

**PENGARUH BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN MATERI
POLA TIDUR TERHADAP KETERLAMBATAN SISWA
DATANG KE SEKOLAH DI SMK NEGERI 4
PALANGKARAYA**

SKRIPSI

OLEH:

HALIDAH

213010216003



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PALANGKA RAYA
2026**

**PENGARUH BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN MATERI
POLA TIDUR TERHADAP KETERLAMBATAN SISWA
DATANG KE SEKOLAH DI SMK NEGERI 4
PALANGKARAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Palangka Raya
untuk memenuhi salah satu persyaratan
memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

OLEH

**HALIDAH
213010216003**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PALANGKA RAYA
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Halidah
NIM : 213010216003
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Materi Pola Tidur Terhadap Keterlambatan Siswa Datang Ke Sekolah Di SMK Negeri 4 Palangka Raya yang saya tulis ini adalah benar tulisan saya dan bukan hasil tulisan orang lain ataupun plagiasi baik sebagian atau seluruhnya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil tulisan orang lain atau plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Palangka Raya, Agustus 2026

Yang membuat pernyataan,



HALIDAH

NIM. 213010216003

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Halidah
NIM : 213010216003
Judul : Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Materi Pola Tidur Terhadap
Keterlambatan Siswa Datang Ke Sekolah Di SMK Negeri 4
Palangka Raya

Skripsi ini telah disetujui untuk diseminarkan/diujikan di hadapan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Palangka Raya.

Pembimbing I,



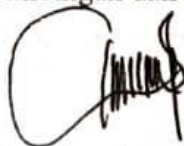
Esty Pan Pangestie, M.Psi., Psikolog
NIP. 19781026 200812 2 001
Tanggal: 23 Juni 2025

Pembimbing II,



Oktamia Karuniaty Sangalang, M.Pd
NIP. 19841014 200812 2 001
Tanggal: 25 Juni 2026

Mengetahui
Koordinator Program Studi
Bimbingan dan Konseling

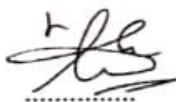


Nopi Feronika, S.Pd., M.Pd
NIP. 19851104 200812 2 002
Tanggal:

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Nama : Halidah
NIM : 213010216003
Judul : Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Materi Pola Tidur Terhadap
Keterlambatan Siswa Datang Ke Sekolah Di SMK Negeri 4
Palangka Raya

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi
Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan Universitas Palangka Raya pada hari Rabu, tanggal
..... 8 Juli 2016 dan skripsi telah direvisi sesuai balikan dari Tim Penguji.

Nama	Tanda Tangan	Tanggal	Tim Penguji
Romiaty, S.Psi., M.Pd., Psikolog NIP.19770505 200812 2 001		<u>9/5/2016</u>	Ketua
Esty Pan Pangestie, M.Psi., Psikolog NIP.19781026 200812 2 001		<u>18/8/2016</u>	Anggota
Oktamia Karuniaty Sangalang, M.Pd NIP.19841014 200812 2 001		<u>18/8/2016</u>	Anggota

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Halidah
NIM : 213010216003
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Judul : Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Materi Pola Tidur Terhadap Keterlambatan Siswa Datang Ke Sekolah di SMK Negeri 4 Palangka Raya

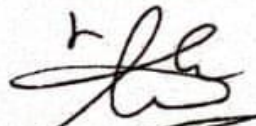
Menyetujui,

Pembimbing I,



Esty Pan Pangestie, M.Psi., Psikolog
NIP.19781026 200812 2 001

Pembimbing II,



Oktamia Karuniaty Sangalang, M.Pd
NIP.19841014 200812 2 001

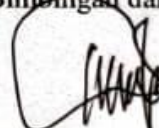
Jurusan Ilmu Pendidikan,



Esty Pan Pangestie, M.Psi., Psikolog
NIP.19781026 200812 2 001

Program Studi

Bimbingan dan Konseling,



Nopi Feronika, S.Pd., M.Pd
NIP.19851104 200812 2 002

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Palangka Raya



Dr. Rinto Alexandro, SE., MM

NIP.19760827 200801 1 013

ABSTRAK

Halidah. 213010216003. Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Materi Pola Tidur Terhadap Keterlambatan Siswa Datang Ke Sekolah di SMK Negeri 4 Palangka Raya. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Palangka Raya. Pembimbing I: Esty Pan Pangestie, M.Psi, Psikolog., Pembimbing II: Oktamia Karuniaty Sangalang, M.Pd.

