknya. Religius adalah salah satu unsur yang dikembangkan dalam pendidikan karakter oleh Kemendiknas (2010), sebagai perilaku patuh dalam melaksanakan ajaran agama yang dianut, toleran terhadap ibadah orang lain, dan hidup rukun dengan pemeluk agama lain. Money (2010) dalam penelitiannya menyatakan bahwa siswa yang terlibat dalam kegiatan keagamaan atau spritual mempunyai: (1) kepuasan yang lebih besar dengan kehidupan sosial disekolah atau dikampus, (2) lebih mudah berinteraksi secara positif dengan teman lainnya, (3) lebih tinggi secara keseluruhan peringkat pengalaman disekolah atau tempat kuliahnya, (4) lebih tinggi rata-rata IPKnya.

Regulasi diri (*self-regulation*) menurut Brown (1998) adalah kapasitas siswa merencanakan, memonitor, dan mengarahkan perilaku mereka untuk mengubah situasi. Santrock (2007) menyatakan regulasi diri dalam merupakan pelibatan pemikiran, perasaan dan perilaku guna untuk mencapai tujuan yang berkaitan dengan akademik dan soiso-emosinal.

Sedangkan menurut Baumiester dan Vohs (2007) sebagai tokoh regulasi diri menyatakan regulasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengubah perilakunya. Jadi regulasi diri adalah perubahan diri seseorang menuju target dan tujuan sesuai dengan norma-norma yang ada. Pada masa Pandemi Covid 19 ini dibutuhkan bimbingan yang berbasis religius bagi siswa, karena layanan tersebut dapat meningkatkan imunitas siswa. Julianto dan Subandi (2015) menyattakan membaca Alqur'an secara reflektif intuitif dapat menurunkan depresi secara signifikan dan meningkatkan imunitas melalui jumlah indikator neutrofil.

Pada masa era Pandemi Covid 19 dibutuhkan bimbingan kelompok berbasis religius yang dapat memperkuat keyakinan siswa bahwa semua penyakit dan musibah berasal dari Allah SWT, dan pasti ada jalan keluar dan obatnya. Keyakinan yang kuat juga dapat meningkatkan imunitas tubuh siswa dalam menghadapi Pandemi Covid 19. Alfahmi (2021) menyatakan umat Islam harus bangkit dengan bimbingan dan motivasi agama yang kuat dan berkualitas untuk meningkatkan imun tubuh dalam menghadapi Covid 19 yaitu dengan iman, ilmu dan amal sholeh.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian survey. Lokasi penelitian adalah SMP Negeri di Kabupaten Muaro Jambi Provinsi Jambi, sedangkan populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP kelas IX (Sembilan) sebanyak 1332 orang siswa Tahun Pelajaran 2021/2022. Pengambilan data dilaksanakan pada bulan September-Desember 2021, Pengolahan data dan pembuatan laporan penelitian dilaksanakan bulan Januari-Februari 2022 dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Populasi Sekolah, Jumlah Siswa, Jumlah Guru BK

| No | Nama SMP | Guru BK/Konselo r | Jumlah siswa Kelas IX |
|--------|----------|-------------------------|--------------------------|
| 1 | SMPN 1 | 1 | 180 |
| 2 | SMPN 3 | 1 | 93 |
| 3 | SMPN 4 | 1 | 48 |
| 4 | SMPN 6 | 1 | 212 |
| 5 | SMPN 8 | 3 | 167 |
| 6 | SMPN 9 | 2 | 153 |
| 7 | SMPN 10 | 1 | 85 |
| 8 | SMPN 17 | 1 | 77 |
| 9 | SMPN 18 | 2 | 51 |
| 10 | SMPN 19 | 1 | 56 |
| 11 | SMPN 23 | 1 | 57 |
| 12 | SMPN 29 | 1 | 50 |
| 13 | SMPN 32 | 1 | 30 |
| 14 | SMPN 34 | 1 | 21 |
| 15 | SMPN 42 | 1 | 21 |
| 16 | SMPN 46 | 1 | 31 |
| Jumlah | | 20 | 1332 |

