

UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI AKADEMIK MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *PROBLEM SOLVING* DI SMP NEGERI 2 AMPANA KOTA

Eka wulandari ^{1*}

¹Pendidikan Profesi Guru, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia

¹Bimbingan Konseling, Yogyakarta, Indonesia

e-mail: ekawulandari3991@gmail.com

Abstrak

Permasalahan dalam penelitian ini adalah kurangnya rasa percaya diri siswa dalam bidang akademik, sikap yang menunjukkan siswa merasa malu menyampaikan pendapat pada saat diskusi di kelas, malu untuk tampil di depan kelas, serta merasa sungkan untuk berinteraksi dengan teman sekelas. Adapun rancangan penelitian yang akan di gunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling, teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala kepercayaan diri akademik. Penelitian ini di lakukan dengan 2 siklus setiap siklus dilakukan 1 tindakan. Hasil pre test menunjukkan 1 siswa masuk dalam kategori rendah dan 5 orang siswa masuk dalam kategori sedang, setelah dilakukan tindakan menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri akademik melalui bimbingan kelompok teknik *problem solving* di SMP Negeri 2 ampama kota, di buktikan dengan 2 orang siswa yang masuk dalam kategori tinggi.

Kata Kunci : Percaya Diri Akademik, Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Metode Problem Solving

Abstract

The problems in this research are the lack of self-confidence of students in the academic field, attitudes that show students feel ashamed to express their opinions during class discussions, are embarrassed to appear in front of the class, and feel reluctant to interact with classmates. The research design that will be used in this research is Guidance and Counseling Action Research, data collection techniques in this study using the academic confidence scale. This research was conducted with 2 cycles, each cycle with 1 action. The results of the pre test showed that 1 student was in the low category and 5 students were in the medium category. After the action was taken, it showed an increase in academic confidence through group guidance on problem solving techniques at SMP Negeri 2 Ampana Kota, as evidenced by 2 students who entered the class. high category.

Keyword : Academic Confidence, Group Guidance Using Problem Solving Methods

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang di sukainya, bertanggung jawab atas perbuatannya, memiliki kemampuan berintraksi yag baik dengan orang lain, serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya.

Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang baik akan dapat mengembangkan potensinya dengan mantap. Namun jika siswa memiliki percaya diri rendah, maka siswa tersebut cenderung menutup diri, mudah frustrasi ketika menghadapi kesulitan, canggung dalam menghadapi orang, dan sulit menerima realita dirinya. Memiliki percaya diri yang tinggi dalam diri siswa dapat membantu mencapai prestasi dan hasil belajar yang lebih baik lagi. Dari hasil assesmen yang telah di lakukan, di temukan permasalahan mengenai kurangnya kepercayaan diri siswa dalam bidang akademik. Sikap yang menunjukkan siswa merasa malu menyampaikan pendapat pada saat diskusi di kelas, malu untuk tampil di depan depan kelas, serta merasa sungkan untuk berinteraksi dengan teman sekelas. Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling dapat

membantu dengan memberikan berbagai layanan dan model pembelajaran inovatif terhadap peserta didik. Khususnya layanan bimbingan kelompok sebagai sarana pemahaman bagi peserta didik sebagai remaja yang sering kali mengalami masalah dalam kepercayaan diri bidang akademik dengan menggunakan teknik *problem solving*. Dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok, terdapat berbagai pendekatan dan teknik-teknik yang dapat digunakan, namun pemilihan teknik *problem solving* dipandang sebagai metode yang tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Berdasarkan asumsi peneliti teknik *problem solving* membuat siswa dapat menentukan pilihan-pilihan yang sesuai dengan tujuan hidupnya dan mengajarkan siswa untuk memecahkan masalah terkait kepercayaan diri secara sistematis.

Kepercayaan diri merupakan salah satu syarat yang esensial bagi individu untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi. Namun demikian kepercayaan diri tidak tumbuh dengan sendirinya. Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan sosial individu dan berlangsung secara kontinu dan berkesinambungan. Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses tertentu didalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri (Hakim, 2002).

Menurut Goleman (2003) (dalam Rissy dan Aziza, 2006), kepercayaan diri adalah kesadaran yang kuat tentang harga dan kemampuan diri sendiri. Orang dengan kecakapan ini akan berani tampil dengan keyakinan diri, berani menyatakan keberadaannya, berani menyuarakan pandangan yang tidak populer dan bersedia berkorban demi kebenaran serta tegas, mampu membuat keputusan yang baik kendati dalam keadaan tidak pasti dan tertekan. Sedangkan menurut Rini (2002) kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri.

