



Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri pada Peserta Didik melalui Konseling Kelompok di Sekolah

Dania Hasanah^{1*}, Suci Dinaria², Aida Safitri³, Graciella Lumban Gaol⁴, Ratna Sari Dewi⁵

¹⁻⁵Universitas Sriwijaya, Indonesia

Alamat: Jalan Raya Palembang-Prabumulih KM 32, Indralaya, Kabupaten Ogan Ilir, Sumatera Selatan (30662)

*Korespondensi penulis: daniahasana@gmail.com

Abstract. *This study aims to evaluate how effective group counseling is in developing students' self-confidence, as well as identifying various techniques that can be used in the process in the school environment. The research method uses a literature review, which focuses mainly on the analysis of various library sources. The results of the review found that group counseling has indeed been proven to be able to develop students' self-confidence. There are various techniques that can be applied in group counseling sessions to support the development of students' self-confidence, such as Cognitive Behavior Therapy (CBT), Self-Instruction, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), Group Discussion, Cognitive Restructuring, Self Talk, Cinema Therapy, Experiential Learning, and the Client Centered approach. The application of these techniques in group counseling sessions is believed to be able to help students in forming and strengthening their self-confidence.*

Keywords: *Counseling Techniques, Group Counseling, Self-Confidence.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi seberapa efektif konseling kelompok dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa, serta mengidentifikasi berbagai teknik yang dapat digunakan dalam proses tersebut di lingkungan sekolah. Metode penelitian menggunakan *literature review*, yang fokus utama pada analisis berbagai sumber pustaka. Dari hasil *review* ditemukan konseling kelompok memang terbukti mampu mengembangkan kepercayaan diri siswa. Terdapat beragam teknik yang dapat diterapkan dalam sesi konseling kelompok guna mendukung pengembangan rasa percaya diri siswa, seperti *Cognitive Behavior Therapy (CBT)*, *Self-Instruction*, *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*, *Diskusi Kelompok*, *Restrukturisasi Kognitif*, *Self Talk*, *Cinema Therapy*, *Experiential Learning*, serta pendekatan *Client Centered*. Penerapan teknik-teknik tersebut dalam sesi konseling kelompok diyakini dapat membantu siswa dalam membentuk dan memperkuat kepercayaan diri mereka.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Konseling Kelompok, Teknik Konseling.

1. LATAR BELAKANG

Rasa percaya diri merupakan aspek penting yang perlu dimiliki seseorang untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Menurut Novita & Sumiarsih, (2021) menjelaskan kepercayaan diri merupakan bentuk keyakinan pada diri individu terhadap potensi yang ada dalam dirinya. Seseorang dengan rasa percaya diri yang baik akan memandang positif serta tidak menilai negatif diri sendiri. Menurut Zalvagina, (2024) percaya diri merupakan sikap atau keyakinan terhadap potensi yang dimiliki pada diri sendiri, melakukan apa saja yang diinginkan, menanggung semua konsekuensi dari segala tindakan dan perilaku yang dilakukan, serta ketika dapat berperilaku dengan benar saat diperlakukan dengan baik oleh orang lain.

Menurut Wicaksono et al., (2022) individu dengan percaya diri tinggi menunjukkan ciri-ciri seperti keyakinan terhadap kemampuannya sendiri. Seseorang tidak memperlihatkan suatu hal pada orang lain untuk diterima dalam kelompok, berani tampil menjadi diri sendiri, dapat mengendalikan emosi, tidak mudah menyerah dengan keadaan, selalu memandang suatu hal dengan positif dan memandang kenyataan. Di sisi lain, ada juga ciri-ciri yang menggambarkan seseorang dengan tingkat kepercayaan diri rendah yaitu individu berusaha memperlihatkan sesuatu pada orang lain agar diterima dalam suatu kelompok, merasa khawatir ditolak orang lain, sukar menerima kondisi diri, selalu bersikap pesimis, dan takut akan kegagalan.

Menurut Adawiyah, (2020) kepercayaan diri memiliki beberapa point penting yakni percaya diri berarti tahan akan segala tekanan, mampu mengendalikan berbagai hal, mandiri dan bebas dalam melakukan segala sesuatu, tidak mudah khawatir terhadap kehidupan yang belum dilewati, melalui percaya diri dapat meningkatkan kemampuan diri, serta terhindar dari perilaku rendah diri. Memiliki rasa percaya diri itu ialah hal yang sangat penting, ketika seseorang kurang percaya diri ia akan memperlihatkan ketidakcakapan dan sikap yang merugikan (Adawiyah, 2020). Kurangnya kepercayaan diri akan menghambat siswa saat menggapai prestasi dalam pelajaran. Hal ini dikarenakan peserta didik merasa kurang yakin dengan keahlian yang dimiliki dan cenderung mudah menyerah (Novita & Sumiarsih, 2021). Ketika peserta didik tidak bisa mengerti dirinya hal ini berdampak negatif dan memunculkan masalah yakni menganggap kurang mampu, kurang bersemangat, dan tidak yakin pada diri sendiri.

