

Teknik *Self Disclosure* untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa

Mardi Lestari^{1*)}, Nurul Fitriah Aras², Masrina³, Azam Arifyadi⁴

¹²³⁴Universitas Tadulako

*Corresponding author, e-mail: lestarimardi@untad.ac.id

Received May 20, 2022;

Revised June 20, 2022;

Accepted July 05, 2022;

Published Online 31, 2022

Conflict of Interest

Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author

Abstract: *The problem of this research is the low level of self-confidence of students. The purpose of this study was to test the effectiveness self-disclosure techniques increase students' self-confidence. The research subjects were students of SMK Negeri 2 Palu. This study used an experimental research design pretest-posttest one group design. Data collection technique used a questionnaire. The research data were analyzed using descriptive and inferential analysis based on the Wilcoxon Sign Rank Test. The results of the descriptive analysis show the level of self-confidence students before the implementation self-disclosure techniques, namely: 6 or 100% students have low self-confidence. After implementing the self-disclosure technique, it was found that 1 or 16.7% students had very high self-confidence, 3 or 50% students had high self-confidence. 2 or 33.4% students have low self-confidence. The results showed that self-disclosure techniques effective in increasing students' self-confidence.*

Keywords: *Self disclosure; Self-confidence; Group counseling.*

Abstrak: Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat kepercayaan diri siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji keefektifan teknik self-disclosure dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa. Subjek penelitian adalah siswa SMK Negeri 2 Palu. Penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen pretest-posttest one group design. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data penelitian dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan inferensial berdasarkan Uji Wilcoxon Sign Rank Test. Hasil analisis deskriptif menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum penerapan teknik self-disclosure yaitu: 6 atau 100% siswa memiliki rasa percaya diri yang rendah. Setelah menerapkan teknik self-disclosure, ditemukan bahwa 1 atau 16,7% siswa memiliki kepercayaan diri sangat tinggi, 3 atau 50% siswa memiliki kepercayaan diri tinggi. 2 atau 33,4% siswa memiliki rasa percaya diri yang rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik self-disclosure efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Kata kunci: *Self disclosure; Percaya diri; Konseling kelompok*

How to Cite: Mardi Lestari, Nurul Fitriah Aras, Masrina, Azam Arifyadi. 2022. Teknik Self Disclosure untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. JIBK Undiksha, 13 (2): pp. XX-XX, DOI: 10.24036/XXXXXXXXXX-X

Pendahuluan

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Undang-Undang No.20 tahun 2003). Undang-Undang

Nomor 20 tahun 2003 menyatakan bahwa Standar Nasional Pendidikan terdiri atas standar isi, proses, kompetensi lulusan, tenaga kependidikan, sarana dan prasarana, pengelolaan, pembiayaan, dan penilaian pendidikan yang harus ditingkatkan secara berencana dan berkala (Republik Indonesia, 2003,: 11).

Pendidikan merupakan suatu proses integral yang melibatkan beberapa faktor, diantaranya tujuan pendidikan, pendidik, peserta didik, alat pendidikan, dan lingkungan. Kelima faktor tersebut merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan atau berjalan sendiri-sendiri, akan tetapi harus berjalan secara teratur, komplementer dan berkesinambungan serta memiliki peranan yang sangat menentukan keberhasilan proses pendidikan menurut Kompri, (dalam Mirnawati, LB, 2017: 85).

Menurut Anggraini (dalam Perdana FJ, 2019: 72) rasa percaya diri muncul dari kombinasi pola asuh dan peristiwa yang terjadi di masa perkembangan. Memang butuh waktu yang lama untuk mengembangkannya. Tapi, dengan terus berusaha mengembangkan rasa percaya diri, kita juga turut berkembang menjadi manusia yang lebih baik. Rasa percaya diri merupakan keyakinan pada kemampuan-kemampuan yang dimiliki, keyakinan pada suatu maksud atau tujuan dalam kehidupan dan percaya bahwa dengan akal budi mampu untuk melaksanakan apa yang diinginkan, direncanakan dan diharapkan Menurut Davies (dalam Sahrip, 2017: 40). Rasa percaya diri merupakan sikap mental optimisme dari kesanggupan anak terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk melakukan penyesuaian diri pada situasi yang dihadapi Menurut Surya (dalam Aristiani, R, 2016: 184).

