



FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DALAM PERSPEKTIF TEORI SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING

Khairiyah Khadijah¹, Maria Oktasari^{2(*)}, Hayu Stevani³, M. Ramli⁴

Universitas Riau, Indonesia¹

Universitas Negeri Malang, Indonesia²³⁴

khairiyah.khadijah@lecturer.unri.ac.id¹, oktasarimaria@gmail.com²,

hayu.stevani.2201119@students.um.ac.id³, m.ramli.fip@um.ac.id⁴

Abstract

Received: 21 Oktober 2022
Revised: 16 Desember 2022
Accepted: 14 Maret 2023

Kualitas Kesehatan mental saat ini mengalami penurunan. Salah satu penyebabnya adalah meningkatkan kecanduan media sosial. Sebagai efek dari kecanduan diindikasikan munculnya FoMo dikalangan mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur kondisi FoMo dan mengkaji FoMo dari perspektif teori *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC). Responden dalam penelitian adalah mahamahasiswa yang berjumlah 50 orang. Instrument yang digunakan adalah inventori FoMo. Data di analisis menggunakan pemodelan rasch. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kualitas item sangat baik, kualitas responden baik serta interaksi antara responden dan item sangat baik. Item yang memiliki nilai measure yang tinggi adalah Item yang berkaitan dengan perasaan gelisah, ketakutan ketinggalan informasi tentang teman/kelompoknya, keinginan selalu update dalam perspektif SFBC perasaan tersebut muncul karena ketidakberdayaan individu dalam mengatasi perasaan gelisah/ketakutannya terhadap suatu hal. Adapun teknik yang dapat digunakan dalam SFBC untuk mereduksi FoMo adalah (a) pertanyaan koping, (b) pertanyaan pencarian pengecualian, (c) pertanyaan ajaib, (d) pertanyaan penskalaan, dan (e) pertanyaan pengembangan tugas.

Keywords: FoMo; Mahasiswa; SFBC

(*) Corresponding Author: Oktasari, maria.oktasari.2201119@students.um.ac.id

How to Cite: Khadijah, K., Oktasari, M., Stevani, H., & Ramli, M. (2023). FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DALAM PERSPEKTIF TEORI SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING. *Research and Development Journal of Education*, 9(1), 336-343.

INTRODUCTION

Salah satu isu sentral dalam dunia Pendidikan saat ini adalah kesehatan mental (Suranata, et all., 2022). Beberapa hasil penelitian terbaru menunjukkan bahwa kualitas Kesehatan mental mahasiswa di dunia mengalami penurunan (Ghosh, 2019; PeConga, et all., 2020; Rao & Rao, 2021; Thahir et all., 2020, Suranata, et all., 2022).

Hasil penelitian lainnya juga melaporkan bahwa masalah kesehatan mental pada mahasiswa berkaitan dengan penggunaan internet dan media sosial (Huckins et al., 2020). Hal tersebut juga tidak terlepas dari peristiwa pandemi covid 19 lalu (suranata, et all., 2022). Artinya efek dari covid 19 menyebabkan meningkatnya akses menggunakan internet dan media sosial.

Pemanfaatan internet dan media sosial media tanpa disadari merubah kebiasaan individu dalam kehidupan kesehariannya. Perubahan tersebut terjadi sebagai dampak negative dari ketergantungan terhadap internet dan media sosial (Afdilah, et all., 2020) .

Salah satu fenomena yang terjadi dari ketergantungan pada penggunaan internet dan media sosial adalah *fear of missing out* (FoMo). FoMo merupakan suatu kondisi atau

perasaan khawatir /ketakutan jika orang lain mungkin mempunyai pengalaman berharga dibandingkan dengan diri sendiri. Hal tersebut ditandai dengan adanya keinginan untuk terus terkait dengan aktivitas orang lain (Przybylski et al., 2013). Individu yang merasakan FoMo akan mengalami gangguan secara psikologis, seperti: mengalami stress, merasa cemas, mengalami gangguan tidur hingga berakibat negative pada kesejahteraan dan kepuasan hidup (Hayran et al., 2020; Hayran & Anik, 2021; Milyavskaya dkk., 2018).