Dalam konteks pendidikan, sekolah harus memberikan dukungan yang cukup untuk membantu siswa tumbuh menjadi percaya diri. Personel sekolah seperti guru bimbingan dan konseling ada peran penting terhadap membangun kepercayaan diri siswa di sekolah.. Guru BK juga berfungsi sebagai sumber inspirasi dengan memberikan arahan dalam bimbingan dan konseling yang terstruktur (Hartati, 2022). Berdasarkan penelitian oleh Ulfah & Arifudin, (2020) menyatakan bahwa mencapai tujuan pendidikan dan menolong individu mendapatkan kesejahteraan merupakan tujuan utama dari layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Layanan bimbingan dan konseling seperti konseling kelompok akan mendorong perkembangan siswa dan membantu mengatasi masalah kesejahteraan sosial dan emosional (Afifah & Nasution, 2023). Konseling kelompok merupakan layanan yang bisa dipergunakan dalam menghadapi permasalahan kepercayaan diri pada siswa. Sehingga sangat penting bagi sekolah untuk dapat memfasilitasi layanan ini karena dengan adanya layanan ini siswa akan dapat terbuka, saling mendukung dan memahami.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat keefektifan sejauh mana konseling kelompok berperan membangun kepercayaan diri peserta didik di sekolah. Penelitian ini berusaha memberikan gambaran yang komprehensif terhadap sebesar apa dampak yang ditimbulkan oleh konseling kelompok pada pengembangan rasa percaya diri siswa. Kajian penelitian tidak hanya melihat efektivitas namun juga melihat teknik-teknik dalam konseling kelompok yang dapat dipakai untuk mengembangkan rasa percaya diri murid. Diharapkan dengan adanya hasil dari penelitian ini menjadi dasar pertimbangan bagi personel sekolah khususnya guru BK dalam merancang layanan konseling kelompok yang tepat sasaran dan memberikan pengaruh positif.

2. KAJIAN TEORITIS

Rasa percaya diri adalah sikap yakin seseorang pada potensi yang dimilikinya. Rasa ini biasanya muncul karena seseorang sudah mengenal dirinya dan percaya pada potensi yang dimiliki. Siswa yang percaya diri umumnya lebih berani tampil, tidak mudah ragu, dan bisa mengambil keputusan tanpa banyak terpengaruh orang lain (Mulkiyan, 2017). Sebaliknya, siswa dengan tingkat kepercayaan diri rendah biasanya cenderung menarik diri, cepat merasa putus asa, dan meragukan kemampuan dirinya. Untuk membantu siswa seperti ini, sekolah perlu menyediakan layanan bimbingan dan konseling. Salah satu bentuknya adalah konseling kelompok, karena di dalamnya siswa bisa saling berbagi, mendapat dukungan, dan belajar berinteraksi. Hal ini sangat membantu mereka untuk lebih mengenal diri, melatih keberanian, serta membangun sikap positif saat menghadapi tantangan.

Konseling kelompok adalah layanan yang dilakukan pada kelompok kecil, dipandu oleh pemimpin kelompok atau konselor, untuk membantu siswa menyelesaikan masalah pribadi lewat diskusi bersama (Aulia et al., 2025). Di sini, konselor menciptakan suasana yang nyaman agar siswa merasa aman, dihargai, dan mau terbuka. Tujuannya adalah agar setiap anggota bisa saling mendukung dan tumbuh bersama. Dalam prosesnya, konselor dapat mengguakan teknik-teknik permainan yang menyenangkan sehingga dapat lebih mudah untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa (Toy & Malelak, 2023). Berbagai teknik yang bisa digunakan seperti teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), *Self-Instruction* dan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), Diskusi Kelompok, *Restrukturasi Kognitif*, *Self Talk*, *Cinema Therapy*, *Experiential Learning* dan *Client Centered* dan lain-lain. Semua teknik ini disesuaikan dengan kebutuhan kelompok, agar konseling lebih efektif dalam membantu siswa, terutama dalam membangun kepercayaan diri.

3. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini metode yang dipakai itu ialah metode *literatur review* yang dimana berfokus pada kajian pustaka. Menurut Ridwan et al., (2021) definisi kajian pustaka ialah makna yang diperoleh dari suatu sumber materi yang berhubungan pada pembahasan dalam penelitian yang ingin diteliti. Menurut Mahanum, (2021) *literatur review* atau tinjauan pustaka adalah suatu kegiatan yang memiliki tujuan untuk mengamati dan menganalisis kembali beberapa *litaretur* atau referensi yang sudah disebarakan oleh peneliti lain sebelumnya yang berhubungan sama materi yang akan dibahas. Adapun langkah-langkah penelitian menggunakan metode *literatur review* menurut Sari & Asmendri, (2020) yaitu memilih topik penelitian; Mencari berbagai informasi untuk mendukung topik; Memperjelas fokus penelitian; Mencari bahan bacaan dan mengklasifikasikannya; Membuat dan membaca catatan penelitian; Mereview kembali bahan bacaan; Dan menulis laporan penelitian. Kegiatan yang dilakukan yaitu mengumpulkan data, membaca dan menulis berbagai referensi atau literatur.