Terdapat beberapa karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri diantaranya adalah; (1) percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau pun rasa hormat orang lain. (2) tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok. (3) berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri. (4) punya pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil). (5) memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain. (6) mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya, dan (7) memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi. Menurut Mastuti (dalam Mulkiyan, M, 2017: 137).

Pentingnya percaya diri rasa percaya diri, yang merupakan kombinasi antara keyakinan pada kemampuan dan penghargaan kepada diri sendiri, adalah aspek yang sangat penting dalam kehidupan seorang manusia, keyakinan pada kemampuan adalah perasaan atau percaya bahwa kita dapat melaksanakan berbagai tugas atau mencapai tujuan dalam hidup. Penghargaan kepada diri sendiri juga sama, tetapi lebih kepada percaya bahwa pada umumnya kita kompeten dalam hal apa pun yang kita lakukan dan kita layak berbahagia dalam hidup Menurut Mind Tools (dalam Perdana, FJ, 2019 : 80). Berfikir positif adalah sumber kekuatan dan sumber kebebasan. Disebut sumber kekuatan karena ia membantu anda memikirkan solusi sampai mendapatkannya. Dengan begitu anda bertambah mahir, percaya, dan kuat. Disebut sumber kebebasan karena dengannya anda akan terbebas dari penderitaan dan kumpulan pikiran negative serta pengaruh dari fisik menurut Elfiky (dalam Kurniawan, W, 2019: 134).

Menurut Tohirin (dalam Widaryati, S, 2009: 95) konseling kelompok merupakan suatu upaya pembimbing atau konselor untuk membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan optimal. Proses pengentasan masalah individu dalam konseling kelompok mendapatkan dimensi yang lebih luas, kalau dalam konseling perorangan klien hanya memetik manfaat dari hubungannya dengan konselor saja, dalam konseling kelompok klien memperoleh bahan-bahan bagi pengembangan diri dan pengentasan masalahnya baik dari konselor maupun rekan-rekan anggota kelompok menurut Prayitno dan Amti (dalam Sari, IP, Hartuti, P, Sulian, I, 2019: 76). Manfaat yang diperoleh siswa dalam layanan konseling kelompok yaitu dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasi, kemampuan sosial siswa, keterampilan mengendalikan diri dan melatih bertanggung jawab menurut prayitno (dalam Fitri, EV dan Marjohan, 2016: 19). Tujuan dilaksanakannya layanan konseling kelompok meliputi: Membantu individu mencapai perkembangan perilaku yang positif dan mencapai keterampilan interpersonal yang efektif, Memberdayakan proses kelompok untuk memfasilitasi modifikasi perilaku dalam hal ini adalah kecemasan, dan Membantu anggota kelompok memperoleh dan belajar perilaku baru yang dapat diaplikasikan pada kehidupan sehari-harinya menurut Corey (dalam Dudi, J 2017: 139).

Tahapan-tahapan konseling kelompok: (1) Tahap awal dalam kelompok langkah-langkah pada tahap awal kelompok adalah menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih, berdoa, menjelaskan pengertian konseling kelompok, Menjelaskan tujuan konseling kelompok, menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok, Menjelaskan asas-asas konseling kelompok dan Melaksanakan pengenalan dilanjutkan rangkaian nama. (2) tahap transisi merupakan langkah-langkah pada tahap peralihan: Menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok, tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut, Mengenal suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut dan memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok. (3) tahap pelaksanaan konseling kelompok pada tahap ini ada proses penggalian permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif. Menjelaskan masalah pribadi yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok. (4) tahap akhir dalam konseling kelompok pada tahap ini pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok tahap ini merupakan waktu yang diperlukan anggota untuk mengekspresikan pengalaman-pengalaman mereka selama sesi menurut Slamet, NN (dalam Slamet, NN, 2016: 72).