Hasil studi lainnya juga menjelaskan bahwa individu yang mengalami gangguan FoMo memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, memandang sesuatu hanya dari satu sudut pandang, mempunyai hubungan yang rendah sehingga menyebabkan individu mengalami stress secara fisik dan psikologis (Adriansyah, et al., 2019).

Sumini, et all (2018) menjelaskan bahwa FoMo membuat individu merasa takut kehilangan berita/ informasi mengenai aktivitas oranglain sehingga secara terus menerus harus selalu mengakses media sosial, baik untuk melihat beranda maupun melihat laman orang lain. Lebih lanjut, Gangguan umum yang dirasakan oleh individu yang mengalami FoMo adalah saat mengamati postingan orang lain yang dianggap lebih menyenangkan, merasa orang lain dapat melakukan hal yang menyenangkan tanpanya, sementara ia merasa tidak memiliki hal menyenangkan seperti yang dilakukan dan diupdate seperti orang lain. Maka individu merasa harus dapat melakukan apa yang dilakukan orang lain bahkan lebih dari orang lain. ketika tidak tercapai individu merasa bahwa ada hal yang tidak benar dengan hidupnya, sehingga dia merasa kehidupannya hampa.

Gangguan FoMo ini tentu perlu mendapat perhatian khusus, jika dibiarkan saja maka akan banyak individu yang hanya berfokus pada dunia maya daripada kehidupan nyata, terobsesi dengan kehidupan orang lain, merasa tidak puas dengan hidupnya dan membandingkan hidupnya dengan orang lain (Sumini, et a.l, 2018). Untuk itu perlu untuk melihat bagaimana tingkatan fomo dikalangan mahasiswa.

Selain itu, berbagai model konseling telah diteliti dan dikembangkan untuk mereduksi FoMo. Beberapa pendekatan tersebut seperti: konseling berbasis kekuatan dengan metode self help (Suranata, et all., 2022), konseling kognitif perilaku (Afdilah et all., 2020), konseling behavioral (Wati, et all., 2021). Artikel ini kemudian akan mengkaji fomo yang dialami mahasiswa dalam perspektif teori *solution focused brief counseling*.

METHODS

Metode dalam penelitian ini adalah metode survei. Sampel dalam penelitian merupakan mahasiswa. Sampel berjumlah 50 orang mahasiswa. Sampel diambil sesuai dengan diestimasi ukuran sampel penelitian yang memenuhi standar pada kalibrasi item ± 1 logit dan tingkat kepercayaan 99%, dengan kisaran jumlah sampel 27-61 (Linacre, 1994; Sumintono & Widhiarso, 2014). (Sumintono & Widhiarso, 2014) Instrumen yang digunakan adalah inventori *fear of missing out* (FoMO) yang disusun oleh peneliti sendiri. Adapun aspek yang diukur adalah 1) *relatedness* (Ketakutan akan ketinggalan Momen/ Informasi berharga), 2) *competence* (Keinginan untuk selalu berinteraksi dengan individu/kelompok), 3) *Autonomy* (Ketakutan kehilangan kesempatan berinteraksi dengan orang lain) (Przybylski, et al., 2013).

Validasi konstruk

Uji validitas konstruk dilakukan untuk menguji apakah instrumen yang disusun tepat untuk mengukur apa yang akan diukur. Oleh karena itu, validitas instrument FoMo ini dilakukan untuk melihat sejauhnya mana instrument mengukur Fomo. Analisis yang dipakai adalah *principal component analysis* (PCA). Ada dua parameter dalam analisis

PCA, yaitu: 1) total varians mentah dalam nilai observasi (<20%) dan 2) total varians mentah yang tidak dapat dijelaskan (<15%) (Linacre,2011). Hasil pengujian ditampilkan pada gambar 1 berikut.

		-- Empirical --	Modeled
Total raw variance in observations	=	30.9 100.0%	100.0%
Raw variance explained by measures	=	12.9 41.8%	43.3%
Raw variance explained by persons	=	3.4 11.1%	11.5%
Raw Variance explained by items	=	9.5 30.7%	31.8%
Raw unexplained variance (total)	=	18.0 58.2%	56.7%
Unexplnd variance in 1st contrast	=	2.8 9.2%	15.8%
Unexplnd variance in 2nd contrast	=	2.4 7.7%	13.3%
Unexplnd variance in 3rd contrast	=	2.0 6.4%	10.9%
Unexplnd variance in 4th contrast	=	1.8 5.7%	9.8%
Unexplnd variance in 5th contrast	=	1.5 4.9%	8.5%

Gambar 1.