Dalam menggunakan metode ini peneliti telah mencari dan menemukan berbagai sumber bacaan dan referensi jurnal ilmiah yang berkaitan dengan topik mengembangkan kepercayaan diri pada siswa melalui konseling kelompok di sekolah. Melalui pengumpulan data dan analisis sumber bacaan terkait topik, harapannya dapat menolong siswa mengembangkan rasa percaya diri mereka. Selain itu, konseling kelompok dapat menolong siswa untuk mengatasi kepercayaan diri rendah menggunakan berbagai teknik pada konseling kelompok. Sehingga akan membantu para peserta didik untuk mengembangkan kepercayaan diri mereka di luar sekolah ataupun di lingkungan dalam sekolah.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kajian dari 25 artikel jurnal ilmiah yang telah dianalisis secara sistematis dirangkum dan disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1

No	Judul	Penulis (Tahun)	Tujuan	Metode	Hasil	Objek Penelitian
1.	Pengaruh Konseling Kelompok dalam Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa SMP Negeri Kota Mataram	Aluh Hartati (2022)	Untuk mengetahui dampak konseling kelompok dalam menangani masalah kepercayaan diri siswa	Metode Eksperimen	Hasilnya konseling kelompok berperan dalam mengatasi permasalahan kepercayaan diri siswa Guru BK di sekolah di inginkan menyediakan pelayanan sebagai usaha untuk menangani isu percaya diri yang dialami oleh siswa	Siswa kelas SMPN 16 Mataram
2.	Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri	Sulistiyowati (2020)	Untuk Memahami apa konseling kelompok melalui teknik CBT bisa mengembangkan percaya diri siswa	Metode Analisis Deskriptif Komparatif	Hasilnya kondisi awal siklus satu dan siklus dua menunjukkan peningkatan rasa percaya diri siswa, seperti ditunjukkan oleh hasil penelitian dua siklus	26 siswa Kelas IX C SMPN 2 Pringapus
3.	Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Permainan untuk Meningkatkan Percaya Diri Remaja	Rodian O. Toy dan Erly Oviane Malelak (2023)	Untuk memahami keefektifan konseling kelompok untuk mengembangkan percaya diri melalui teknik permainan	Metode <i>Pre-Eksperimental one group pretest-posttest design</i>	Hasilnya konseling kelompok memakai strategi permainan efektif mengembangkan kepercayaan diri remaja	50 siswa kelas VIII SMPN 12 Kupang
4.	Panduan Konseling Kelompok Teknik <i>Self-Instruction</i> Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Sikap Asertif Santri Korban <i>Bullying</i>	Nurul Athifah, Muslihati, dan Diniy Hidayatur Rahman (2023)	Untuk mendapatkan hasil dari pedoman unuk konseling kelompok yang berfokus pada cara <i>self-instruction</i> , di rancang agar memikat dan gampang dimengerti bagi para konselor	<i>Research and Development</i> dengan hasil pedoman konseling kelompok cara <i>self-instruction</i>	Hasilnya menunjukkan Indeks validitas yang ekstra tinggi menampilkan bahwa pedoman konseling kelompok dengan cara <i>self-instruction</i> yang relevan, bermanfaat, mudah dipahami, dan memikat untuk mengembangkan percaya diri serta keberanian murid agama yang menjadi korban <i>bullying</i>	Santri korban <i>bullying</i> di SMP Al-Izzah Batu
5.	Konseling Kelompok	Dina Nadira Amelia	Untuk memahami bagaimana	Pendekatan Kualitatif	Hasilnya REBT dalam konseling dapat	5 anak koban

	dengan Pendekatan REBT untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Kekerasan	Siahaan, Neviyarni, Yeni Karneli, dan Netrawati (2020)	pelayanan konseling kelompok yang memakai pendekatan REBT dapat membantu peningkatan kepercayaan diri anak anak	REBT	membantu anak anak yang menjadi korban kekerasan cara mengembangkan kepercayaan diri mereka utuk berkomunikasi bersama orang lain.oleh karena itu, konseling kelompok diperlukan untuk anak-anak agar guru pembimbing dapat segera menangani siswa yang diidentifikasi sebagai korban kekerasan	kekerasan
6.	Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Diskusi Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri	Hilma Sadatil Alawiyah, dan Ageng Saepudin Kanda (2024)	Untuk mengembangkan kepercayaan diri siswa di kelas dalam mengikuti pembelajaran	Pendekatan Kuantitatif	Hasilnya diskusi kelompok adalah kepercayaan diri siswa telah meningkat setelah melakukan diskusi pada sesi konseling kelompok	Siswa kelas VIII E SMPN 3 Singaraja
7.	Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self Talk</i> terhadap Kepercayaan Diri Siswa	Putri Setianingrum, dan Asni (2024)	Untuk mendeskripsikan dan menganalisis dampak teknik <i>Self Talk</i> dalam konseling kelompok guna mengembangkan percaya diri siswa kelas X-3 SMAN 76 Jakarta	Pendekatan Kuantitatif menggunakan metode angket dan observasi.	Hasilnya menunjukkan konseling kelompok meggunakan teknik <i>Self Talk</i> mempunyai dampak pengembangan kepercayaan diri siswa kelas X-3 di SMAN 76 Jakarta	Siswa kelas X-3 SMAN 76 Jakarta
8.	Efektivitas Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XII IPS MAN 3 Mandailing Natal	Ilham Azhari Pulungan, Nurhasana Pardede, dan Asmaryadi (2024)	Untuk mengambangkan kepercayaan diri murid dapat digunakan teknik pengumpulan data	Metode Kuantitatif	Hasilnya menunjukkan bantuan konseling kelompok yang memakai Teknik <i>self-instruction</i> pada siswa bisa membantu mengembangkan rasa percaya diri mereka	Siswa kelas XII IPS MAN 3 Mandailing Natal
9.	Pengaruh Layanan Konseling Kelompok terhadap Kepercayaan Diri Siswa yang Mengalami <i>Body Shaming</i> SMA	Rawulan Sartika, dan Hadiwinarto (2020)	Untuk mendeskripsikan dampak konseling kelompok pada penegmbangan kepercayaan diri peserta ddik dari merasakan hinaan	Metode <i>Mied Method Research</i>	Hasilnya menunjukkan bahwa setelah konseling kelompok diberikan, tingkat kepercayaan diri murid yang merasakan hinaan citra tubuh (<i>body shaming</i>) meningkat	6 Orang Siswa