Menurut Mastuti (2008) kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Individu yang memiliki sikap positif seperti yang dikemukakan oleh Mastuti tersebut nantinya akan mempunyai rasa optimis di dalam melakukan segala hal, serta mempunyai harapan yang realistic terhadap diri sendiri. Rasa percaya diri merujuk pada beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa.

Menurut beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri akademik adalah kesadaran tentang kemampuan diri, yang membuat seseorang memiliki rasa optimis terhadap potensi diri yang dimiliki khususnya dalam bidang akademik. Rasa percaya diri dalam bidang akademik bisa menjadikan individu memiliki prestasi yang baik dalam bidang akademik.

Teori Lauster (dalam Wahyuni, 2014: 54), tentang kepercayaan diri mengemukakan ciri-ciri orang yang percaya diri, yaitu: a. Percaya pada kemampuan sendiri yaitu suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut. b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan yaitu dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk menyakini tindakan yang diambil. c. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri yaitu adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri dan masa depannya. d. Berani

mengungkapkan Pendapat. Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut.

Berdasarkan beberapa uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kepercayaan diri akademik yaitu selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilan, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi, memiliki kecerdasan yang cukup, memiliki tingkat pendidikan yang cukup.

Menurut Prayitno (2014:309) Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Bimbingan kelompok memiliki ciri khas tersendiri yakni memanfaatkan kelompok dalam proses layanan. Bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat profesional, vokasional, dan sosial (Gazda dalam Prayitno, 2014:309).

Teknik pemecahan masalah (*problem solving techniques*) merupakan “suatu proses yang kreatif dimana individu-individu menilai perubahan-perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya, dan membuat pilihan baru, keputusan-keputusan, dan nilai-nilai hidupnya”. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa teknik pemecahan masalah merupakan teknik yang pokok untuk hidup dalam masyarakat yang penuh dengan perubahan-perubahan (Tatiek Romlah, 2001: 93). Eka Sari Setianingsih (2014) Pemecahan masalah (*problem solving*) merupakan suatu proses kreatif dimana individu menilai perubahan yang ada pada diri dan lingkungannya, membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik *problem solving* adalah suatu proses untuk melatih siswa untuk berpikir dan mengajak siswa untuk menilai perubahan-perubahan yang ada pada diri dan lingkungannya, membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan, atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya melalui layanan bimbingan kelompok.

Menurut Djamarah (2006: 92) langkah-langkah pemecahan masalah adalah: a. Adanya masalah yang jelas untuk dipecahkan. Masalah ini harus tumbuh dari siswa sesuai dengan taraf kemampuannya. b. Mencari data atau keterangan yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah tersebut. c. Menetapkan jawaban sementara dari masalah tersebut. d. Menguji kebenaran jawaban sementara tersebut. Dalam langkah ini siswa harus berusaha memecahkan masalah sehingga benar-benar yakin bahwa jawaban tersebut benar-benar cocok. e. Menarik kesimpulan. Artinya siswa harus sampai kepada kesimpulan terakhir tentang jawaban dari masalah tadi.

Langkah-langkah metode *problem solving* menurut Hamiyah dan Jauhar (2014:129) sebagai berikut: a. Menyiapkan isu/masalah yang jelas untuk dipecahkan. b. Menyajikan masalah. c. Mengumpulkan data atau keterangan yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah tersebut. d. Merumuskan hipotesis. e. Menguji hipotesis. f. Menyimpulkan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diperoleh kesimpulan bahwa tahap-tahap bimbingan kelompok Teknik *problem solving* adalah: 1). Menyampaikan topik atau masalah yang akan dibahas oleh kelompok. 2). Merumuskan masalah berdasarkan topik yang diangkat, 3). Menentukan sebab. 4). Mencari alternatif solusi dan menguji alternatif solusi tersebut. 5). Melakukan penilaian berdasarkan pengujian pemecahan masalah. Tujuan dalam penelitian ini

untuk mengetahui peningkatan kepercayaan diri akademik di SMP Negeri 2 Ampana kota layanan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Pengembangan diri siswa pada pendidikan dasar dapat memerlukan bantuan guru bimbingan dan konseling (Prasetiawan & Supriyanto, 2016). Pelayanan bimbingan dan konseling pada Pendidikan dasar dilaksanakan melalui media pada masa pandemic Covid-19 (Supriyanto, Hartini, Indarsari, Miftahul, Oktapiana, and Mumpuni, 2020).

