



Vol. 5 No. 1 2024  
DOI: <https://doi.org/10.19105/ec>

**Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**  
ISSN: 2548-4311 (Print) ISSN: 2503-3417 (Online)

<http://ejournal.iainmadura.ac.id/educons>



## Program Bimbingan dan Konseling Hipotetik untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama

Adiamila Lingga Diany<sup>1</sup>, Setiawati<sup>2</sup>, Rina Nurhudi Ramdhani<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>3</sup> Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Pendidikan Indonesia

\*Corresponding author: [rinanurhudiramdhani@upi.edu](mailto:rinanurhudiramdhani@upi.edu)

### Abstract

#### Keywords:

Early Adolescence;  
Self-Confidence;  
Guidance and  
Counseling Program.

Junior high school students are in their early adolescence, which is 12-15 years of age, where students need to fulfill their teenage development tasks. Self-confidence is one that teenagers must fulfill in fulfilling their developmental duties and can accept themselves and how to behave and socialize with the environment. This study has the purpose of describing the confidence of eighth graders in SMP Negeri 9 Bandung, describing the confidence of eighth-grade female and male students in SMP Negeri 9 Bandung, As well as the design of guidance and counseling programs that can be implemented in developing the confidence of eighth graders in SMP Negeri 9 Bandung. This study is a quantitative study using a descriptive method with a confidence variable. The sample in this study was 329 students with techniques in sampling using a nonprobability sampling approach or a saturated sampling technique in which the entire population was sampled. The results of the study were seen that the confidence of 8th graders of Bandung Junior High School 9 was in the moderate category, female and male students did not have a significant difference. Guidance and counseling programs were created based on the results of research conducted on confidence.

### Abstrak

#### Kata Kunci:

Remaja Awal;  
Kepercayaan Diri;  
Program dan Konseling.

Siswa SMP kelas 8 berada pada masa remaja awal yaitu berada pada usia 12-15 tahun yang dimana siswa perlu memenuhi tugas perkembangan masa remaja. Kepercayaan diri menjadi salah satu yang harus dipenuhi remaja dalam memenuhi tugas perkembangannya serta dapat menerima dirinya sendiri dan bagaimana cara bersikap dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Penelitian ini memiliki tujuan Mendeskripsikan kepercayaan diri siswa kelas delapan di SMP Negeri 9 Bandung, Mendeskripsikan kepercayaan diri siswa perempuan dan laki-laki kelas delapan di SMP Negeri 9 Bandung, Serta rancangan program bimbingan dan konseling yang dapat diimplementasikan dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa kelas delapan di SMP Negeri 9 Bandung. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deksriptif dengan variabel kepercayaan diri. sampel dalam penelitian ini berjumlah 329 siswa dengan teknik dalam pengambilan sampel menggunakan pendekatan *nonprobability sampling* atau teknik sampel jenuh yang dimana seluruh populasi menjadi sampel dalam penelitian ini. Hasil penelitan terlihat bahwa kepercayaan diri siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung berada pada kategori sedang, siswa perempuan dan laki-laki tidak memiliki perbedaan yang

signifikan. Program bimbingan dan konseling dibuat berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai kepercayaan diri.

**How to Cite:** Diany, A, L. Setiawati, S & Ramdhani, R, N. 2024. Program Bimbingan dan Konseling Hipotetik untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Vol. 5 No. 1 DOI: 10.19105/ec.v5i1.10267

Received: August, 23<sup>th</sup> 2023; Revised: Feb, 7<sup>th</sup> 2024; Accepted: Feb, 8<sup>th</sup> 2024



©Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri Madura, Indonesia. Edu Consilium is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

## Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa perkembangan yang pasti dilewati bagi setiap individu dalam perjalanan menuju dewasa, pada fase ini, terdapat banyak tugas perkembangan yang harus dihadapi dan dipenuhi oleh setiap individu. Remaja dituntut untuk beradaptasi dengan lingkungan sehingga dapat mengembangkan aspek-aspek kualitas diri termasuk di antaranya kepercayaan diri (Fatmala & Andrianto, 2018). Siswa menengah pertama berada pada masa perkembangan remaja, hal ini mengharuskan siswa untuk memenuhi tugas perkembangan yang berada di dalam dirinya. *Self-efficacy* dan *Self-Esteem* merupakan dua hal yang berkontribusi pada kepercayaan diri remaja yang mendapatkan rasa *Self-Efficacy* ketika mereka melihat diri mereka sendiri menguasai keterampilan dan mencapai tujuannya (Sugianto, 2020). Hal ini sejalan dengan tugas perkembangan remaja yang banyak membutuhkan kepercayaan diri yang tinggi. Havighurst (1961) menjelaskan bahwa terdapat tugas perkembangan yang harus dipenuhi selama masa remaja diantaranya adalah menerima kenyataan mengenai perubahan fisik dan melakukan peran sesuai dengan jenis kelamin remaja serta merasa puas terhadap keadaan tersebut, belajar memiliki peran sosial dengan teman sebaya, mengembangkan kecakapan intelektual dan kehidupan bermasyarakat, memahami dan mampu bertindak laku yang dapat dipertanggung jawabkan sesuai norma dan nilai yang berlaku dan mendapatkan penilaian bahwa dirinya mampu bersikap tepat (Fatmala & Andrianto, 2018).

Kepercayaan diri adalah suatu kondisi mental atau psikologis seseorang yang memberikan keyakinan pada dirinya sendiri untuk dapat berbuat atau melakukan tindakan dengan berani (Fatmala & Andrianto, 2018). Hal lain yang dapat terlihat jika siswa memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi yaitu rasa percaya akan kualitas dirinya dimana siswa merasa dirinya yakin berhasil melakukan berbagai kegiatan di dalam kelas dan luar kelas untuk tujuan pembelajaran (Akbari & Sahibzada, 2020). Kepercayaan diri akan datang dari kesadaran siswa bahwa dirinya memiliki tekad untuk melakukan apapun sampai tujuannya dapat tercapai dengan maksimal (Ifdil et al., 2017). Kepercayaan diri tidak muncul secara sendirinya tetapi terdapat banyak faktor di dalamnya yaitu faktor internal maupun faktor eksternal, faktor internal mencakup motivasi yang berasal dari diri sendiri untuk memiliki kepercayaan diri yang tinggi sedangkan faktor eksternal melibatkan dukungan orang tua, lingkungan sekitar maupun lingkungan pendidikan (Warjono et al., 2020).

Kepercayaan diri merupakan hal yang penting bagi setiap siswa, ketika siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, mereka lebih mampu mengatasi tantangan dalam pembelajaran maupun dalam kehidupan sehari-hari, sebaliknya jika siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah siswa cenderung menutup dirinya dan merasa tidak yakin dengan dirinya sendiri dan siswa akan terus menerus merasa tidak cukup akan dirinya. Pemahaman akan diri sendiri akan memiliki pengaruh yang signifikan pada perilaku seseorang, karena hidup di masa depan akan menemui lebih banyak tantangan (Gori et al., 2023). Rasa percaya diri berkembang tergantung dengan sifat kepribadian dari setiap siswa, jika siswa memiliki kepribadian yang tertutup kemungkinan siswa tersebut memiliki keyakinan diri yang rendah dan kurang dapat bergabung dengan lingkungan sekitarnya (Mollah, 2019). Kepercayaan diri merupakan komponen yang penting dari kepribadian

yang melibatkan keyakinan pada kemampuan individu. Menurut Lauster, Indikator kepercayaan diri mencakup kemampuan dalam tindakan, sikap positif terhadap diri sendiri, keseimbangan dalam pandangan, tanggung jawab atas akibat serta pemikiran yang rasional sesuai dengan kenyataan (Aprilia Afifah et al., 2022).