Sedangkan tehnik pengambilan sampel menggunakan metode *probability sampling*, dengan tehnik *simple random sampling*. Cara ini dilakukan karena sampelnya hanya kelas IX (Sembilan) SMP Negeri se-Kabupaten Muaro Jambi yang bersifat homogen dan apabila terdapat dua angka dibelakang koma sebaiknya dibulatkan (Sugiyono, 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN**Hasil**

Hasil analisis data variabel regulasi diri (*self-regulation*) dalam bimbingan kelompok berbasis religius (Y) SMP se-Kabupaten Muaro Jambi, kuesioner dikirim melalui aplikasi *google form* kepada responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini, data dianalisis menggunakan *IBM SPSS statistics version 25 for windows* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Regulasi Diri Siswa

| Statistik | | |
|--------------------|---------|--------|
| Total | | |
| N | Valid | 310 |
| | Missing | 0 |
| Mean | | 73,10 |
| Std. Error of Mean | | ,670 |
| Median | | 73,00 |
| Mode | | 72 |
| Std. Deviation | | 11,790 |

| | | |
|------------------------|----|---------|
| Variance | | 138,993 |
| Skewness | | -1,446 |
| Std. Error of Skewness | | ,138 |
| Kurtosis | | 4,181 |
| Std. Error of Kurtosis | | ,276 |
| Range | | 72 |
| Minimum | | 18 |
| Maximum | | 90 |
| Sum | | 22662 |
| Percentiles | 25 | 70,00 |
| | 50 | 73,00 |
| | 75 | 81,00 |

Sumber: Pengolahan Primer 2022

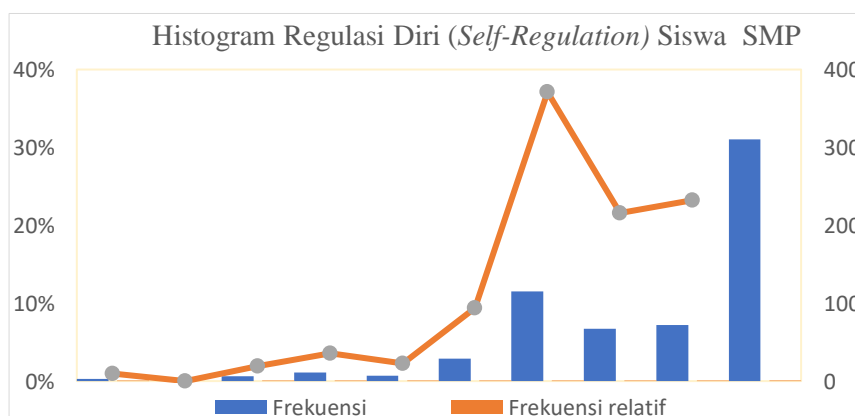
Berdasarkan tabel 2 diatas Secara empiris data regulasi diri siswa mempunyai rentang skor 72, dengan skor terendah 18 dan skor tertinggi 90. Berdasarkan analisis data peneliti menemukan skor *mean* (rata-rata) 73,10 dengan *standar deviation* (simpangan baku) 11,790, median 73,00, modus 72, jumlah kelas 9 dan panjang kelas 8. Dari hasil tersebut disusun kriteria tentang regulasi diri (*self-regulation*) siswa berdasarkan distribusi kecenderungan pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. Distribusi Kecenderungan Regulasi Diri (*Self-Regulation*) Siswa SMP Negeri Kabupaten Muaro Jambi

| No | Kelas Interval | Frekuensi | Frekuensi relatif (%) |
|----|----------------|-----------|-----------------------|
| 1 | 18-25 | 3 | 1% |
| 2 | 26-33 | 0 | 0% |
| 3 | 34-41 | 6 | 2% |
| 4 | 42-49 | 11 | 4% |
| 5 | 50-57 | 7 | 2% |
| 6 | 58-65 | 29 | 9% |
| 7 | 66-73 | 115 | 37% |
| 8 | 74-81 | 67 | 22% |
| 9 | 82-90 | 72 | 23% |
| | Total | 310 | 100% |