METODE PENELITIAN

Adapun rancangan penelitian yang akan di gunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Prosedur atau langkah-langkah yang akan dilaksanakan dalam penelitian ini berbentuk siklus meliputi empat alur sebagai berikut: 1) perencanaan Tindakan, 2) pelaksanaan Tindakan, 3) pengamatan, 4) refleksi.

Sebelum melaksanakan tindakan terlebih dahulu peneliti melakukan perencanaan salah satunya Menyusun RPL layanan bimbingan kelompok kemudian melakukan tindakan berdasarkan rencana yang telah disusun. Setelah itu peneliti melakukan pengamatan terhadap proses tindakan yang telah dilakukan dan apakah ada akibat yang terjadi. Kemudian melakukan refleksi atas Tindakan yang telah dilakukan. Jika hasil refleksi menunjukkan perlunya perbaikan atas tindakan yang telah dilakukan maka rencana tindakan perlu disempurnakan lagi agar tindakan yang dilaksanakan berikutnya tidak sekedar mengulang apa yang telah diperbuat sebelumnya. Demikian seterusnya sampai masalah yang diteliti dapat mengalami kemajuan.

Adapun rancangan penelitian Tindakan kelas dilakukan dalam II siklus. Pada siklus I dilakukan tindakan kemudian dilakukan refleksi apakah ada peningkatan perilaku kepercayaan diri akademik siswa, jika tidak ada perubahan maka harus dilakukan perubahan dan penyempurnaan dalam rencana tindakan kemudian di lakukan kembali tindakan siklus II. Akan tetapi apabila setelah di laksanakan tindakan siklus I dan ada perubahan signifikan pada perilaku yang di amati maka di lakukan siklus II sebagai pemantapan.

Salah satu teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Skala ini diberikan kepada para siswa dengan tujuan untuk mengetahui kepercayaan diri akademik baik sebelum maupun setelah dilakukan tindakan. Kisi-kisi skala kepercayaan diri akademik dibuat berdasarkan ciri-ciri kepercayaan diri akademik. Selain menggunakan skala, peneliti juga menggunakan observasi dan wawancara sebagai teknik pengumpulan data. Adapun kisi-kisi skala kepercayaan diri akademik adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-Kisi Skala Kepercayaan Diri Akademik

Variabel :	Ciri-ciri kepercayaan diri akademik	Indikator :	Item		Jumlah
			Positif	Negatif	
Kepercayaan diri akademik	Percaya pada kemampuan diri	Keyakinan atas diri sendiri	13,28,12,16,3,26	23,27,4	9
	Bertindak mandiri	Mengambil keputusan yang dilakukan secara mandiri	24,5,14	25,19	5

Memiliki rasa positif	Penilaian yang baik dari dalam diri sendiri	10,18,11,15,2	22,7,9	8
Berani mengungkapkan pendapat	mampu mengutarakan sesuatu yang ingin diungkapkan kepada orang lain	1,6,17,21	20,8	6
Jumlah		18	10	28

Sebelum melaksanakan penelitian, maka peneliti melakukan perencanaan sebagai berikut: 1). Membuat RPL (Rancangan Pelaksanaan Layanan) untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok. 2). Membuat skala mengenai kepercayaan diri akademik dengan indikator ciri-ciri kepercayaan diri. 3). Memberikan pre test untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri akademik siswa.

Kemudian peneliti melihat jika hasil pengamatan pada tindakan (siklus I) menunjukkan perlunya perbaikan atas tindakan yang telah dilakukan maka rencana tindakan perlu disempurnakan lagi agar tindakan (siklus II) yang dilaksanakan berikutnya bisa menunjukkan peningkatan perilaku percaya diri akademik siswa. Dalam hal ini bisa mengubah rencana tindakan ataupun menyempurnakan materi yang akan diberikan agar bisa memperoleh perubahan perilaku yang optimal. Akan tetapi jika tindakan (siklus I) menunjukkan perubahan perilaku maka tidak perlu dilakukan perubahan pada perencanaan sebelumnya dan pelaksanaan tindakan (siklus II) dilakukan sebagai pemantapan tahap tindakan.