Kata Kunci: Bimbingan Klasikal, Pola Tidur, Keterlambatan Siswa.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena tingginya tingkat keterlambatan siswa di SMK Negeri 4 Palangka Raya yang disebabkan oleh kurang teraturnya pola tidur, seperti kebiasaan begadang dan penggunaan media sosial hingga larut malam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian layanan bimbingan klasikal dengan materi pola tidur terhadap pengurangan perilaku keterlambatan siswa datang ke sekolah di SMK Negeri 4 Palangka Raya Tahun Ajaran 2025/2026.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode eksperimen menggunakan desain Pre-Experimental berupa One-Group Pretest-Posttest Design. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas XI SMK Negeri 4 Palangka Raya, dengan sampel sebanyak 21 siswa yang diambil menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tingkat keterlambatan yang tinggi akibat masalah pola tidur. Teknik pengumpulan data utama menggunakan angket (kuesioner) keterlambatan siswa, serta didukung oleh observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data meliputi uji normalitas dan uji homogenitas serta uji hipotesis Paired Sample T-Test menggunakan bantuan program SPSS 23.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian layanan bimbingan klasikal dengan materi pola tidur terhadap penurunan tingkat keterlambatan siswa datang ke sekolah. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis data pre-test yang berada pada kategori tinggi (52,38%) dan sedang (47,62%), mengalami penurunan pada skor post-test menjadi kategori rendah (66,67%) dan sedang (33,33%). Selain itu, hasil uji-t (Paired Sample T-Test) menghasilkan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar $0,001 < 0,05$ serta nilai $t_{hitung} 3,924 > t_{tabel} 2,086$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan penelitian ini adalah layanan bimbingan klasikal dengan materi pola tidur berpengaruh untuk mengurangi perilaku keterlambatan siswa datang ke sekolah di SMK Negeri 4 Palangka Raya.

ABSTRACT

Halidah. 213010216003. The Influence of Guidance Curriculum (Classical Guidance) on Sleep Patterns Regarding Students' School Tardiness at SMK Negeri 4 Palangka Raya. Undergraduate Thesis. Guidance and Counseling Study Program, Department of Education, Faculty of Teacher Training and Education, University of Palangka Raya. First Advisor: Esty Pan Pangestie, M.Psi, Psikolog., Second Advisor: Oktamia Karuniaty Sangalang, M.Pd.

Keywords: Classical Guidance, Sleep Patterns, Student Lateness.

The background of this research is the phenomenon of high student tardiness at SMK Negeri 4 Palangka Raya caused by irregular sleep patterns, such as staying up late and excessive social media scrolling. The purpose of this study was to determine the effect of providing classical guidance services with sleep pattern material on reducing student tardiness in arriving at school at SMK Negeri 4 Palangka Raya for the 2025/2026 Academic Year.

This research type is quantitative experimental research using a Pre-Experimental design in the form of a One-Group Pretest-Posttest Design. The population comprised all eleventh-grade students of SMK Negeri 4 Palangka Raya, with a sample of 21 students selected through purposive sampling technique based on high lateness criteria due to sleep pattern issues. The main data collection technique utilized a Likert-scale student tardiness questionnaire supported by observation, interviews, and documentation. Data analysis techniques included prerequisite tests (normality and homogeneity tests) and hypothesis testing using Paired Sample T-Test assisted by SPSS 23.