Sumber : Pengolahan Data Primer, 2022

Untuk menjelaskan distribusi kecenderungan regulasi diri (*self-regulation*) siswa SMP (Y), sebagaimana gambar dibawah ini:



Gambar 1. Histogram Regulasi Diri Siswa SMP Negeri Kabupaten Muaro Jambi

Berdasarkan analisis deskriptif regulasi diri (*self-regulation*) siswa SMP dalam bimbingan kelompok berbasis religius, diperoleh data dari jawaban responden setiap item soal adalah sebagaimana dijelaskan pada tabel dibawah ini:

Tabel 4 . Skor Distribusi Frekuensi Regulasi Diri Siswa

| No | Variabel | Skor | | | | | | |
|----|------------------------------------|-------|---------------|--------------|-----------------------------|---------------------------|---------------|-------|
| | | Ideal | Terti nggi | Tere ndah | Jumla h perole han | Jumlah Keselur uhan | Rata -rata | % |
| 1 | Regulasi Diri Siswa SMP (18) | 90 | 90 | 18 | 22662 | 27900 | 73,1 0 | 81,22 |
| | Total | 90 | 90 | 18 | 22662 | 27900 | 73.1 0 | 81,22 |

Dari tabel 4 diatas dipaparkan skor terendah regulasi diri siswa SMP adalah 18 dan skor tertinggi adalah 90, skor ideal 90, skor total 22662 dari 310 siswa SMP. Selanjutnya rata-rata variabel regulasi diri siswa adala sebesar 73,10 dengan tingkat capaian sampel sebesar 81,22%. Data ini menunjukkan bahwa variabel regulasi diri siswa dalam bimbingan kelompok berbasis religius dikategorikan baik.

Analisis data keyakinan agama (*religious belief*) dalam bimbingan kelompok terhadap siswa SMP, dapat dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Keyakinan Beragama (*Religious Belief*)

| | | Statistics | |
|------------------------|---------|------------|-----------------------|
| | | Total | Keyakinan Beragama |
| N | Valid | 310 | 0 |
| | Missing | 0 | 310 |
| Mean | | 26,86 | |
| Median | | 28,00 | |
| Mode | | 30 | |
| Std. Deviation | | 4,476 | |
| Variance | | 20,032 | |
| Skewness | | -2,585 | |
| Std. Error of Skewness | | ,138 | |
| Kurtosis | | 7,732 | |
| Std. Error of Kurtosis | | ,276 | |
| Range | | 24 | |
| Minimum | | 6 | |
| Maximum | | 30 | |
| Sum | | 8326 | |
| Percen | 25 | 25,00 | |
| tiles | 50 | 28,00 | |
| | 75 | 30,00 | |

Berdasarkan data pada tabel 4 diatas variabel keyakinan beragama (*religious belief*) (X_1) diukur dengan menggunakan enam item soal dalam kuesioner dengan 310 responden siswa SMP Negeri se-Kabupaten Muaro Jambi. Secara empiris berdasarkan data ditemukan rentang skor 24 dengan skor terendah 6 dan skor tertinggi 30, Berdasarkan analisis data

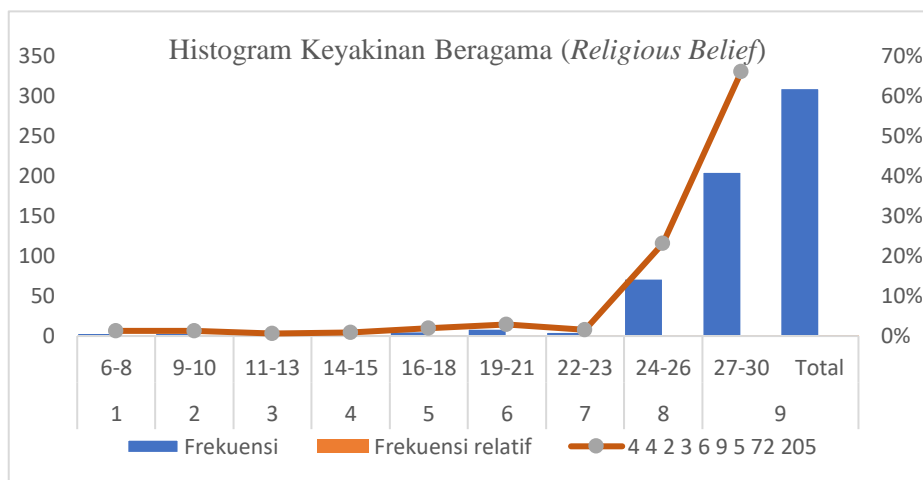
jawaban responden dapat dipaparkan bahwa skor rata-rata 28,86 dengan standar deviasi (simpangan baku) 4,476.