Menurut Gainau (dalam Sianturi, PD, Hadiyati, FN, 2019: 279). teknik self disclosure menjelaskan bahwa individu yang mampu mengungkapkan dirinya maka akan mampu beradaptasi dengan orang lain, lebih percaya diri, lebih positif, dan mampu mempercayai orang lain. Sebaliknya, individu yang kurang mampu dalam melakukan pengungkapan diri tidak dapat menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, rendah diri, dan tertutup. Teori *self disclosure* yang didasarkan pada model interaksi manusia, yang disebut johari window. menurut Luft, orang memiliki atribut yang hanya diketahui oleh dirinya sendiri, hanya diketahui oleh orang lain, diketahui oleh dirinya sendiri dan orang lain, dan tidak diketahui oleh siapa pun. Jenis-jenis pengetahuan ini menunjuk pada keempat kuadran dari johari window menurut Joseph Luft (dalam Mayo, WM, Sugandi, MS, 2018: 12). Johari Window ini didasari oleh teori kepribadian Carl Gustav Jung yang menyatakan bahwa setiap manusia perlu melakukan proses pencarian jati diri atau “self” untuk menjadi manusia yang utuh. Topik ini bertujuan agar siswa dibekali pemahaman proses pembentukan identitas diri dan strategi untuk mengembangkan potensi diri menurut Luft (dalam Santosa, ET, Atmodiwirjo, ET, dan Soetikno, N, 2012: 77).

Self disclosure mempunyai beberapa karakteristik umum antara lain (1) keterbukaan diri adalah suatu tipe komunikasi tentang informasi diri yang pada umumnya tersimpan, yang dikomunikasikan kepada orang lain. (2) keterbukaan diri adalah informasi diri yang seseorang berikan merupakan pengetahuan yang sebelumnya tidak diketahui oleh orang lain dengan demikian harus dikomunikasikan. (3) keterbukaan diri adalah informasi tentang diri sendiri yakni tentang pikiran perasaan dan sikap. (4) keterbukaan diri dapat bersifat informasi secara khusus. Informasi secara khusus adalah rahasia yang diungkapkan kepada orang lain secara pribadi yang tidak semua orang ketahui. (5) keterbukaan diri melibatkan sekurang-kurangnya seorang individu lain, oleh karena itu keterbukaan diri merupakan informasi yang harus diterima dan dimengerti oleh individu lain.” menurut Gainau (dalam Ifdil I dan Ardi, Z, 2013: 111).

Terdapat 5 aspek dalam *self disclosure* yaitu: ketepatan, motivasi, waktu, keintensifan, kedalaman dan keluasan: (1) Ketepatan: Ketepatan mengacu pada apakah seorang individu mengungkapkan informasi pribadinya dengan relevan dan untuk peristiwa dimana individu terlibat atau tidak (sekarang dan disini). (2) Motivasi: Motivasi berkaitan dengan apa yang menjadi dorongan seseorang untuk mengungkapkan dirinya kepada orang lain. (3) Waktu: Waktu yang digunakan dengan seseorang akan cenderung meningkatkan kemungkinan terjadinya *self disclosure*. (4) Keintensifan: Keintensifan seseorang dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) tergantung kepada siapa seseorang mengungkapkan diri, apakah teman dekat, orangtua, teman biasa, orang yang baru dikenal. (5) Kedalaman dan Keluasan: terbagi atas dua dimensi yakni *self disclosure* yang dangkal dan yang dalam. *Self disclosure* yang dangkal biasanya diungkapkan kepada orang yang baru dikenal menurut Gainau (dalam Ifdil I dan Ardi, Z, 2013: 112). Manfaat yang akan diperoleh seseorang jika mau mengungkap informasi diri kepada orang lain (1) mengenal diri sendiri: Seseorang dapat lebih mengenal diri sendiri melalui *self disclosure*, karena dengan mengungkapkan dirinya akan diperoleh gambaran baru tentang dirinya, dan mengerti lebih dalam perilakunya. (2) adanya kemampuan menanggulangi masalah: Seseorang dapat mengatasi masalah, karena ada dukungan dan bukan penolakan, sehingga dapat menyelesaikan atau mengurangi bahkan menghilangkan masalahnya. (3) mengurangi Beban: Jika individu menyimpan rahasia dan tidak mengungkapkannya kepada orang lain, maka akan terasa berat sekali memikulnya. Dengan adanya keterbukaan diri, individu akan merasakan beban itu berkurang, sehingga orang tersebut ringan beban masalah yang dihadapinya menurut Gainau dan Purwadi (dalam Ifdil I dan Ardi, Z, 2013: 113).