Banyak penelitian membahas terkait layanan bimbingan dan konseling terkait dengan kepercayaan diri siswa, beberapa penelitian fokus membahas terkait dengan layanan bimbingan dan konseling dalam usaha meningkatkan kepercayaan diri siswa. Studi awal mengulas efisiensi teknik sosiodrama drama bimbingan lima kelompok untuk memperkuat kepercayaan diri siswa. Hasil dari studi ini menunjukkan bahwa metode sosiodrama efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dan terdapat perbedaan yang signifikan terlihat pada siswa yang mengikuti kelompok sosiodrama eksperimen dengan peningkatan kepercayaan diri siswa (Halik & Rakasiwi, 2020). Penelitian selanjutnya membahas bimbingan kelompok dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa yang diteliti oleh Khairuddin Tambusai, Hasil penelitian yang terlihat bahwa kepercayaan diri siswa umumnya berada pada tingkat sedang tetapi beberapa siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Dampak dari pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling mengindikasikan transformasi pada siswa yang awalnya memiliki kepercayaan diri yang kurang dalam memaksimalkan bakat dan potensi mereka (Tambusai, 2021). Layanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan memiliki banyak manfaat bagi peningkatan potensi siswa salah satunya dalam mengembangkan kepercayaan diri yang akan berkorelasi pada aspek lainnya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian lainnya yaitu dalam penelitian lebih memfokuskan pengembangan program yang efektif dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling yang baik serta dapat diaplikasikan oleh guru BK dalam membantu siswa mengembangkan kepercayaan dirinya dan sadar akan potensi serta bakat yang dimilikinya.

Layanan bimbingan dan konseling dapat efektif dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa meningkatkan kepercayaan dirinya serta dapat memahami dirinya sendiri, salah satu layanan yang paling banyak diteliti dan berfungsi efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah konseling kelompok. Selain itu terdapat salah satu layanan yang dapat membantu berjalannya layanan bimbingan dan konseling lain dalam membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan dirinya yaitu layanan informasi yang dapat dilakukan baik online maupun offline (Azis & Salam, 2018).

## Metode

Penelitian ini dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif dipilih dan digunakan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa kelas 8 di SMPN 9 Bandung Tahun Ajaran 2023/2024. Partisipan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung terdapat 329 siswa dengan jumlah 157 siswa perempuan dan 172 siswa laki-laki. Penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *nonprobability sampling* dengan menggunakan teknik sampel jenuh. Sampel jenuh merupakan teknik penentuan sampel bila seluruh anggota populasi digunakan sebagai sampel, hal ini dilakukan jika populasi relatif kecil atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil (Muhyi et al., 2018).

Analisis data yang dipakai dalam penelitian ini adalah analisis statistika deskriptif, yaitu merupakan suatu bentuk analisis data penelitian untuk dapat menguji generalisasi hasil dalam penelitian berdasarkan suatu sampel, analisis deskriptif ini dilakukan melalui suatu pengujian hipotesis deskriptif. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dianalisis menggunakan Microsoft Excel dan SPSS untuk dapat diolah dan diinterpretasi menjadi sebuah Program Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP. Dalam penelitian ini terdapat 40 pernyataan yang perlu dijawab oleh siswa, Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala berbentuk angket yang diadaptasi dari angket Peter Lauster (2012) terkait kepercayaan diri

dengan model skala likert lima respon, Data yang diperlukan dalam penelitian kepercayaan diri ini membutuhkan instrumen dalam bentuk angket dengan 5 pilihan jawaban alternatif, dengan penyekoran skor favorabel 5-1 dan unfavorabel 1-5.

Hasil uji validitas yang terlihat adalah, seluruh sampel pernyataan dapat dipakai karena seluruh sampel pernyataan memiliki  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  tabel, sehingga seluruh item pernyataan dapat dipakai dalam penelitian. Hasil uji reliabilitas dalam penelitian ini adalah 0,32 dengan jumlah item 40 pernyataan. Hasil uji reliabilitas ini lebih kecil dibandingkan dengan tabel kategori reliabilitas instrumen yaitu  $0,32 < 0,59$ . Hasil Uji T (Uji Beda) dalam penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kepercayaan diri siswa laki-laki dan siswa perempuan karena nilai Sig (2-Tailed) lebih besar 0,91.