Selanjutnya diketahui median 28,00 modus 30 dengan jumlah kelas 9 dan panjang kelas 3, berdasarkan analisis tersebut disusun rentangan keyakinan beragama dalam bimbingan kelompok dengan persentase kecenderungan distribusi sebagaimana dipaparkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 6. Distribusi Kecenderungan Keyakinan Beragama

| No | Kelas Interval | Frekuensi | Frekuensi relatif (%) |
|----|----------------|-----------|-----------------------|
| 1 | 6-8 | 4 | 1% |
| 2 | 9-10 | 4 | 1% |
| 3 | 11-13 | 2 | 1% |
| 4 | 14-15 | 3 | 1% |
| 5 | 16-18 | 6 | 2% |
| 6 | 19-21 | 9 | 3% |
| 7 | 22-23 | 5 | 2% |
| 8 | 24-26 | 72 | 23% |
| 9 | 27-30 | 205 | 66% |
| | Total | 310 | 100% |

Selanjutnya kecenderungan distribusi keyakinan beragama dalam bimbingan kelompok (X) terlihat pada gambar 3 histogram dibawah ini:



Gambar 2. Histogram Keyakinan Beragama SMP Negeri Kabupaten Muaro Jambi

Selanjutnya berdasarkan analisis statistik deskriptif keyakinan beragama dalam bimbingan kelompok siswa SMP Negeri Kabupaten Muaro Jambi, didapat perolehan skor data yang akan dipaparkan pada tabel 7 dibawah ini:

Tabel 7. Distribusi Keyakinan Beragama (skor keseluruhan item soal dari variabel X)

| No | Variabel | Skor | | | | | | |
|----|--------------------|-------|-----------|-----------|------------------|--------------------|-----------|-------|
| | | Ideal | Tertinggi | Terdendah | Jumlah perolehan | Jumlah Keseluruhan | Rata-rata | % |
| 1 | Keyakinan Beragama | 30 | 30 | 6 | 8326 | 9300 | 26,86 | 89,52 |

| (6) | | | | | | | |
|-------|----|----|---|------|------|-----------|-------|
| Total | 30 | 30 | 6 | 8326 | 9300 | 26,8 6 | 89,52 |

Berdasarkan tabel 7 diatas dapat dijelaskan bahwa skor terendah pada variabel keyakinan agama dalam bimbingan kelompok adalah sebesar 6, dengan skor tertinggi adalah 30, skor ideal 30, skor total jawaban responden adalah 8326 dari 310 siswa SMP Negeri se-Kabupaten Muaro Jambi. Sedang kan rata-rata variabel keyakinan agama dalam bimbingan kelompok adalah 26,86, dengan tingkat capaian sebesar 89,52%. Berdasarkan data tersebut ini menunjukkan bahwa variabel keyakinan agama dalam bimbingan kelompok dapat dikategorikan baik.

Pembahasan

Berdasarkan perolehan data dan hasil pengujian hipotesis secara statistik menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan variabel keyakinan agama dalam bimbingan kelompok terhadap regulasi diri (*self-regulation*) siswa SMP Negeri Kabupaten Muaro Jambi.

Dari tabel hasil distribusi kecenderungan keyakinan beragama dengan skor terendah 6 dan skor tertinggi adalah 30, jawaban responden dengan kelas interval 24-26 dengan frekuensi 72 dan persentase 23% menunjukkan bahwa terdapat 72 orang responden menjawab setuju keyakinan agama dalam bimbingan kelompok berpengaruh terhadap regulasi dirinya, selanjutnya pada kelas interval jawaban responden dengan nilai 27-30 dengan jumlah frekuensi 205 dengan persentase 66%.