Standardized Residual variance in Eigenvalue units = Item information units

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa nilai *raw variance explained by measures* sebesar 41.8%, nilai tersebut tidak jauh berbeda dengan model yang diharapkan sebesar 43.3%. Hal tersebut menjelaskan bahwa persyaratan minimum unidimensional sebesar 20% telah terpenuhi (Linacre, 2011).

Selanjutnya, untuk unexplained variance in contrast dari semua (1-5) nilainya berada di bawah angka 15%. Hal tersebut bermakna bahwa tingkat independensi item instrument baik. Dengan demikian, persyaratan unidimensi mendeskripsikan konstruk ukur instrument yaitu FoMo.

Uji validitas

Uji validitas item bertujuan untuk mengungkapkan ketepatan item dengan konstruk ukur. Ada tiga kriteria yang digunakan untuk menguji apakah item fit atau mempunyai kualitas yang baik, yaitu: 1) nilai kuadrat tengah 1,0 atau kisaran ideal 0,5> MNSQ<1,5. 2) nilai standar Z dengan nilai kuadrat 0,0 atau dengan kisaran ideal -2,0> ZSTD<+2,0 (Boone, Staver, & Yale, 2013; Sumintono & Widhiarso, 2015) dan 3) Point Measure Correlation (Pt Mean Corr) dengan rentang nilai 0,4 <Pt Measure Corr <0,85 (Sumintono & Widhiarso, 2015). Hasil analisis dapat disajikan pada tabel 1.

Tabel 1.
 Item Statistic

No	Item	MNSQ Outfit	MNSQ ZSTD	PTmeasure Corr	Ket
1	Saya memantau aktivitas yang dilakukan teman-teman melalui media sosial	0.87	-0.7	0.58	Fit
2	Merasa kesal ketika melihat status medsos teman-teman yang bersenang-senang tanpa saya	0.70	-1.3	0.55	Fit
3	Merasa tidak tenang saat diajak berkumpul dengan teman-teman namun saya tidak bisa ikut serta	1.05	0.3	0.46	Fit
4	Mengupdate setiap aktivitas yang saya lakukan supaya teman-teman melihatnya	0.56	2.6	0.73	Fit
5	Ketika teman-teman update story medsos saya juga harus update	1.00	0.1	0.43	Fit
6	Mencari tahu berita gossip, viral dan trending untuk bahan perbincangan dengan teman	0.76	-1.2	0.68	Fit
7	Tidak tertarik dengan pembahasan viral dalam media sosial	1.40	2.0	0.21	Fit
8	Saya ingin teman-teman selalu berbagi cerita dengan saya	1.10	0.6	0.60	Fit
9	Jika tidak ikut serta berkumpul saya ingin teman-teman mengupdate kabar melalui media sosial	0.99	0.00	0.55	Fit
10	Mengupdate story medsos supaya dikomentari oleh teman	0.73	-1.0	0.59	Fit
11	Penting untuk cek jumlah like dari postingan di media sosial	1.45	2.1	0.47	Fit
12	Up date story agar dikomentari	0.69	-1.2	0.61	Fit
13	Saya takut jika teman-teman tidak bisa dihubungi secara tiba-tiba	1.38	1.7	0.31	Fit
14	Merasa terganggu jika melihat update story medsos teman namun tak berkabar dengan saya	0.94	-0.2	0.50	Fit
15	Gelisah jika update story/posting tidak dikomentari teman	0.65	-0.8	0.44	Fit
16	Konten yang akan diposting harus menarik perhatian teman	0.76	-1.2	0.61	Fit
17	Saya merasa tidak perlu up date story	0.60	-0.7	0.60	Fit
18	Saya tidak masalah jika postingan saya tidak ada yang mengomentari	2.16	3.4	0.20	Tidak Fit

Berdasarkan tabel 2, dari 18 item terdapat 1 item yang tidak memenuhi tiga kriteria pengujian dan dinyatakan tidak fit, item tersebut adalah item no 18. Selanjutnya, item dihapus atau digunakan.