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling diketahui bahwa siswa-siswi SMKN 2 Palu mengalami masalah kurang percaya diri. Masalah kurang percaya diri yang dialami siswa terdapat beberapa ciri yang nampak ditujukan oleh siswa yang mengalami kurang percaya diri diantaranya yaitu "FA dan NH" keduanya memiliki permasalahan yang sama yaitu tidak mau atau segan untuk menyebutkan hasil yang dikerjakan karena merasa jawabannya salah "NF dan VA" pada saat diskusi siswa merasa gugup dan takut salah ketika ingin mengemukakan pendapatnya "NJ dan TO" sering ragu dan tidak yakin dengan jawaban yang mereka dapatkan sendiri. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling bahwa benar sebagian besar siswa kelas XI AKL 1 mengalami masalah dengan kepercayaan diri. Adapun layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dalam mengatasi kurang percaya diri siswa, salah satunya adalah layanan konseling kelompok.

Berdasarkan hasil observasi masalah kurangnya percaya diri dialami oleh siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Palu khususnya kelas XI. Dari hasil observasi diketahui bahwa kurang lebih siswa kelas XI memiliki perilaku percaya diri yang masih rendah. Hal ini ditandai dengan perilaku siswa seperti (tidak berani bertanya, tidak memiliki keberanian dalam mengungkapkan pendapat/gagasan, dan masih memiliki kebiasaan menyontek).

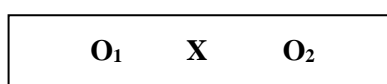
Konseling kelompok paling efektif untuk menimbulkan perubahan psikologis baik mencakup komponen subyektif dan emosional, maupun komponen tingkah laku nyata. Tujuan dari layanan konseling kelompok yaitu untuk membekali siswa menjadi lebih baik, dapat memperoleh wawasan yang mendalam dan berinteraksi dengan guru maupun teman-teman di kelas. Penanganan yang diberikan ialah konseling kelompok dengan teknik *self disclosure*.

Konseling kelompok teknik *self disclosure* pada dasarnya untuk mengarahkan siswa agar bisa terbuka dalam menyampaikan informasi dan mudah berkomunikasi dengan orang lain. Peneliti melakukan teknik *self disclosure* ini dengan cara mengumpulkan sejumlah anak yang mengalami perilaku kurang percaya diri dan mencari jalan keluar atas masalah yang dihadapi, kemudian peneliti mengarahkan dan memberikan motivasi kepada siswa dengan cara tertentu, sehingga siswa dengan sendirinya dapat mengarahkan diri sendiri untuk memahami dan mengubah perilaku dari negatif ke arah positif.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, Penelitian kuantitatif menurut (Sugiyono, 2010, 2017), adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, sebagai metode ilmiah atau scientific karena telah memenuhi kaidah ilmiah secara konkrit atau empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Penelitian ini menekankan pada analisis data *numerical* (angka) yang diolah dengan metode statistika. Populasi sampel, populasi penelitian ini adalah siswa di SMK Negeri 2 Palu tahun ajaran 2020/2021, sampel penelitian ini menggunakan *purposive sampling* berjumlah 6 orang siswa dari hasil observasi dan wawancara awal dengan guru BK dan hasil dari identifikasi kondisi percaya diri siswa.