## Hasil

Penelitian dilakukan kepada siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung dengan jumlah seluruh siswa 329 orang. Hal ini dilaksanakan dengan menyebarkan instrumen penelitian kepercayaan diri dengan jumlah 40 pernyataan dan menggunakan skala model likert dengan 5 skala yaitu Sangat Sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Hasil yang diperoleh dan diolah akhirnya dikategorisasikan ke dalam 5 kategori menurut teori lauster yaitu Sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hasil penelitian terlihat tingkat kepercayaan diri siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung di tingkat sedang karena hampir 50% siswa berada pada kategori ini. Kategori sedang cenderung kuat rata-rata tingkat kepercayaan diri siswa berada pada batas normal dan cenderung kuat, tetapi jika sedang sampai lemah, tingkat kepercayaan diri berada pada batas cenderung tidak kuat, siswa akan cenderung merasa ragu dan takut akan dirinya sendiri.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Kelas 8 SMPN 9 Bandung**

| N   | Rentang Skor | Kategori      | Frekuensi | Persentase |
|-----|--------------|---------------|-----------|------------|
| 329 | 4,3-5        | Sangat Tinggi | 12        | 3,6        |
|     | 3,5-4,2      | Tinggi        | 131       | 39,8       |
|     | 2,7-3,4      | Sedang        | 177       | 53,8       |
|     | 1,9-2,6      | Rendah        | 9         | 2,7        |
|     | 1-1,8        | Sangat Rendah | 0         | 0,0        |

Hasil Distribusi frekuensi tingkat kepercayaan diri siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung berada pada kategori sedang dengan frekuensi 177 siswa memiliki rentang skor 2,7-3,4 dan memiliki persentase 53,8%. Selanjutnya pada kategori tinggi memiliki frekuensi 131 dengan rentang skor 3,5-4,2 dengan persentase 39,8%. Pada kategori sangat tinggi memiliki frekuensi 12 siswa dengan rentang skor 4,3-5 dengan persentase 3,6%. Pada kategori rendah memiliki frekuensi 9 siswa dengan rentang skor 1,9-2,6 dengan persentase 2,7% dan pada kategori sangat rendah tidak terdapat siswa yang memiliki kepercayaan diri sangat rendah.

Hasil pengolahan data yang diperoleh dari kepercayaan diri siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung yang dilihat dari siswa laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan yang cukup jauh. Jumlah siswa secara keseluruhan adalah 329 siswa yang dimana hal itu terdiri dari 172 siswa laki-laki dan 157 siswa perempuan. Pada hasil distribusi frekuensi tingkat kepercayaan diri siswa laki-laki kelas 8 SMPN 9 Bandung berada pada kategori sedang dengan rentang skor 2,7-3,4 jumlah frekuensi 84 dan memiliki persentase 48,8%. Sedangkan pada siswa perempuan kelas 8 SMPN 9 Bandung berada pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 93 dan memiliki persentase 59,2%. Jadi dapat dilihat bahwa secara umum tingkat kepercayaan diri siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung berada pada

kategori sedang yang dimana siswa berada pada kategori normal tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Laki-Laki Kelas 8 SMPN 9 Bandung**

| N   | Rentang Skor | Kategori      | Frekuensi | Persentase |
|-----|--------------|---------------|-----------|------------|
| 172 | 4,3-5        | Sangat Tinggi | 7         | 4,1%       |
|     | 3,5-4,2      | Tinggi        | 76        | 44,2%      |
|     | 2,7-3,4      | Sedang        | 84        | 48,8%      |
|     | 1,9-2,6      | Rendah        | 5         | 2,9%       |
|     | 1-1,8        | Sangat Rendah | 0         | 0,0%       |