	Negeri 4 Kota Bengkulu					
10.	Efektivitas Konseling Kelompok dengan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMPN 33 Bekasi	Tomy Dwi Apriyanto dan Asni (2024)	Untuk memahami dan mendeskripsikan daya guna teknik REBT terhadap mengembangkan rasa percaya diri siswa	Pendekatan kuantitatif metode <i>pra-eksperimen</i>	Hasilnya konseling kelompok teknik REBT bisa mengembangkan kepercayaan diri peserta didik. Peningkatan ini dapat diamati melalui perubahan yang terjadi selama proses konseling	Siswa kelas VIII. 3 SMPN 33 Bekasi
11.	Efektivitas Teknik <i>Cinema Therapy</i> dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA	Findy Eka Maulidyah dan Muwakhidah (2024)	Untuk menyerahkam perbuatan selanjutnya guna pengembangan kepercayaan diri peserta didik	Pendekatan kuantitatif metode <i>pra-eksperimen</i>	Hasilnya dari 6 murid itu mempunyai rasa percaya diri kurang di SMA Hang Tuah 1 Surabaya memberikan gambaran pada konseling kelompok dengan metode <i>Cinema Therapy</i> mampu mengembangkan kepercayaan dirinya	Siswa SMA Hang Tuah 1 Surabaya
12.	Meningkatkan Kepercayaan Diri di Sekolah Pada Remaja Panti Asuhan Melalui Konseling Kelompok Perilaku.	Karisma Dewi Puspasari (2023)	Untuk menguji kinerja konseling kelompok perilaku remaja yang tinggal dipanti asuhan dalam mengembangkan percaya diri mereka	Metode kuantitatif eksperimen	Hasilnya skor kepercayaan diri sangat berbeda sebelum dan sesudah konseling kelompok perilaku. ini menunjukkan bahwa guru, konselor, dan psikolog dapat menggunakan penelitian ini untuk membantu remaja dengan masalah kepercayaan diri di sekolah	Remaja yang berusia 15-17 tahun yang tinggal di panti asuhan
13.	Strategi <i>Restructuring Cognitive</i> dalam Konseling Kelompok CBT untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII G SMP PGRI 1 Buduran Sidoarjo	Oom Linda Rukmana, Kusbandiami, dan Maghfirotul Lathifah (2020)	Untuk meneliti efektivitas pendekatan <i>restrukturisasi kognitif</i> pada aktivitas konseling kelompok yang diikuti siswa berguna untuk peningkatan kepercayaan diri	Metode penelitiannya <i>pra-eksperimental dengan One Group Pretest-Posttest.</i>	Hasilnya tidak ada perubahan peningkatan yang relevan dalam kepercayaan diri siswa sesudah intervensi, menunjukkan perlunya pendekatan tambahan agar lebih efektif	Siswa kelas VIII G SMP PGRI 1 Buduran Sidoarjo
14.	Pengaruh Layanan	Indy Rahma Aulia, Dwi	Untuk memahami apa konseling	Metode kuantitatif	Hasilnya peningkatan dalam pemahaman	Siswa VII C SMPN 9

	Konseling Kelompok terhadap Konsep Diri Peserta Didik SMP	Dasalinda, Eka Heriyani, dan Haning Tri Widiastuti (2025)	kelompok bisa mengembangkan konsep diri siswa SMP	<i>pre-eksperimen</i>	terhadap diri sendiri relevan sesudah konseling kelompok dan membuktikan efektivitas konseling kelompok	Tambun Selatan
15.	Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Humanistik</i> dengan Teknik <i>Experiential Learning</i> dan <i>Client Centered</i> untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa	Septiananda Wahyuningsih, Muhammad Japar, dan Paramita Nuraini (2021)	Untuk meneliti dampak penerapan konseling kelompok berlandaskan pendekatan <i>Humanistik</i> melalui teknik <i>Experiential Learning</i> dan <i>Client Centered</i> pada peningkatan rasa percaya diri murid SMP	Metode eksperimen dengan <i>Pretest-Posttest, Comparison Group Design</i>	Hasilnya memperlihatkan bahwasanya konseling kelompok <i>Humanistik</i> mengembangkan percaya diri murid secara efektif, terutama dengan teknik pembelajaran pengalaman. Konseling kelompok <i>Humanistik</i> ini lebih efektif dengan peningkatan 43,38% dibandingkan dengan teknik <i>Client Centered</i> (30,22%)	12 Siswa yang dipilih secara acak
16.	Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Kepercayaan Diri Korban <i>Bullying</i> Pada Anak Usia SD	Silvia Artha Diningsih Siregar dan Fadhillah Yusri (2023)	Untuk mengetahui dampak dari konseling kelompok pada peningkatan percaya diri siswa SD yang menjadi korban <i>bullying</i>	Metode desain <i>One Group Pretest-Posttest</i>	Hasilnya konseling kelompok menunjukkan peningkatan percaya diri murid yang signifikan. Konseling kelompok yang efektif mengembangkan percaya diri murid menurut uji Wilcoxon dengan nilai signifikansi 0,012 (< 0,05). Sebuah penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat membantu korban <i>bullying</i> memperoleh rasa percaya diri	8 siswa SD di Kabupaten Pandang
17.	Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan <i>Client Centered</i> untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Siswa Kelas VIII SMP N 16 Yogyakarta	Siti Komariyah dan Iis Lathifah Nuryanto (2019)	Untuk melihat efektivitas pelaksanaan konseling kelompok pada teknik berpusat pada konseli upaya peningkatan rasa percaya diri siswa	Metode <i>pre-eksperimental</i>	Hasilnya adanya peningkatan signifikan dalam kepercayaan diri murid setelah mengikuti konseling kelompok dan teknik ini efektif dalam peningkatan rasa percaya diri peserta didik	Siswa kelas VIII SMPN 16 Yogyakarta