The results showed a significant influence of classical guidance services with sleep pattern material on reducing student tardiness. This is evidenced by the pre-test data analysis which was in the high (52.38%) and moderate (47.62%) categories, decreasing in post-test scores to low (66.67%) and moderate (33.33%) categories. Furthermore, the Paired Sample T-Test produced a significance value (2-tailed) of $0.001 < 0.05$ and a calculated t-value of $3.924 > \text{table t-value of } 2.086$, rejecting H_0 and accepting H_a . The conclusion of this study is that classical guidance services with sleep pattern material are effective in reducing student tardiness at SMK Negeri 4 Palangka Raya.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena telah melimpahkan berkat dan karunianya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Materi Pola Tidur Terhadap Keterlambatan Siswa Datang Ke Sekolah Di SMK Negeri 4 Palangka Raya”** dengan lancar. Penulisan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada Program Strata-1 di Universitas Palangka Raya, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling. Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada:

1. Bapak Dr. Rinto Alexandro, MM, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Palangka Raya
2. Ibu Esty Pan Pangestie, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Jurusan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Palangka Raya serta selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan sabar dalam membimbing saya
3. Ibu Nopi Feronika, S.Pd., M.Pd selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Palangka Raya
4. Ibu Oktamia Karuniaty Sangalang, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan dan bantuan dalam membimbing saya
5. Seluruh Bapak/Ibu dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Palangka Raya
6. Ibu Susiawantiy, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMK Negeri 4 Palangka Raya
7. Ibu Zikraiyah, S.Pd selaku Koordinator Guru BK SMK Negeri 4 Palangka Raya
8. Bapak Drs. Martoyo selaku Guru Pamong BK SMK Negeri 4 Palangka Raya

9. Kedua orangtua dan saudara saya yang selalu ada untuk memberikan dukungan, doa, serta sudah menjadi support sistem terbaik selama saya menempuh pendidikan ini.
10. Untuk sahabat dan teman-teman Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Palangka Raya angkatan 2021 terimakasih atas kerjasama selama ini

Penulis menyadari didalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran untuk kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua kalangan.

Palangka Raya, Agustus 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB IPENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Pembatasan Masalah	3
1.3. Rumusan Masalah	3
1.4. Tujuan Penelitian	4
1.5. Kegunaan Penelitian	4
BAB IITINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1.Teori Yang Relevan	6
2.2.Penelitian Yang Relevan.....	34
2.3.Hipotesis Penelitian.....	35
BAB IIIMETODOLOGI PENELITIAN	36

3.1. Jenis dan Desain Penelitian.....	36
3.2. Populasi dan Sampel Penelitian	37
3.3. Definisi Operasional Variabel.....	39
3.4. Teknik Pengumpulan Data.....	40
3.5. Instrumen Penelitian	44
3.6. Teknik Analisis Data.....	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
4.1. Gambaran Umum Objek Penelitian	49
4.2. Deskripsi Data	52
4.3. Analisis Data	55
4.4. Pembahasan Hasil Penelitian	62
4.5. Keterbatasan Penelitian	67
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	68
5.1. Kesimpulan	68
5.2. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	15
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Yang Relevan	32
Tabel 3. 1 Desain Penelitian	35
Tabel 3. 2 Langkah-Langkah Penelitian	36
Tabel 3. 3 Populasi Penelitian	37
Tabel 3. 4 Sampel Penelitian	38
Tabel 3. 5 Skala Likert	41
Tabel 3. 6 Rumus <i>Product Moment</i>	44
Tabel 3. 7 Rumus Uji F	46
Tabel 3. 8 Skala Likert	47
Tabel 4. 1 jadwal Pelaksanaan Kegiatan	52
Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas Data Keterlambatan	53
Tabel 4. 3 Uji Homogenitas Variabel Keterlambatan Siswa	54
Tabel 4. 4 Hasil Pre-Test Keterlambatan Siswa	55
Tabel 4. 5 Perhitungan Kategorisasi Pre-Test Keterlambatan Siswa	56
Tabel 4. 6 Hasil Post-Test Keterlambatan Siswa	56
Tabel 4. 7 Perhitungan Kategorisasi Pre-Test Keterlambatan Siswa	58
Tabel 4. 8 Hasil Perhitungan Pre-Test Dan Post-Test Keterlambatan Siswa	58
Tabel 4. 9 Uji Paired Sampel Test Keterlambatan Siswa	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Diagram Hasil Pre -Test Keterlambatan Siswa.....	55
Gambar 4. 2 Diagram Hasil Post -Test Keterlambatan Siswa	57
Gambar 4. 3 Diagram Hasil Post -Test Keterlambatan Siswa	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Angket Keterlambatan Siswa	73
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian	77
Lampiran 4 Surat Selesai Penelitian	78
Lampiran 5 Surat Tugas Pembimbing Skripsi	79
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	80
Lampiran 7 Angket Keterlambatan dalam Bentuk Google Form	81
Lampiran 8 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL).....	82
Lampiran 9 PPT Materi Layanan Bimbingan Klasikal.....	93
Lampiran 10 Riwayat Hidup.....	94