Hasil distribusi frekuensi tingkat kepercayaan Diri siswa laki-laki kelas 8 SMPN 9 Bandung berada pada tingkat sedang dengan jumlah seluruh siswa laki-laki kelas 8 adalah 172 orang. Pada siswa laki-laki terlihat bahwa sebanyak 84 siswa berada di kategori rendah dengan rentang skor 2,7-3,4 dan memiliki presentase 48,8%. Urutan kedua terdapat tingkat kategori tinggi dengan jumlah siswa laki-laki sebanyak 76 dengan rentang skor 3,5-4,2 dan memiliki persentase 44,2%. Selanjutnya urutan ketiga terdapat kategori sangat tinggi dengan rentang skor 4,3-5 dengan jumlah frekuensi sebanyak 7 siswa dan memiliki persentase 4,1%. Selanjutnya terdapat pada kategori rendah dengan rentang skor 1,9-2,6 dengan jumlah frekuensi 5 dan memiliki persentase 2,9%. Kategori sangat rendah dengan rentang skor 1-1,8 memiliki jumlah frekuensi 0 dan persentase 0. Dapat disimpulkan bahwa siswa laki-laki berada pada kategori sedang dalam distribusi frekuensi kepercayaan diri.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Perempuan Kelas 8 SMPN 9 Bandung**

| N   | Rentang Skor | Kategori      | Frekuensi | Persentase |
|-----|--------------|---------------|-----------|------------|
| 157 | 4,3-5        | Sangat Tinggi | 5         | 3,2%       |
|     | 3,5-4,2      | Tinggi        | 55        | 35%        |
|     | 2,7-3,4      | Sedang        | 93        | 59,2%      |
|     | 1,9-2,6      | Rendah        | 4         | 2,5%       |
|     | 1-1,8        | Sangat Rendah | 0         | 0,0%       |

Hasil distribusi frekuensi tingkat kepercayaan Diri siswa perempuan kelas 8 SMPN 9 Bandung berada pada tingkat sedang dengan jumlah seluruh siswa perempuan kelas 8 adalah 157 orang. Pada siswa perempuan terlihat bahwa sebanyak 93 siswa berada di kategori rendah dengan rentang skor 2,7-3,4 dan memiliki presentase 59,2%. Di urutan kedua terdapat tingkat kategori tinggi dengan jumlah siswa perempuan sebanyak 55 dengan rentang skor 3,5-4,2 dan memiliki persentase 35%. Selanjutnya urutan ketiga terdapat kategori sangat tinggi dengan rentang skor 4,3-5 dengan jumlah frekuensi sebanyak 5 siswa dan memiliki persentase 3,2%. Selanjutnya terdapat pada kategori sedang dengan rentang skor 1,9-2,6 dengan jumlah frekuensi 4 dan memiliki persentase 2,5%. Kategori sangat rendah dengan rentang skor 1-1,8 memiliki jumlah frekuensi 0 dan persentase 0. Dapat disimpulkan bahwa siswa perempuan berada pada kategori sedang dalam distribusi frekuensi kepercayaan diri.