Analisis data diatas menunjukkan bahwa terdapat 205 orang responden dari 310 sampel dengan jawaban sangat setuju keyakinan agama dalam bimbingan kelompok sangat berpengaruh terhadap regulasi diri siswa SMP Negeri Kabupaten Muaro Jambi. Hal ini juga tergambar dari skor jumlah perolehan keseluruhan variabel keyakinan agama adalah 8326 dengan nilai rata-rata 28,86 dengan nilai persentase 89,52% dan dapat dikategorikan baik.

Dari hasil Analisis normalitas menggunakan *one-sample Kosmogorov-Smirnov test* diperoleh hasil 0,15 lebih besar dari nilai $\alpha = 0,05$ dan dinyatakan bahwa keseluruhan variabel (X) berdistribusi normal. Selanjutnya dari hasil uji homogenitas setelah dilakukan transformasi data, dari hasil pengujian yang dilakukan terhadap variabel keyakinan agama dengan nilai hitung $0,765 >$ dari $0,05$ dan dapat dinyatakan homogen.

Hasil uji koefisien regresi variabel keyakinan agama terhadap variabel regulasi diri adalah sebesar 2,008, dan t hitungnya sebesar 20,664 ini berarti bahwa arah pengaruhnya adalah positif. Selanjutnya dari hasil nilai korelasi (R) sebesar 0,762 dan nilai koefisien determinasi (R Square), pengaruh variabel keyakinan agama terhadap regulasi diri siswa sebesar 58,1%. Secara empirik membuktikan bahwa variabel keyakinan agama sebagai variabel independen (X) mempunyai pengaruh terhadap variabel (Y) regulasi diri siswa SMP Negeri di Kabupaten Muaro Jambi.

Usia Siswa SMP merupakan usia dalam tahap memasuki remaja awal, pada usia ini sangat penting untuk menanamkan keyakinan agama yang kuat untuk menghindari pengaruh kenakalan remaja, seperti alkohol, seks bebas, merokok, bolos dari sekolah, bullying, tawuran antar pelajar. Data menunjukkan pada tahun 2017 terjadi 229 kasus kekerasan antar pelajar SMA dan SMP, 19 orang meninggal dunia (Sunarti, dkk, 2017). Menanamkan keyakinan agama seyogya tidak saja dilakukan disekolah namun porsinya lebih besar dalam keluarga, hal ini disebabkan setelah pulang sekolah waktu siswa lebih banyak melaksanakan kegiatan bersama keluarga dirumah.

Penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan Siroj, dkk, (2019) yang meneliti keberfungsian agama bagi remaja dalam keluarga, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa dimensi keimanan (keyakinan agama) usia SMP dengan skor nilai 84,2% dan dikategorikan tinggi. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

Bahiroh dan Suud (2020), dengan kajian model penelitian berbasis religius dalam mengatasi kesulitan belajar siswa, diantara hasil penelitiannya menyatakan bahwa salah satu solusi untuk mengatasi kesulitan belajar siswa adalah dengan mengajak siswa masuk ke mesjid.

Didalam mesjid inilah guru BK memberikan konseling atau bimbingan kelompok, siswa diajak untuk sholat dhuha dengan keyakinan bahwa ibadah kepada Allah SWT mempunyai peranan yang menakjubkan dalam diri seorang anak. Dengan cara ini upaya guru untuk memupuk “firah iman” para siswa dengan harapan bisa diaktualisasikan menuju kecenderungan yang positif, kecenderungan berperilaku positif adalah merupakan salah satu komponen yang menunjukkan bahwa seorang siswa memiliki *self-regulation* (regulasi diri) yang baik.

KESIMPULAN

Bimbingan kelompok berbasis religius sangat dibutuhkan siswa dalam masa Pandemi Covid-19, hal ini dapat ditunjukkan dari hasil penelitian dengan nilai Dari hasil uji koefisien regresi terdapat pengaruh variabel (X) terhadap variabel (Y) sebesar 2,008, dan t hitung sebesar 20,664 ini menunjukkan arah pengaruh adalah positif. Dari hasil nilai korelasi (R) sebesar 0,762 dan nilai koefisien determinasi (R square), pengaruh variabel (X) terhadap variabel (Y) adalah sebesar 58,1%.