Uji Reabilitas

Uji reabilitas instrumen dilakukan untuk melihat tingkat konsistensi suatu instrument pengukuran. Uji reabilitas dilihat melalui empat hal, 1) reabilitas item. 2) reabilitas person, 3) reabilitas person dan item. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2.
 Uji Reabilitas Item, Person dan Alpha Cronbach (N= 50)

Summary Statistic Measured	Measure	MNSQ		Rebaility	Cronbach Alpha (KR-20)
		INFIT	OUTFIT		
Measured Person	0.73	1.05	1.00	0.80	0.84
Measured Item	0.00	1.03	1.00	0.93	

Tabel 2 menjelaskan bahwa skor reabilitas item adalah 0.93 dan reabilitas person adalah 0.80. hal tersebut bermakna bahwa kualitas respon yang diberikan responden sangat baik dan kualitas item yang digunakan juga baik. Selain itu, nilai alpha cronbach (KR-20) adalah 0.84. Hal tersebut menunjukkan bahwa interaksi antara responden dan item sangat baik.

kemudian, nilai sensitivitas pola respon dari responden berada dalam kisaran ideal (+0,5> MNSQ<+1,5), (Sumintono & Widhiarso, 2015). Maka, dapat dimaknai bahwa semua item tersebut memiliki kualitas yang baik untuk kondisi pengukuran yang dilakukan (Bond et al., 2015; Sumintono & Widhiarso, 2014) dan menunjukkan bahwa 50 responden secara serius mengerjakan instrumen.

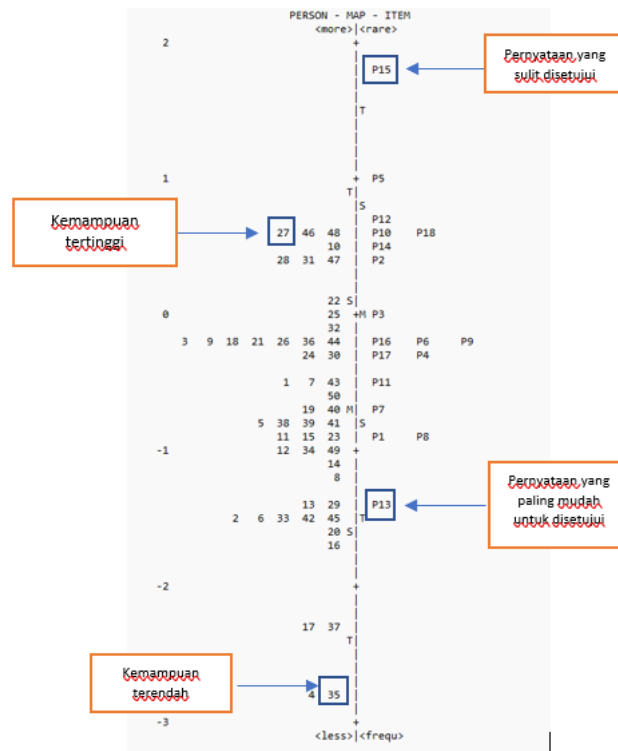
Pengumpulan data dilakukan secara *online* menggunakan *google form*. Data dianalisis menggunakan analisis pemodelan RASCH. Data diolah menggunakan *software winstep*.

RESULTS & DISCUSSION

Berdasarkan hasil analisis data item measure, item yang memiliki nilai measure tertinggi adalah item no 15 dan untuk yang terendah adalah item no 13. Mahasiswa yang mempunyai tingkat FoMo yang tinggi adalah mahasiswa no 27 dan yang terendah mahasiswa no 35. Secara lebih detail dijelaskan pada tabel 4 dan gambar 1 di bawah ini.