## Pembahasan

Siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri sedang cenderung berada pada tingkat kepercayaan diri yang normal, siswa tidak memiliki rasa percaya diri yang berlebih dan siswa tidak memiliki kepercayaan diri yang rendah dan siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang cenderung memiliki kepercayaan agak kuat (Lauster, 2012). Siswa yakin akan kemampuan dirinya sendiri dan sudah dapat berani mengutarakan pendapatnya serta dapat memanfaatkan kemampuan dirinya ke dalam bakat dan minat yang diikutinya. Kepercayaan diri yang berlebihan tidak selalu bersifat positif, hal ini justru menjurus pada usaha siswa yang tak kenal lelah. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk dapat mengendalikan emosi mereka sendiri dalam meningkatkan kepercayaan diri. Siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang sehingga siswa cenderung memiliki pemahaman akan kemampuan diri dan mampu menemukan arah yang diinginkannya. Siswa kelas 8 berada fase remaja yang dimana siswa perlu memenuhi tugas perkembangan salah satunya adalah percaya kepada dirinya sendiri dan kemampuan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, hal ini menjadi salah satu aspek penting bagi remaja dalam menerima diri mereka sendiri seitinga dengan tugas perkembangan yang telah diuraikan oleh Havighurst (1961) yaitu mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita, remaja disini dapat menerima dirinya sendiri sebagai pria atau wanita, dapat berperilaku sesuai dengan peran sosialnya. Rasa percaya diri remaja dapat muncul dari dalam diri siswa jika siswa memiliki keinginan untuk dapat melakukan hal tersebut sampai tujuan yang diinginkannya dapat tercapai (Septiani & Purwanto, 2020).

Menerima diri sendiri merupakan aspek yang penting bagi siswa hal ini termasuk dalam menerima keadaan fisiknya, hal ini berkaitan dengan bagaimana siswa dalam menerima dirinya sendiri baik dalam hal kekurangan maupun kelebihan, siswa yang menerima keadaan fisiknya cenderung paham tujuan yang akan dicapainya. Selanjutnya dalam keterampilan bersosialisasi, siswa perlu aktif berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari yang dapat membantu mereka memahami lingkungan mereka dengan lebih baik. Sejalan dengan teori *Self-efficacy* yang membahas bahwa *Self-Efficacy* merupakan suatu keyakinan terhadap kemampuan sendiri dalam menampilkan tingkah laku yang akan mengarahkannya kepada hasil yang diharapkan (Yusuf & Nurihsan, 2013). Hal ini siswa perlu yakin akan dirinya sendiri serta dapat menumbuhkan rasa sosial yang tinggi agar dapat membantu dirinya dalam berinteraksi baik dengan lingkungan sekitar.

Penelitian sebelumnya banyak membahas terkait dengan program bimbingan dan konseling yang efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, termasuk hasil dari penelitian ini yang menjelaskan program bimbingan dan konseling yang secara efektif membantu remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. Salah satu penelitian yang mendukung adalah penelitian yang dilaksanakan oleh Badrul Kamil pada tahun 2018 membahas mengenai "Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa SMP melalui Penerapan Teknik Pelatihan Asertif." Penelitian satu ini memiliki tujuan untuk menguji efektivitas layanan konseling kelompok dengan menerapkan teknik pelatihan asertif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dalam penelitian tersebut, terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi yang melibatkan konseling kelompok dengan teknik asertif terhadap siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah. Beberapa hasil yang ditemukan meliputi bahwa (1) siswa mampu membedakan perilaku pasif, asertif, dan agresif guna mengoptimalkan potensi yang dimiliki, dan (2) siswa dapat memahami dirinya sendiri dengan lebih baik tanpa merugikan bagi orang lain. Secara kesimpulan, penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan penerapan teknik pelatihan asertif dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa, dan layanan tersebut memiliki peran penting dalam mengatasi peserta didik yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah (Kamil et al., 2018). Keyakinan pada dirinya sendiri dapat membantu siswa dalam menerima dirinya sendiri baik dalam tingkah laku, emosi, dan kerohaniannya yang bersumber dari

dalam hati nurani untuk dapat melaksanakan sesuatu sesuai dengan kemampuannya dalam memenuhi kebutuhan hidup agar dapat lebih berwarna (Tanjung & Amelia, 2017).