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, W. H. (2024). Pengaruh Teknik *Self-management* Dalam Mengatasi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Pada Siswa SMP Negeri 2 Bajeng Barat.
- Arsini, Y. (2017). Konsep Dasar Pelaksanaan Bimbingan Konseling. *Jurnal Raudhah*, 5(1).
- Astari, Z. (2024). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Terlambat Siswa ke Sekolah (Studi Kasus di SMA Swasta Mujahidin Pontianak). *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 10397-10405.
- Agustini, Y. (2013). Studi Penguasaan Pengetahuan Stimulasi Perkembangan Anak Pada Peserta Bina Keluarga Balita Di Desa Cikeruh (*Doctoral dissertation*, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Batubara, Y. A., Farhanah, J., Hasanahti, M., & Apriani, A. (2022). Pentingnya Layanan Bimbingan Konseling Bagi Peserta Didik. *Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan Dan Konseling Islam (IKABKI)*, 4(1).
- Canida, R. (2023). Upaya Meningkatkan Konsep Diri Dan Motivasi Belajar Siswa Dengan Layanan Bimbingan Klasikal. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(12), 4529-4536.
- Defitamila, S., & Saleh, B. (2022). Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Laboratorium Klinik Otrismo Medical Center Kota Bekasi. *YUME: Journal of Management*, 5(2), 89-99.
- Dian, U. (2022). Analisis Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas Xi Di SMA Negeri 8 Bandar Lampung (*Doctoral dissertation*, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).
- Ernawati, I., & Setiawaty, D. (2021). Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viid Di Smp Negeri 11 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018. *GCouns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 220-225.
- Fahmi, F. A., & Suryanti, H. H. S. (2019). Pengaruh Layanan Informasi Dengan Media Film Terhadap Kewaspadaan Siswa Tentang Pelecehan Seksual Di Kelas Viii-C Smp N 1 Matesih Tahun Pelajaran 2018/2019. *MEDI KONS: Jurnal Prodi Bimbingan dan Konseling UNISRI Surakarta*, 5(2).
- Fatimah, D. (2021). Studi tentang Penanganan Siswa yang Terlambat Tiba di Sekolah oleh Guru BK SMA Negeri 13 Muaro Jambi. *Pedagogika: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 1(1), 71-75.