18.	Efikasi Konseling Kelompok <i>Cognitive Behavior Therapy</i> dengan Teknik <i>Self-Instruction</i> untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri	Ummi Qudsiyah dan Ayu Pernama (2022)	Untuk memperkuat rasa percaya diri serta nilai diri peserta didik	Metode kuantitatif	Hasilnya memberikan gambaran bahwa teknik <i>Self-Instruction</i> dalam konseling kelompok berbasis CBT dapat menjadi strategi yang berdampak positif dalam membangun rasa percaya diri murid	Siswa kelas VIII SMPN 13 Semarang
19.	Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dalam Berinteraksi Sosial dengan Konseling Kelompok <i>Rational Emotive Behavior Therapy : Literature Review</i>	Tri Ulviani, Netrawati, dan Yeni Karneli (2023)	Untuk melihat pemakaian konseling kelompok REBT dalam mengembangkan percaya diri siswa melalui interaksi	Metode tinjauan literatur dan studi pustaka	Hasilnya membuktikan bahwa rasa percaya diri melalui terapi kelompok yang menggunakan pendekatan REBT memberi pengaruh yang signifikan dalam bersosialisasi	Data dari objek hasil penelitian ahli sebelumnya
20.	Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self-Talk</i> untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri (<i>Self-Confidence</i>) Siswa Kelas XI MIPA 5 MAN 3 Medan	Wahyu, Mohammad Al Farabi dan Alfin Siregar (2024)	Pada struktur memupuk kepercayaan diri pada kelompok siswa MAN 3 Medan	Metode analisis data deskriptif kualitatif	Hasilnya konseling kelompok yang menggunakan teknik <i>self talk</i> mampu memberikan peningkatan pada rasa percaya diri siswa	Siswa Kelas XI MIPA 5 MAN 3 Medan
21.	Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dalam Belajar: Studi Kepustakaan	Sabarrudin, Silvianetri dan Yuliana Nelisma (2022)	Untuk mendeskripsikan bagaimana konseling kelompok dapat mengembangkan kepercayaan diri dalam belajar	Metode studi kepustakaan	Hasilnya menunjukkan hal utama yaitu tingkat keyakinan diri siswa pada mekanisme belajar itu ialah salah satu tujuan utama dari konseling kelompok, dan efektifitasnya dalam peningkatan rasa kepercayaan diri dalam belajar	Data dari penelitian sebelumnya

22.	Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman	Nasrina Nur Fahmi dan Slamet (2016)	Untuk mengetahui pelaksanaan pelayanan bimbingan konseling secara berkelompok berperan dalam membantu siswa mengembangkan kepercayaan diri mereka	Metode deskriptif kualitatif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi	Hasilnya mengidentifikasi empat tahapan dalam proses pelaksanaan konseling kelompok yang mencakup tiga tahapan pembentukan, transisi, pelaksanaan, dan pengakhiran. Teknik yang digunakan adalah teknik umum	Guru BK dan siswa jurusan pemasaran di SMK Negeri 1 Depok
23.	Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa melalui Konseling Kelompok	Mulkiyan (2017)	Memahami bagaimana melakukan konseling kelompok dapat membimbing murid untuk mengatasi permasalahan kurangnya percaya diri	Metode deskriptif kualitatif	Hasilnya menunjukkan bahwa sebelum mengikuti sesi konseling kelompok tingkat kepercayaan diri siswa dalam kegiatan pembelajaran masih tergolong kurang. Setelah diserahkan konseling kepercayaan diri siswa dalam proses belajar menjadi meningkat yang signifikan	Satu orang guru BK di SMK 1 Depok Sleman
24.	Penerapan Teknik Konseling <i>Restrukturasi Kognitif</i> untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa	Sitti Nurkia dan Sulkify (2020)	Mengetahui efektivitas teknik pendekatan konseling berbasis <i>restrukturasi</i> pola pikir sebagai upaya untuk membangun kepercayaan diri pada siswa	Metode kuantitatif	Hasilnya pendekatan <i>restrukturisasi kognitif</i> terbukti mampu memberi pengaruh positif terhadap membangun percaya diri murid yang terlihat dari perubahan tingkat kepercayaan diri mereka setelah intervensi di lakukan yaitu sedang, tinggi dan sangat tinggi	Siswa Kelas XI IPA MAN Baraka
25.	Efektivitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa	Adimas Ahmad Siswadi dan Fahmi Ulumudin (2018)	Untuk mengkaji efektivitas penerapan layanan konseling secara berkelompok dalam rangka menumbuhkan kepercayaan diri murid	Metode Deskriptif	Hasilnya konseling kelompok terbukti berkontribusi membantu siswa mengembangkan kepercayaan diri mereka. Siswa yang mengikuti konseling kelompok menunjukkan sikap yang sangat antusias, sangat bersemangat untuk belajar, tidak mudah menyerah, dan sangat ingin belajar	Data dari penelitian sebelumnya