Teknik analisis data menggunakan analisis data kuantitatif. Data kuantitatif adalah berupa angka. Teknik analisis data kuantitatif berupa skala untuk mengetahui tingkat sikap empati siswa. Skala sikap empati berupa skala likert. Merujuk pada penjelasan Saifuddin Azwar (2013: 146), langkah-langkah pengkategorisasian kepercayaan diri akademik dalam penelitian ini:

a. Menentukan Skor Tertinggi dan Terendah

$$\begin{aligned} \text{Skor Tertinggi} &= 4 \times \text{Jumlah Item} \\ &= 4 \times 28 = 112 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Skor Terendah} &= 1 \times \text{Jumlah Item} \\ &= 1 \times 28 = 28 \end{aligned}$$

b. Menghitung Mean Ideal (M)

$$\begin{aligned} M &= \frac{1}{2} (\text{Skor Tertinggi} + \text{Skor Terendah}) \\ &= \frac{1}{2} (112+28) = 70 \end{aligned}$$

c. Menghitung Standar Deviasi (SD)

$$\begin{aligned} SD &= \frac{1}{6} (\text{Skor Tertinggi} - \text{Skor Terendah}) \\ &= \frac{1}{6} (112-28) = 14 \end{aligned}$$

Tabel 2. Kriteria Skor Sikap Percaya diri Akademik

Batas (Interval)	Kriteria
Skor < 50	Rendah
Skor 51 – 80	Sedang
Skor 81-112	Tinggi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti mulai melaksanakan kegiatan penelitian yang pertama pada tanggal 5 Juli 2021 yaitu mencari referensi untuk rencana penelitian (Hasil AKPD tahun pelajaran 2021/2022). Peneliti melakukan Pre test dengan skala kepercayaan diri akademik siswa kepada subjek penelitian yang berjumlah 6 orang siswa pada tanggal 10 Juli 2021. Hasil pre test menunjukkan 5 orang siswa masuk dalam kategori sedang dan 1 orang siswa masuk dalam kategori rendah.

Tabel 3. Hasil Pre test siswa

Nama	Pre test		
	Skor	Persentase	Kategori
FD	48	42 %	Rendah
GL	64	57 %	Sedang
LL	60	59%	Sedang
TK	68	61%	Sedang
ED	64	57%	Sedang
AM	72	64%	Sedang

Setelah melaksanakan pre test kemudian peneliti melakukan tindakan siklus 1. Pada siklus pertama observer menilai perilaku siswa sudah cukup baik hanya saja ada beberapa orang siswa yang kurang antusias dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Peneliti mengamati siswa masih belum maksimal dalam mengemukakan alternatif solusi dari topik/permasalahan yang yang di angkat, siswa masih terlihat malu-malu untuk mengemukakan pendapat mereka, siswa sudah mulai bisa menganalisis sikap yang tidak mencerminkan rasa percaya diri akademik berdasarkan soal cerita yang telah di paparkan, siswa belum mampu merancang strategi untuk meningkatkan kepercayaan diri akademik. Adapun hasil analisis data setelah tindakan siklus 1 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Perbandingan Pre test dengan siklus 1

Nama	Pre test			Siklus 1		
	Skor	Persentase	Kategori	Skor	Persentase	Kategori
FD	48	43 %	Rendah	58	52%	Sedang
GL	64	57 %	Sedang	70	63%	sedang
LL	60	54%	Sedang	68	61%	Sedang
TK	68	61%	Sedang	72	64%	Sedang

ED	64	57%	Sedang	74	66%	Sedang
AM	72	64%	Sedang	80	71%	Sedang

Berdasarkan data di atas terdapat peningkatan dalam kepercayaan diri akademik siswa tetapi ada beberapa hal yang menjadi catatan untuk dilakukan perbaikan pada siklus kedua yaitu :

1. Siswa masih belum maksimal dalam mengemukakan alternatif solusi dari topik/permasalahan yang di angkat.
2. Siswa masih terlihat malu-malu untuk mengemukakan pendapat mereka.
3. Siswa belum mampu merancang strategi untuk meningkatkan kepercayaan diri akademik.