Tabel 3.
Item Measure

No Item	Pernyataan	Nilai Logit
15	Gelisah jika update story/posting tidak dikomentari teman	1.80
5	Ketika teman-teman update story medsos saya juga harus update	0.99
12	Up date story agar dikomentari	0.67
10	Mengupdate story medsos supaya dikomentari oleh teman	0.59
14	Merasa terganggu jika melihat update story medsos teman namun tak berkabar dengan saya	0.51
2	Merasa kesal ketika melihat status medsos teman-teman yang bersenang-senang tanpa saya	0.44
3	Merasa tidak tenang saat diajak berkumpul dengan teman-teman namun saya tidak bisa ikut serta	0.01
6	Mencari tahu berita gossip, viral dan trending untuk bahan perbincangan dengan teman	-0.20
16	Konten yang akan diposting harus menarik perhatian teman	-0.20
9	Jika tidak ikut serta berkumpul saya ingin teman-teman mengupdate kabar melalui media sosial	-0.23
4	Mengupdate setiap aktivitas yang saya lakukan supaya teman-teman melihatnya	-0.25
17	Saya merasa tidak perlu up date story	-0.25
11	Penting untuk cek jumlah like dari postingan di media sosial	-0.48
7	Tidak tertarik dengan pembahasan viral dalam media sosial	-0.72
1	Saya memantau aktivitas yang dilakukan teman-teman melalui media sosial	-0.91
8	Saya ingin teman-teman selalu berbagi cerita dengan saya	-0.94
13	Saya takut jika teman-teman tidak bisa dihubungi secara tiba-tiba	-1.43



Gambar 2.
 Wright Map FoMo

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa item-item yang mempunyai nilai logit tinggi adalah item yang menunjukkan perasaan gelisah, ketakutan ketinggalan berita, keinginan untuk selalu update. Hal ini sejalan dengan pendapatnya Christina, et al (2019) individu dengan FoMo yang tinggi akan memiliki keinginan untuk selalu terkoneksi dengan kegiatan yang dilakukan oleh orang lain. Przybylski et al (2013) juga menjelaskan bahwa individu dengan fomo memiliki perasan khawatir /ketakutan jika apa yang dilakukan oleh teman-temannya mungkin mempunyai pengalaman yang lebih berharga daripada pengalaman dirinya sendiri, hal ini dapat terlihat dari keinginannya untuk selalu terkoneksi dengan aktivitas orang lain.

Lebih lanjut, FoMo membuat banyak individu menjadi hanya berfokus pada dunia maya daripada kehidupan nyatanya, terobsesi dengan kehidupan orang lain, merasa tidak puas dengan hidupnya dan membandingkan hidupnya dengan orang lain (Sumini, et al, 2018). Selanjutnya, individu yang memiliki FoMo akan mengalami gangguan secara psikologis, seperti: mengalami stress, merasa cemas, mengalami gangguan tidur hingga berakibat negative pada kesejahteraan dan kepuasan hidup (Hayran et al., 2020; Hayran & Anik, 2021; Milyavskaya dkk., 2018).

Permasalahan FoMo di atas jika dikaji dari teori *SFBC*, terjadinya fomo dikarenakan ketidakberdayaan individu dalam mengatasi pemikiran, perasaannya terhadap sesuatu hal sehingga menyebabkan perilakunya bermasalah. Tindakan individu yang memiliki kecenderungan fomo tinggi cenderung negative. Seperti: perasaan gelisah sehingga individu berperilaku untuk selalu update status atau memantau status media social teman-temannya/ kelompoknya.

Model konseling *SFBC* merupakan salah satu treatment konseling dengan waktu yang relatif pendek yang berfokus pada tujuan khusus untuk membantu konseli

menyelesaikan masalah dengan melakukan pemberdayaan potensi dan tindakan positif konseli (Mulawarman, 2016). Beberapa teknik yang bisa digunakan oleh konselor, yaitu: a) pertanyaan koping, (b) pertanyaan pengecualian, (c) pertanyaan ajaib, (d) pertanyaan skala, and (e) pertanyaan tugas (Brasher, 2009). kemudian, SFBC dalam pelaksanaannya adalah melakukan hal-hal yang efektif untuk menghasilkan perubahan positif pada diri konseli atau memberdayakan kemampuan yang ada didalam diri konseli. Konselor dan konseli sama-sama berfokus pada pemberdayaan kekuatan yang dimiliki oleh konseli sehingga konseli dapat berubah pada upaya yang mengarah problem ke orientasi berfokus solusi. Artinya pelaksanaan konseling berfokus kepada solusi penyelesaian masalah bukan berfokus pada masalah. Solusi yang muncul adalah usaha dari konseli sendiri, sebagai pribadi yang memiliki kemampuan untuk menemukan solusi yang efektif untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi (Setyawati, et al, 2019).