Berdasarkan hasil kajian literatur terhadap penelitian terdahulu menunjukkan konseling kelompok terbukti efektif membantu meningkatkan rasa percaya diri pada peresta dirik. Dalam penelitian Sulistyowati, (2020) menemukan bahwa penerapan teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam konsling kelompok dapat mendorong siswa untuk mengenali serta mengubah pola pikir negatif yang menghambat kepercayaan diri mereka. Oleh sebab itu, teknik CBT ini efektivitas dalam pelaksanaan konseling kelompok guna mengembangkan kepercayaan diri peserta didik, membangun keterampilan sosial dan emosional mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Toy & Malelak, (2023) menunjukkan bahwa teknik permainan dalam konseling kelompok bisa memberikan dampak positif pada peningkatan kepercayaan diri. Konseling kelompok berbasis permainan dapat digunakan sebagai metode kreatif dalam lingkungan pendidikan yang bertujuan membantu siswa mencapai potensi terbaik pada diri mereka.

Pendekatan layanan konseling kelompok di sekolah telah banyak diteliti dan menunjukkan hasil yang positif pada kepercayaan diri siswa. Menurut Ariyanti et al., (2022) menyatakan adanya perkembangan positif pada kepercayaan diri siswa setelah mengikuti sesi konseling kelompok teknik *Play Therapy*. Selain itu Komariyah & Nuryanto, (2019) juga melihat efektifitas dari konseling kelompok menggunakan *Client Centered* pada siswa. Dalam penelitian tersebut memperlihatkan adanya peningkatan rasa percaya diri setelah pelaksanaan layanan tersebut. Penelitian terbaru oleh Desrianti et al., 2025 juga mendapatkan bahwa konseling kelompok *Restrukturisasi Kognitif* pada siswa juga dapat meningkatkan rasa kepercayaan diri dan menumbuhkan pikiran positifnya terhadap permasalahan yang dihadapi.

Rasa percaya diri bisa ditingkatkan melalui sesi konseling kelompok tidak mengandalkan teknik umum saja tetapi juga bisa dengan teknik khusus. Salah satu pendekatan efektif dalam teknik *Self-Instruction*. Penelitian Athifah et al., (2023) menunjukkan bahwa teknik ini mampu membantu siswa mengenali diri mereka lebih dalam dan memperkuat rasa percaya diri dalam sesi konseling kelompok. Melalui teknik ini siswa diajarkan untuk memberikan instruksi kepada diri mereka sendiri dan mengeksplorasi pemikiran positif. Sehingga siswa memiliki kesempatan untuk saling mendukung dan meningkatkan motivasi kepercayaan diri mereka (Pulungan et al., 2024). Temuan serupa juga diungkapkan oleh Qudsiyah & Pernama, (2022) bahwa dengan menggunakan teknik *Self-Instruction* siswa akan dapat berpikir secara optimis dan positif tentang dirinya sendiri. Oleh karena itu, penelitian ini menunjukkan penerapan teknik *Self-Instruction* dalam konseling kelompok adalah pendekatan yang efektif menolong siswa mengembangkan percaya diri serta pemahaman terhadap diri mereka.

Mempunyai kepercayaan diri satu hal penting dalam kehidupan, karena kepercayaan diri tinggi bisa mempermudah siswa dalam menjalin hubungan sosial. Sebaliknya, siswa dengan percaya diri rendah cenderung mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya (Sartika & Hadiwinarto, 2020). Kondisi ini bisa menghambat proses perkembangan pribadi serta partisipasi dalam kegiatan di rumah maupun di sekolah. Melalui interaksi sosial, seseorang dapat mengurangi pola pikir yang tidak logis dan menemukan solusi yang lebih rasional. Konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terbukti efektif membantu siswa mengembangkan kepercayaan diri dalam bersosialisasi. Dukungan terhadap efektivitas pendekatan REBT juga ditunjukkan oleh penelitian Apriyanto & Asni, (2024) yang menyatakan bahwa pendekatan ini mampu meningkatkan efektivitas diri, kondisi psikologis, serta perkembangan kepribadian siswa. Selain itu, menurut Siahaan et al., (2020) pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy* juga sangat berguna terhadap siswa yang mengalami kekerasan. Melalui konseling REBT dapat menggantikan pikiran irasional dengan pemikiran yang rasional. Sehingga dengan pendekatan ini akan membangun korban yang mengalami kekerasan untuk dapat meningkatkan kembali rasa kepercayaan dirinya mereka dalam berinteraksi di lingkungan sosial.