Rancangan penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen *pretest-posttest one group design*. menggunakan satu kelompok subjek serta dilakukan pengukuran sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan perlakuan. Lebih jelasnya desain penelitian digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian

Sumber Gambar lihat Sugiyono, 2017.

Keterangan:

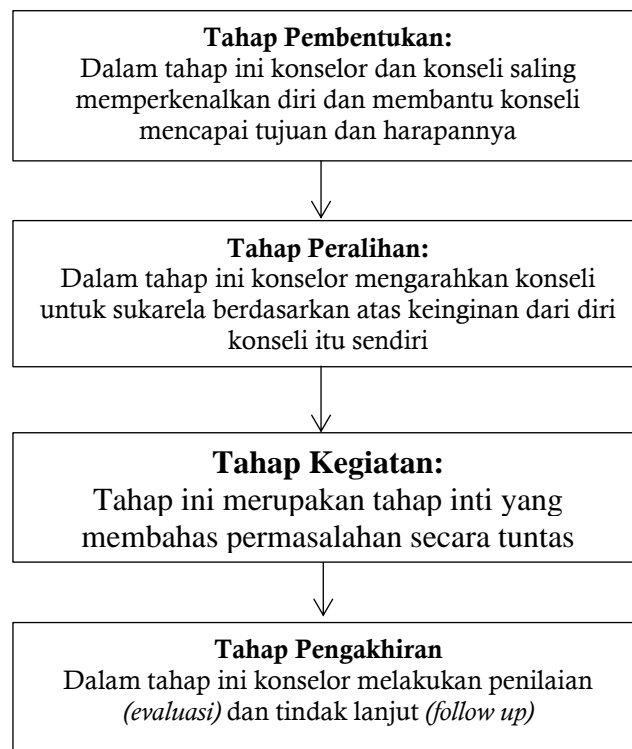
O₁ : Pemberian angket percaya diri tahap pertama sebelum mengikuti konseling kelompok teknik *self-disclosure*.

X : Pemberian layanan konseling kelompok teknik *self-disclosure*

O₂ : Pemberian angket percaya diri tahap kedua setelah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self-disclosure*.

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 2 Palu Kelas XI yang bertempat di Jl. Setia Budi No.58 Palu, Kelurahan Besusu Barat, Kec Palu Timur Kota Palu. Pemilihan lokasi ini berdasarkan pertimbangan bahwa jarak antara lokasi peneliti dengan kediaman peneliti tidak terlalu jauh, selain itu peneliti juga pernah menjadi praktikan di SMK Negeri 2 Palu sehingga dapat memudahkan dalam melakukan penelitian ini. Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 2 Palu pada tahun ajaran 2020/2021. Pelaksanaan penelitian ini dimulai pada bulan Oktober-November 2020 yang terhitung pada semester genap tahun ajaran 2020/2021.

Teknik pengumpulan data penelitian ini menggunakan Angket. Angket digunakan untuk mengumpulkan data tingkat percaya diri siswa kelas XI AKL 1 SMK Negeri 2 Palu. Pemberian angket dilakukan sebanyak dua kali yakni sebelum mengikuti konseling kelompok teknik *self-disclosure* dan tahap kedua pemberian angket kepada siswa setelah mengikuti konseling kelompok teknik *self-disclosure*.



Gambar 2. Bagan Prosedur Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok Teknik *Self Disclosure*

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Hasil analisa deskriptif tentang percaya diri siswa SMK Negeri 2 Palu sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self-disclosure* dapat dilihat dalam tabel pedoman klasifikasi percaya diri siswa berikut ini:

Tabel 1. Klasifikasi Dan Persentase Percaya Diri Siswa Sebelum Mengikuti Layanan Konseling Kelompok Teknik Self Disclosure

No	Inisial Siswa	Skor	Persentase	Klasifikasi Percaya Diri Siswa
1	FA	53	53%	Rendah
2	NH	51	51%	Rendah
3	NF	50	50%	Rendah
4	VA	54	54%	Rendah
5	TO	52	52%	Rendah
6	NJ	47	47%	Rendah

Sedangkan hasil analisis deskripsi percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu setelah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure*, dapat dilihat pada pedoman klasifikasi percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu yang ditunjukkan pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Klasifikasi dan Persentase Percaya Diri Siswa Sesudah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok Teknik Self Disclosure.