Siswa yang merasa puas akan kualitas dirinya cenderung memiliki rasa aman, tidak mudah merasa kecewa, dan memiliki pemahaman mengenai kebutuhan pribadinya. Ini memungkinkan siswa untuk bersifat mandiri dalam pengambilan keputusan, tanpa terlalu mengandalkan orang lain dan dapat melakukannya dengan cara yang objektif. Siswa yang memiliki keyakinan diri yang kuat umumnya memiliki persepsi dan pandangan mengenai dirinya sendiri (Fitri et al., 2018). Dalam meningkatkan kepercayaan diri pihak sekolah perlu berkolaborasi dengan guru BK dengan adanya program bimbingan dan konseling yang dikembangkan guna membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri di lingkungan sekolah, seperti mengadakan konseling kelompok, konseling individual, bimbingan kelompok maupun bimbingan klasikal yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Sekolah sebagai instansi pendidikan formal dapat meningkatkan kualitas belajar siswa untuk menghasilkan manusia yang dapat menguasai pengetahuan dan teknologi (Yudianto et al., 2021). Program bimbingan merupakan kegiatan yang dilakukan dalam membantu siswa mencapai tugas perkembangannya.

Kegiatan bimbingan dilakukan bagi seluruh siswa, sedangkan program konseling merupakan kegiatan yang dilakukan untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah yang dihadapi (Badrujaman, 2020). Proses penyusunan program bimbingan dan konseling di sekolah melalui 8 tahapan, Uman Suherman (2009) sebagai berikut: Penyusunan program bimbingan dan konseling di sekolah: 1) Mengkaji kebijakan dan produk hukum yang relevan, 2) Menganalisis harapan dan kondisi sekolah, 3) Menganalisis karakteristik dan kebutuhan siswa, 4) Menganalisis Program, pelaksanaan hasil, dukungan serta faktor penghambat sebelumnya, 5) Merumuskan tujuan program baik umum maupun khusus, 6) Merumuskan alternatif komponen dan isi kegiatan, 7) Menetapkan langkah-langkah kegiatan pelaksanaan program dan 8) Merumuskan rencana evaluasi pelaksanaan dan keberhasilan program. Jadi dengan adanya layanan bimbingan dan konseling yang diberikan akan dapat membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi pembelajaran di sekolah, karena dengan adanya kepercayaan diri yang tinggi akan membantu siswa dalam menghadapi situasi dalam pergaulan dan menghadapi tugas perkembangan.

## Kesimpulan

Secara keseluruhan siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung memiliki tingkat kepercayaan diri pada kategori sedang, yang menandakan bahwa siswa pada kategori ini memiliki tingkat kepercayaan diri yang cenderung normal dan dapat memahami dirinya sendiri. Siswa dalam kategori ini memiliki kesadaran akan kelebihan dan kekurangan dari diri mereka sendiri. Siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang terkadang memiliki kepercayaan diri yang tinggi tetapi terkadang memiliki kepercayaan diri yang rendah. Siswa dalam kategori ini cenderung memiliki kemampuan dalam mengendalikan emosi dengan baik dan paham akan keinginan dan tujuan mereka sendiri untuk dirinya maupun untuk lingkungan sekitarnya.

Tingkat kepercayaan diri siswa laki-laki dan perempuan kelas 8 SMPN 9 Bandung berada pada kategori sedang, tidak terdapat perbedaan yang signifikan dari tingkat kepercayaan diri siswa laki-laki dan siswa perempuan. Keduanya memiliki tingkat kepercayaan diri yang cenderung sama, baik siswa laki-laki dan siswa perempuan sudah memiliki tingkat kepercayaan diri yang normal yang dimana siswa sudah dapat percaya akan dirinya sendiri serta paham akan dirinya sendiri. setengah dari jumlah populasi laki-laki dan perempuan memiliki tingkat kepercayaan diri pada kategori sedang. Program bimbingan dan konseling hipotetik yang dibuat dan dikembangkan berpacu pada hasil penelitian tingkat kepercayaan diri siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung, hal ini didasari pula dari tugas perkembangan remaja yang perlu dipenuhi oleh siswa kelas 8 SMPN 9 Bandung.