Dalam konseling kelompok berbagai teknik diberikan untuk mencapai tujuan konseling dan mendorong proses konseling berjalan dengan baik. Salah satu pendekatan yang bisa digunakan dalam sesi konseling kelompok guna membantu peningkatan percaya diri pada siswa yaitu teknik diskusi kelompok. Alawiyah & Kanda, (2024) mengatakan bahwa teknik diskusi kelompok sangat baik dan efektif dalam mendorong tumbuhnya rasa percaya diri pada siswa. Melalui teknik diskusi siswa bisa berbagi informasi dan melatih mereka dalam bersosialisasi dengan teman-teman seumurannya. Dengan hal ini siswa akan terbiasa dan percaya diri untuk mengungkapkan ide dan gagasannya tanpa rasa takut. Pada penelitian Nurkia & Sulkifly, (2020) menjelaskan juga terkait teknik lain yang bisa dipakai dalam membangun rasa percaya diri siswa, teknik tersebut yaitu *Restrukturasi Kognitif*. Teknik ini merupakan teknik dalam konseling yang berfokus memodifikasi pikiran atau perilaku yang tidak sesuai dengan lingkungan (maladaptif) dan berfokus pada aspek kognitif individu. Penerapan teknik *Restrukturasi* memberikan dampak yang sangat baik dan positif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Karena adanya teknik ini akan melatih siswa untuk menginternalisasikan nilai-nilai tertentu, sehingga dapat menghilangkan perasaan atau pikiran-pikiran yang tidak logis dan irasional.

Kepercayaan diri sangat penting bagi setiap siswa untuk mencapai masa depan dan menghadapi berbagai tantangan. Siswa yang memiliki kepercayaan diri dapat memanfaatkan

potensi mereka secara maksimal. Seperti yang sudah dijelaskan pada penelitian Setianingrum & Asni, (2024) mengenai teknik yang bisa berkontribusi dalam membangun kepercayaan diri siswa adalah *Self Talk*. Masih banyak lagi teknik yang dapat diterapkan dalam konseling kelompok seperti teknik *cinema therapy* (Maulidyah & Mawakhidah, 2024) serta teknik *experiential learning* dan *client centered* (Wahyuningsih, et.,al, 2021). Berdasarkan hasil tinjauan pustaka yang sudah dilakukan penulis menyimpulkan konseling kelompok merupakan layanan yang cukup efektif untuk mendorong peningkatan kepercayaan diri pada siswa.

Secara keseluruhan, konseling kelompok merupakan pendekatan yang efektif dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa, karena mampu membantu mereka mengenali potensi diri, berpikir positif, serta mengatasi pikiran dan perilaku negatif. Beragam teknik digunakan dalam proses ini, seperti *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), *Self-Instruction*, Diskusi Kelompok, *Self Talk*, hingga metode kreatif seperti permainan, *Cinema Therapy*, dan *Experiential Learning*. Setiap teknik memiliki keunikan dalam membangun keberanian siswa untuk berinteraksi, mengungkapkan pendapat, serta mengembangkan keterampilan sosial dan emosional mereka. Hal ini membuktikan bahwa konseling kelompok mampu menjadi sarana pengembangan diri yang menyeluruh bagi siswa dalam menghadapi tantangan lingkungan dan kehidupan sekolah.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Bahwa kepercayaan diri ini merupakan aspek penting dalam aktivitas sehari-hari, siswa dengan rasa percaya diri tinggi biasanya yakin terhadap kemampuan dan potensi dalam dirinya. Salah satu cara yang bisa dilakukan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah mengikuti layanan konseling kelompok di sekolah. Berdasarkan hasil *review* dari berbagai sumber, konseling kelompok efektif dalam memfasilitasi siswa jadi lebih memiliki rasa percaya diri. Ada banyak teknik dalam konseling kelompok yang bisa digunakan untuk membangun kepercayaan diri, di antaranya adalah teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), *Self-Instruction* dan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), Diskusi Kelompok, *Restrukturasi Kognitif*, *Self Talk*, *Cinema Therapy*, *Experiential Learning* dan *Client Centered*. Dengan menerapkan teknik tersebut akan membantu siswa untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka. Dari penulis untuk sekolah disarankan rutin mengadakan konseling kelompok guna membangun rasa percaya diri siswa. Dan guru BK juga perlu menciptakan suasana yang aman serta mendukung pada saat konseling kelompok agar siswa berani mengekspresikan diri dan mengatasi rasa tidak percaya dirinya.

REFERENSI

- Adawiyah, D. P. R. (2020). Pengaruh Penggunaan Aplikasi Tiktok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Kabupaten Sampang. *Jurnal Komunikasi*, 14(2), 135-148.
- Afifah, N., Nasution, F. (2023). Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan (*Well Being*) Siswa. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4(2), 368-380.
- Alawiyah, H. S., & Kanda, A. S. (2024). Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri. *Tabisyir: Jurnal Dakwah dan Sosial Humaniora*, 5(2), 33–40. <https://doi.org/10.59059/tabisyir.v5i2.1081>
- Apriyanto, T. D., & Asni. (2024). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMPN 33 Bekasi. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 1733–1742. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.4910>
- Ariyanti, S., Saam, Z., Yakub, E. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Teknik *Play Therapy* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 23 Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(3), 1345-1350.
- Athifah, N., Muslihati, M., & Rahman, D. H. (2023). Panduan Konseling Kelompok Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Sikap Asertif Santri Korban Bullying. *Buletin Konseling Inovatif*, 3(3), 237–246. <https://doi.org/10.17977/um059v3i32023p237-246>
- Aulia, I. R., Dasalinda, D., Heriyani, E., & Widiastuti, H. T. (2025). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Konsep Diri Peserta Didik SMP. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 1103–1116. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6875>
- Desrianti, H. F., Rohaeti, E. E., Agustine, T. (2025). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP Nusantara Raya. *Jurnal Fokus*, 8(1), 12-20.
- Fahmi, N. N., & Slamet, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(2), 69–84. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-05>
- Hartati, A. (2022). Pengaruh Konseling Kelompok dalam Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa SMP Negeri Kota Mataram. *Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling (JRbk)*, 7(2), 1651-1663.
- Komariyah, S., & Lathifah Nuryanto, I. (2019). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Client Centered* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII SMP N 16 Yogyakarta Tahun Ajaran 2018/2019. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1). <https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i1.456>
- Mahanum. (2021). Tinjauan Kepustakaan. *Alacrity: Jurnal Of Education*, 1(2), 1-12.