CONCLUSION

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas item sangat baik, kualitas responden baik serta interaksi antara responden dan item sangat baik. Selain itu, hasil uji dimensiionaliti juga menunjukkan bahwa instrument tepat untuk mengukur Fomo. Kemudian, Item yang memiliki nilai measure yang tinggi adalah Item yang berkaitan dengan perasaan gelisah, ketakutan ketinggalan informasi tentang teman/kelompoknya, keinginan selalu update dalam perspektif SFBC perasaan tersebut muncul karena ketidakberdayaan individu dalam mengatasi perasaan gelisah/ketakutannya terhadap suatu hal. Adapun teknik yang dapat digunakan dalam SFBC untuk mereduksi FoMo a) pertanyaan koping, (b) pertanyaan pengecualian, (c) pertanyaan ajaib, (d) pertanyaan skala, and (e) pertanyaan tugas. Pelaksanaan konseling berfokus kepada solusi penyelesaian masalah bukan berfokus pada masalah. Solusi yang muncul adalah usaha dari konseli sendiri, sebagai pribadi yang memiliki kemampuan untuk menemukan solusi yang efektif untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi.

REFERENCES

- Afdilah, I Z., Hidayah, N & Lasan, B B. (2020). Fear of Missing Out In Anlysis of Cognitive Behavior Therapy (CBT). *Proceedings og the 6th International Conference on Education and Technology (ICET 2020)*. Atlantis Press
- Bond, T., Yan, Z., & Heene, M. (2015). *Applying the Rasch model: Fundamental measurement in the human sciences*. Routledge.
- Brasher, K.L. (2009). Solution Focused Brief Therapy: Overview and Implications for School Counselors. *The Alabama Counseling Association Journal*, 34 (2): 20-30.
- Christina, R., Yuniardi, M. S., & Prabowo, A. (2019). Hubungan Tingkat Neurotisme dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 105–117. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v4i2.8024>
- Ghosh, D. (2019). The Impact of The COVID-19 Pandemic On Children and Adolescents Mental Health: A Literature Review. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 2(4), 281–288. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v2i4.250>
- Hayran, C., & Anik, L. (2021). Well-being and fear of missing out (Fomo) on digital content in the time of covid-19: A correlational analysis among university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041974>

- Hayran, C., Anik, L., & Gürhan-Canli, Z. (2020). A threat to loyalty: Fear of missing out (FOMO) leads to reluctance to repeat current experiences. *PLoS ONE*, 15(4), 6–8. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232318>
- Mulawarman, M. (2016). Udadgerndefined. (n.d.). Effectiveness of solution focus brief counseling approach (SFBC) in developing student career adaptability. *Journal.Konselor.or.Id*. Retrieved October 21, 2022, from <http://journal.konselor.or.id/index.php/counsedu/article/view/33>
- PeConga, E. K., Gauthier, G. M., Holloway, A., Walker, R. S. W., Rosencrans, P. L., Zoellner, L. A., & Bedard-Gilligan, M. (2020). Resilience is spreading: Mental health within the COVID-19 pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12, S47–S48. <https://doi.org/10.1037/tra0000874>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Rao, M. E., & Rao, D. M. (2021). The Mental Health of High School Students During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Education*, 6(July), 1–11. <https://doi.org/10.3389/educ.2021.719539>
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi model Rasch untuk penelitian ilmu-ilmu sosial (edisi revisi)*. Cimahi: Trim Komunikata Publishing House.
- Suranata, K., Ifdil, I., Rangka, I. B., Bakar, A.Y.A., & Subramaniam, T.S. (2022). Strength based counseling as self-help method to overcome Nomophobia dan FoMo among students. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 6 (2), pp.107-114, DOI: <https://doi.org/10.24036/00546za0002>
- Thahir, A. I. A., Iqbal, M., Maharani, S. A., & Syam, A. (2020). The emotional state and physical condition of Indonesian college students: An emerging situation during the coronavirus disease-19 crisis in Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 8(T1), 261–267. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2020.5283>
- Wati, O. D. S., Hotifah, Y., & Ramli, M. (2021). Pengembangan Panduan Teknik Flooding dalam Konseling Behavioral untuk Mereduksi Fear of Missing Out Mahasiswa Sekolah Menengah Atas. *Buletin Konseling Inovatif*, 1(2), 55-63.