No	Inisial Siswa	Skor	Persentase	Klasifikasi Percaya Diri Siswa
1	FA	89	89%	Sangat Tinggi
2	NH	67	67%	Tinggi
3	NF	55	55%	Rendah
4	VA	63	63%	Tinggi
5	TO	62	62%	Tinggi
6	NJ	60	60%	Rendah

Peningkatan percaya diri siswa di SMK Negeri 2 palu sebelum dan sesudah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* dapat dilihat pada pengklasifikasian percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu yang ditunjukkan pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Klasifikasi Percaya Diri Siswa Sebelum dan Sesudah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok Teknik Self Disclosure

No	Inisial Siswa	Sebelum Mengikuti KKSD		Sesudah Mengikuti KKSD		Keterangan Klasifikasi
		Persentase	Klasifikasi	Persentase	Klasifikasi	
1	FA	53	Rendah	89	Sangat Tinggi	Meningkat
2	NH	51	Rendah	67	Tinggi	Meningkat
3	NF	50	Rendah	55	Rendah	Tetap
4	VA	54	Rendah	63	Tinggi	Meningkat
5	TO	52	Rendah	62	Tinggi	Meningkat
6	NJ	47	Rendah	60	Rendah	Tetap

Hasil pengujian analisis statistik inferensial

Pengujian hipotesis dilakukan melalui analisis secara statistic dengan menggunakan rumus *wilcoxon sign rank test*. Perhitungan analisis tersebut menggunakan tabel persiapan T *Wilcoxon* sebagai berikut:

Tabel 4. Data Percaya Diri Siswa Sebelum dan Sesudah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok Teknik *Self Disclosure*.

No	X	Y	D	Rd	Rd Negatif	Rd Positif
1	53	89	-36	6	0	-6
2	51	67	-16	5	0	-5
3	50	55	-5	1	0	-1
4	54	63	-9	2	0	-2
5	52	62	-10	3	0	-3
6	47	60	-13	4	0	-4
Jumlah T <i>Wilcoxon</i>					0	-21

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai T *Wilcoxon* = -21, sedangkan nilai untuk N = 6 dengan taraf kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$), diperoleh nilai t tabel = 2, berdasarkan nilai tersebut dapat ditunjukkan bahwa nilai t hitung < nilai t tabel, atau $-21 < 2$. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) yang berbunyi rata-rata skor percaya diri sesudah diberikan layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* tidak lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata skor percaya diri sebelum diberikan layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* ternyata ditolak (tidak diterima). Hal tersebut membuktikan bahwa teknik *self disclosure* dapat meningkatkan percaya diri siswa.

Pembahasan

Hasil analisis deskriptif percaya diri siswa kelas XI AKL 1 SMK Negeri 2 Palu sesudah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* mengalami peningkatan. Sejalan dengan beberapa hasil penelitian terdahulu, penelitian ini juga mengungkap bahwa layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* dapat meningkatkan percaya diri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marjanti, S (2015). Membuktikan upaya meningkatkan rasa percaya diri melalui konseling kelompok terdapat peningkatan aktivitas dalam melaksanakan konseling kelompok. Hal ini menunjukkan ada peningkatan signifikan konsentrasi belajar pada siswa. Hasil penelitian oleh Prawesti, FS (2016) membuktikan *Self Esteem* dan *Self Disclosure*, Hasil penelitian ada hubungan *self esteem* dengan *self disclosure*. Keefektifan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, hasil menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di lakukan oleh Imro'atun, S (2017).