Keyakinan siswa terhadap ajaran agama yang kuat dapat meningkatkan imunitas tubuh dalam menghadapi masa Pandemi Covid 19, hal ini telah dibuktikan oleh beberapa penelitian sebelumnya. Dengan dilandasi ajaran agama siswa dapat meregulasi dirinya sehingga tidak mudah terpancing atau terprovokasi dengan isu-isu yang menyesatkan tentang wabah virus Covid 19.

Bagi para guru BK di SMP penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam memberikan bimbingan kelompok kepada siswa pada saat PJJ (pembelajaran jarak jauh) atau siswa masuk belajar dengan sistem shift (50%) dikelas dengan materi yang berbasis religius yang memperkuat keyakinan beragama siswa. Kepada Pemerintah Daerah, Dinas Pendidikan Kabupaten, Kepala Sekolah agar memberikan motivasi kepada guru BK untuk memberikan bimbingan kelompok berbasis religius pada masa Pandemi Covid-19. Walaupun saat ini semua siswa sudah dilaksanakan Vaksin 1 dan 2, dan penyebaran Covid semakin melandai.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfahmi, Faiz Fikri, (2021). Implementasi Bimbingan Agama terhadap Kesehatan Mental dan Fisik dalam Upaya Pencegahan Wabah Covid 19 *Islamika (Jurnal Agama, Pendidikan dan Sosial Budaya)*. Volume. 15 Nomor.1
- Brown, J. M. (1998). Self-regulation and the addictive behaviours. En W.R Miller y N. Heather (Eds.)^a. *Treating Addictive Behaviours* (pp. 61-73), 2 ed. New York: Prenum Press.
- Bauer, I. M., Baumeister, R. F. (2011). Selfregulatory strength. Dalam Kathleen D. Vohs, and Roy F. Baumeister. (Eds.) *Handbook of self-regulation: research, theory and applications*. (hal. 64-82). New York: Guilford Press
- Bahiroh, Siti., Suud, M. Fitroh. (2020). Model Bimbingan Konseling Berbasis Religiusitas dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol 4, No. 1, hal: 31-50
- Hallen. (2002). Bimbingan dan Knseling dalam Islam. Jakarta: Ciputat Press Adiputra
- Julianto V, Subandi. (2015). Membaca Alfatihah Reflektif intuitif untuk Menurunkan Depresi dan Meningkatkan imunitas, *Jurnal Psikologi* 42 (1): 34-36
- Kemendiknas. (2010). *Bahan Pelatihan: Penguatan Metodologi Pembelajaran Berdasarkan Nilai-Nilai Budaya untuk Membentuk Daya Saing dan Karakter Bangsa*. Jakarta: Kemendiknas
- Mooney, M. (2010). Religion, College Grades, and Satisfication Among Students at Elite Colleges Universities. *Sociology of Religion*, 71 (2), 197-125

- Richards. P. S., Bergin, A. E. (2000). Toward religious and spiritual competency for mental health professionals. In. P. S. Richard, dan A. E. Bergin (Eds.), *Handbook of psychotherapy and religious diversity* (pp. 3-6). Washington, DC: American Psychological Association.
- Ramadyanti, Ana. (2019). *Aplikasi SPSS untuk Penelitian dan Riset Pasar*. Jakarta: PT. Gramedia
- Santrock, John W. (2007). *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Jakarta: Kencana
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sunarti, E., Rochimah, N., Islamia, I., Ulfa, M. (2017) Pengaruh Faktor Ekologi terhadap resiliensi Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 10, 107-119. DOI: [doi.org /10.24156/jik.2017.10.2.107](https://doi.org/10.24156/jik.2017.10.2.107)
- Siroj, Yuliarti. Eko., Sunarti, Euis Diah Krisnatuti. (2019). Keberfungsian Agama di Keluarga, Interaksi Teman Sebaya, dan Religiusitas Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konseling*. Volume 12. No.1 Hal: 13-25