Pada pelaksanaan siklus 2 ini berjalan dengan baik, hal ini dapat dilihat dari keaktifan siswa dalam memberikan alternatif solusi berdasarkan topik atau permasalahan yang di angkat melalui soal cerita. Hasil pemaparan yang di lakukan oleh siswa mengena strategi dalam mengatasi masalah kepercayaan diri akademik sangat baik dan tidak lagi terlihat canggung seperti yang terjadi pada siklus 1. Peningkatan sikap percaya diri akademik, juga di tunjukkan skor post test 1 dan skor post test 2. Skor yang diperoleh mengalami peningkatan dalam setiap siklusnya dan pada siklus 2 ini mencapai kategori tinggi. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa kompetensi professional konselor melalui penelitian (Supriyanto, Hartini, Syamsudin, and Sutoyo, 2019)

Tabel 5. Hasil Perbandingan Pre test, siklus 1, dan siklus 2

Nama	Pre test			Siklus 1			Siklus 2		
	Skor	Persentase	Kategori	Skor	Persentase	Kategori	Skor	Persentase	Kategori
FD	48	43 %	Rendah	58	52%	Sedang	66	59%	sedang
GL	64	57 %	Sedang	70	63%	sedang	80	71%	sedang
LL	60	54%	Sedang	68	61%	Sedang	78	70%	sedang
TK	68	61%	Sedang	72	64%	Sedang	82	73%	Tinggi
ED	64	57%	Sedang	74	66%	Sedang	80	71%	sedang
AM	72	64%	Sedang	80	71%	Sedang	86	77%	Tinggi

KESIMPULAN

Penelitian ini di lakukan dengan 2 siklus setiap siklus dilakukan 1 tindakan. Hasil pre test menunjukkan 1 siswa masuk dalam kategori rendah (skor 48) dan 5 orang siswa masuk dalam kategori sedang (60, 64, 68, 72), setelah dilakukan tindakan menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri akademik melalui bimbingan kelompok teknik *problem solving* di SMP Negeri 2 ampapa kota, di buktikan dengan 2 orang siswa yang masuk dalam kategori tinggi (skor 82 dan 86).

DAFTAR PUSTAKA

Abu Bakar M. Luddin. *Dasar-dasar Konseling*. Bandung: Citapustaka Media Perintis. 2010.
Djamarah, Saiful Bahri. 2002. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.

- Goleman, Daniel. 2000. *Working With Emotional Intelligence*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak percaya Diri*. Jakarta: Purwa Suara
- Lauster, Peter. (2012). *Tes Kepribadian*. Diterjemahkan oleh D.H. Gulo dari buku asli *The Personality Test*. Jakarta: Gaya Media Pratama, hal. 35
- Mahrta, E. 1997. *Pengembangan inventori kepercayaan diri: Penelitian Reliabilitas, validitas, dan norma pada sampel mahasiswa berusia 18- 27 tahun*. Skripsi. (tidak diterbitkan). Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Prayitno, dkk. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia Indonesia. 2017
- Prasetiawan, H., & Supriyanto, A. (2016). GUIDANCE AND COUNSELING COMPREHENSIF PROGRAM IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION BASED ON DEVELOPMENTAL TASK. *Jurnal CARE (Children Advisory Research and Education)*, 3(3), 95-103
- Rini, J.F. (2002). *Memupuk rasa percaya diri*. <http://www.e-psikologi.com/dewasa18>
- Risnawati, R. & Ghufron, M.N. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media Group
- Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Rosita, H. 2006. Hubungan antara Perilaku Aserif dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa. *Jurnal. Universitas Gunadarma*
- Setianingsih, Eka Sari. 2014. *Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 3(2): 3.
- Supriyanto, A., Hartini, S., Irdasari, W. N., Miftahul, A., Oktapiana, S., & Mumpuni, S. D. (2020). Teacher professional quality: Counselling services with technology in Pandemic Covid-19. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 176-189.
- Supriyanto, A., Hartini, S., Syamsudin, S., & Sutoyo, A. (2019). Indicators of professional competencies in research of Guidance and Counseling Teachers. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 53-64.
- Wahyuni, S. (2014). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi. *eJournal Psikologi*, 2014,2(1): 50-64. Samarinda: Universitas Mulawarman
- Wibowo, Mungin E. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT Unnes Press
2013. *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita*. Dalam Rahayu Afrianti Yofita. Jakarta: PT. Indeks.