## Referensi

- Akbari, O., & Sahibzada, J. (2020). Students' Self-Confidence and Its Impacts on Their Learning Process. *American International Journal of Social Science Research*, 5(1), 1–15. <https://doi.org/10.46281/aijssr.v5i1.462>
- Aprilia Afifah, Dewi Hamidah, & Irfan Burhani. (2022). Studi Komparasi Tingkat Kepercayaan Diri (Self Confidence) Siswa Antara Kelas Homogen Dengan Kelas Heterogen Di Sekolah Menengah Atas. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 3(1), 44–47. <https://doi.org/10.30762/happiness.v3i1.352>
- Azis, A. R., & Salam, P. A. (2018). Keefektifan layanan informasi berbasis instagram untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(3), 183. <https://doi.org/10.26539/1363>
- Badrujaman, A. (2020). Evaluasi Program Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Fatmala, L., & Andrianto, R. E. (2018). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar Siswa kelas VIII. *Alibkin: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(3).
- Fitri, E., Zola, N., & Ildil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1–5. <https://doi.org/10.29210/02017182>
- Gori, Y., Fau, S., & Laia, B. (2023). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas Ix Di Smp Negeri 2 Toma Tahun Pelajaran 2022 .... *FAGURU: Jurnal Ilmiah Mahasiswa* ..., 2(1). <https://jurnal.uniraya.ac.id/index.php/faguru/article/view/652%0Ahttps://jurnal.uniraya.ac.id/index.php/faguru/article/download/652/563>
- Halik, A., & Rakasiwi, N. (2020). Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 7(1), 32. <https://doi.org/10.37064/consilium.v7i1.7186>
- Ildil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(3), 107–113. <https://doi.org/10.17977/um001v2i32017p107>
- Kamil, B., Monica, M. A., & Maghrobi, A. B. (2018). Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMP dengan Menggunakan Teknik Assertive Training. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 5(1), 23. <https://doi.org/10.24042/kons.v5i1.2663>
- Lauster, P. (2012). Tes Kepribadian. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mollah, M. K. (2019). Kepercayaan Diri dalam Peningkatan Keterampilan Komunikasi. *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 9(1), 1–20. <https://doi.org/10.54180/elbanat.2019.9.1.1-20>
- Muhyi, M., Hartono, Budiyono, S. C., Satianingsih, R., Sumardi, Rifai, I., Zaman, A. Q., Astutik, E. P., & Fitriatien, S. R. (2018). Metodologi Penelitian. *Adi Buana University Press*, 1–83. [www.unipasby.ac.id](http://www.unipasby.ac.id)



- Septiani, D. R., & Purwanto, S. E. (2020). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Hasil Belajar Matematika Berdasarkan Gender. *JKPM (Jurnal Kajian Pendidikan Matematika)*, 6(1), 141. <https://doi.org/10.30998/jkpm.v6i1.7526>
- Sugianto, N. (2020). The use of three steps interview to increase students' self-confidence at speaking skill. *Cordova Journal/Jurnal Kajian Bahasa Dan Budaya*, 10(1), 84–94. <https://tinyurl.com/48u4mkmv>
- Suherman, U. (2012). Manajemen Bimbingan dan Konseling. Bandung: Rizqi Press.
- Tambusai, K. (2021). Bimbingan Kelompok Dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *Al-Irsyad*, 11(1), 117. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v11i1.9500>
- Tanjung, Z., & Amelia, S. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 2–6. <https://doi.org/10.29210/3003205000>
- Warjono, P. A., Sultani, S., & Anisah, L. (2020). Layanan Konseling Individual Dengan Pendekatan Gestalt Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Introvert Pada Kelas Vii Di Smp Negeri 2 Martapura. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 6(1), 50. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v6i1.2173>
- Yudianto, E., Budiono, A. N., Mutakin, F., Jember, U. I., Jember, U. I., & Jember, U. I. (2021). Layanan konseling kelompok untuk meningkatkan rasa percaya dirisiswa smps al baitul amien jember. *Jurnal Consulenza:Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 04(02), 48–53. <http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS>
- Yusuf & Nurihsan. (2013). Teori Kepribadian. Bandung: Remaja Rosdakarya.