- Farida, E., Hendriana, H., & Pahlevi, R. (2021). Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis Daring Dengan Metode Ekspositori Terhadap Pilihan Karier. *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 4(6), 415-422.
- Febriyanti, P. (2024). Gambaran Faktor-Faktor yang Melandasi Perilaku Terlambat Siswa di SMK Hatawana. *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 41(2), 58-67.
- Hartati, F. W. S. (2021). Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Datang Tepat Waktu di Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa SMK. *Jurnal Profesi Keguruan*, 7(1), 58-69.
- Huda, M. N., & Afifah, D. T. (2023). Hubungan Keterlambatan Mahasiswa Terhadap Hasil Belajar. *Algebra: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Sains*, 3(4), 231-234.
- Husniyya, D. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah Di MTs NU Hasyim Asy'ari 02 Kudus (*Doctoral dissertation, IAIN KUDUS*).
- Insyiroh, L. (2017). Studi Tentang Penanganan Siswa Yang Terlambat Tiba Di Sekolah Oleh Guru BK SMA Negeri 1 Gresik (*Doctoral dissertation, State University of Surabaya*).
- Kamaluddin, H. (2011). Bimbingan Dan Konseling Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 17(4), 447-454.
- Miharjo, G. (2020). Penerapan Metode Laba Kotor untuk Menyusun Laporan Kinerja pada Pedagang Mikro di Kecamatan Menteng (*Doctoral dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia Jakarta*).
- Mulyani, A. (2018, October). Upaya Mengurangi Keterlambatan Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Kelas XII C 1 SMK Negeri 2 Padang. In *Seminar Konseling 2017*. Fakultas Ilmu Pendidikan UNP.
- Nathalia, W. (2022). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Minuman Berkafein Dengan Pola Tidur Pada Remaja Di Wilayah Kelurahan Sedati Gede Juanda Sidoarjo (*Doctoral dissertation, STIKES HANG TUAH SURABAYA*).
- Nensi, S. (2024). Pelaksanaan Bimbingan Klasikal Teknik Ekspositori Dalam Memotivasi Belajar Peserta Didik Kelas Ix Mts Islamiyah Ulu Danau Kecamatan Sindang Danau Kabupaten Oku Selatan Sumatera Selatan (*Doctoral dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG*).
- Rahmat, H. K. (2023). Penggunaan Layanan Bimbingan Klasikal Guna Meningkatkan Literasi Kebencanaan Bagi Siswa [*Using Classical Guidance Services To Improve Disaster Literacy For Students*]. *Allhtiram: Multidisciplinary Journal of Counseling and Social Research*, 2(2), 83-92.

- Ratna, S. (2024). Analisis Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Teknik Diskusi Kelompok Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas X Di SMK Negeri 1 Bandar Lampung (*Doctoral dissertation*, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).
- Rohmah, S. Z. A. (2022). Gambaran Kualitas Tidur Lansia Penderita Hipertensi Di Dusun Baran Sukoanyar RT. 06 RW. 07 Pakis Kabupaten Malang (*Doctoral dissertation, ITSK RS dr. Soepraoen*).
- Romdona, S., Senja Junista, S., & Gunawan, A. (2024). Teknik Pengumpulan Data: Observasi, Wawancara Dan Kuesioner. 3 (1), 39–47.
- Sa'idah, I., & Annajih, M. (2024). Konsep Dasar Bimbingan & Konseling.
- Satria, M., & Ibrahim, S. T. (2021). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Homeroom Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Di SMPN 12 Bandar Lampung (*Doctoral dissertation*, UIN Raden Intan Lampung).
- Suciati, S., Utami, D. P., & Arsini, N. P. A. (2020). Uji Homogenitas Tepung Ikan Pada Sampel Uji Banding Antar Laboratorium Di Balai Besar Riset Budidaya Laut Dan Penyuluhan Perikanan. *Buletin Teknik Litkayasa Akuakultur*, 18(2), 139-143.
- Sugiyono. (2020). Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. ALFABETA CV
- Sulistiyoningrum, A. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Regulasi Diri Terhadap Penurunan Keterlambatan Datang Ke Sekolah (*Doctoral dissertation*, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Syah, I. (2020). Kinerja Guru Bimbingan Konseling Islam di Sekolah. *Jurnal Allrsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(1), 41-62.
- Waljiyati. (2016). Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal Terhadap Tata Tertib Sekolah Pada Siswa Kelas Xi SMAN I Pajangan Tahun Ajaran 2016/2017. Prodi Bimbingan dan Konseling.
- Widiyanto, A. H. S. (2016). Perbedaan Pola Tidur Antara Kelompok Terlatih Dan Tidak Terlatih. *Medikora*, 15(1), 85-95.
- Yusuf, N., & Rohmah, T. (2020). Pengaruh Pola Tidur Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, 6(1).