- Maulidyah, F. E., & Muwakhidah, M. (2024). Efektivitas Teknik Cinema Therapy dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 4(12), 10. <https://doi.org/10.17977/um065.v4.i12.2024.10>
- Mulkiyan, M. (2017). Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa melalui Konseling Kelompok. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 136–142. <https://doi.org/10.29210/120800>
- Novita, L., Sumiarsih. (2021). Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Guru Sekolah Dasar (JPPGuseda)*, 4(2), 92-96.
- Nurkiah, S., & Sulkifly. (2020). Penerapan Teknik Konseling Restrukturasi Kognitif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jambura Guidance and Counseling Journal*, 1(1), 14-30.
- Pulungan, I. A., Pardede, N., & Asmaryadi, A. (2024). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XII IPS MAN 3 Mandailing Natal. *Ristekdik : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 346. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2024.v9i2.346-358>
- Puspasari, K. D. (2023). Meningkatkan kepercayaan diri di sekolah pada remaja panti asuhan melalui konseling kelompok perilaku. *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 11(4), 156–160. <https://doi.org/10.22219/procedia.v11i4.25195>
- Qudsiyah, U., & Pernama, A. (2022). Efikasi Konseling Kelompok *Cognitive Behavior Therapy* dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 709–716. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.278>
- Ridwan, M., Am, S., Ulum, B., & Muhammad, F. (2021). Pentingnya Penerapan Literature Review pada Penelitian Ilmiah. *Jurnal Masohi*, 2(1), 42. <https://doi.org/10.36339/jmas.v2i1.427>
- Rukmana, O. L., Kusbandiami, & Lathifah, M. (2020). Strategi *Restructuring Cognitive* Dalam Konseling Kelompok CBT Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII G di SMP PGRI 1 Buduran Sidoarjo. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 5(2), 62–67. <https://doi.org/10.21067/jki.v5i2.4295>
- Sabarrudin, Silvianetri, & Nelisma, Y. (2022). Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Belajar: Studi Kepustakaan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(4).
- Sari, M., & Asmendri, A. (2020). Penelitian Kepustakaan (*Library Research*) dalam Penelitian Pendidikan IPA. *Natural Science*, 6(1), 41–53. <https://doi.org/10.15548/nsc.v6i1.1555>
- Sartika, R., & Hadiwinarto. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Kepercayaan Diri Siswa yang Mengalami *Body Shaming* SMA Negeri 4 Kota Bengkulu. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 3(3), 236–243. <https://doi.org/10.33369/consilia.3.3.236-243>

- Setianingrum, P., & Asni, A. (2024). Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Talk* terhadap Kepercayaan Diri Siswa. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(8), 9184–9188. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i8.5295>
- Siahaan, D. N. A., Neviyarni, Karneli, Y., & Netrawati. (2020). Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Kekerasan. *AL-IRSYAD: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(1), 8. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i1.7507>
- Siregar, S. A. D., & Yusri, F. (2023). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Kepercayaan Diri Korban Bullying Pada Anak Usia SD. *Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/10.30605/cjpe.612023.2264>
- Siswadi, A. A., & Ulumudin, F. (2018). Efektivitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 1(2), 58. <https://doi.org/10.22460/fokus.v1i2.4167>
- Sulistiyowati, S. (2020). Konseling Kelompok Dengan Teknik *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 3(2). <https://doi.org/10.24176/jpp.v3i2.5741>
- Toy, R. O., & Malelak, E. O. (2023). Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Permainan untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Konseling Indonesia*, 8(2).
- Ulfah., Arifudin, O. (2020). Implementasi Bimbingan dan Konseling di Sekolah dalam Kurikulum 2013. *Jurnal Tabsinia*, 1(2), 138-146.
- Ulviani, T., Netrawati, & Karneli, Y. (2023). Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dalam Berinteraksi Sosial dengan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy: Literature Review*. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 1(4), 389–395. <https://doi.org/10.58540/jipsi.v1i4.76>
- Wahyu, W., Al Farabi, M., & Siregar, A. (2024). Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Talk* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Siswa Kelas XI MIPA 5 MAN 3 Medan. *Lokakarya: Jurnal Research and Education Studies*, 3(1), 120. <https://doi.org/10.30821/lokakarya.v3i1.3370>
- Wahyuningsih, S., Japar, M., & Nuraini, P. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok *Humanistik* Dengan Teknik *Experiential Learning* Dan *Client Centered* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Borobudur Counseling Review*, 1(1), 23–32. <https://doi.org/10.31603/bcr.4882>
- Wicaksono, H. H., Kinanthi, K. H., Salsabilla, S., Lestari, R. (2022). Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Panti. *Jurnal Abdi Psikonomi*, 3(2), 107-115.
- Zalvagina. (2024). Lebih dari Sekedar Percaya Diri: Membangun *Self-Confidence* Sehat pada Anak Sekolah Dasar (Usia 12 Tahun). *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Pintar Harati*, 2(1), 37-47.