Teknik *self disclosure* dilaksanakan sebanyak empat kali pertemuan secara online dikarenakan kondisi Sekolah yang sedang direnovasi dan dalam masa pandemi covid 19 sehingga Sekolah untuk sementara diliburkan dan proses pembelajaran dilaksanakan secara daring., pada Pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Jum'at 23 Oktober 2020 melalui online dengan menggunakan aplikasi *zoom*, pembahasan pertemuan pertama yaitu pengungkapan permasalahan mengenai rendahnya percaya diri melalui layanan konseling kelompok teknik *self disclosure*, menjelaskan tujuan dilaksanakannya konseling kelompok teknik *self disclosure* serta tugas-tugas kemudian pengungkapan permasalahan sekaligus pembahasan permasalahan mengenai rendahnya percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu. Pada pertemuan pertama 6 siswa yang menjadi subjek penelitian hadir dengan suka rela dan merasa senang. Suasana dan dinamika kelompok cukup kondusif, anggota kelompok mengikuti semua kegiatan konseling kelompok teknik *self disclosure*. Dimana pertemuan pertama ini anggota konseli sudah saling akrab antara satu konseli dan konseli lainnya, tetapi konselor melakukan perkenalan kembali dengan anggota kelompok tujuannya agar konselor bisa lebih dekat dengan anggota kelompok. Akan tetapi para anggota masih tetap canggung dan malu untuk membicarakan permasalahan yang terjadi pada diri konseli tersebut seperti siswa FA, NH, NF, dan TO masih ragu dalam mengungkapkan masalahnya, selanjutnya NJ yang masih terlihat malu dalam mengungkapkan masalahnya, serta VA sama sekali tidak berbicara hanya tersenyum jika diajukan pertanyaan untuk mengungkapkan masalahnya tidak lama kemudian siswa berinisial FA mulai menceritakan masalahnya kemudian dilanjutkan oleh NH karena keduanya memiliki permasalahan yang sama yaitu tidak mau atau segan untuk menyebutkan hasil yang dikerjakan karena merasa jawabannya salah, NF dan VA ketika pada saat diskusi mereka merasa gugup dan takut salah jika ingin mengemukakan pendapatnya, NJ, dan TO cenderung tergantung pada orang lain, setelah anggota kelompok selesai menceritakan permasalahan yang mereka alami selanjutnya konselor

meminta persetujuan kepada konseli permasalahan siapa terlebih dahulu yang akan diselesaikan kemudian mereka mengatakan yang terlebih dahulu konseli inisial FA dan NH karena mereka memiliki permasalahan yang sama yaitu tidak mau atau segan untuk menyebutkan hasil yang dikerjakan karena merasa jawabannya salah.. Namun, seiring berjalannya kegiatan suasana kelompok menjadi menyenangkan dengan tingkah lucu dua orang siswa sehingga para anggota kelompok merasa terhibur dan konseli tidak lagi canggung untuk mengemukakan pendapatnya.

Pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Jum'at 30 Oktober 2020, melanjutkan membahas mengenai cara menerapkan layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* untuk meningkatkan percaya diri, konselor menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa teknik *self disclosure* merupakan keterbukaan diri tujuannya agar siswa bisa terlatih berbicara dan mampu mengemukakan pendapatnya dengan cara mereka sendiri. Namun pada pertemuan kedua ini anggota kelompok sepakat membahas masalah yang dihadapi oleh NF dan VA, yaitu pada saat diskusi mereka merasa gugup dan takut salah jika ingin mengemukakan pendapatnya, sesuai dengan yang diungkapkan oleh Triningtyas (dalam Fitri, E, Zola, N, Ifdil, I, 2018: 2) remaja yang kurang percaya diri akan menunjukkan perilaku seperti, tidak bisa berbuat banyak, selalu ragu dalam menjalankan tugas, tidak berani berbicara jika tidak mendapatkan dukungan, menutup diri, cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi, menarik diri dari lingkungan, sedikit melibatkan diri dalam kegiatan atau kelompok, menjadi agresif, bersikap bertahan dan membalas dendam perlakuan yang dianggap tidak adil. kemudian konselor mempersilahkan satu persatu konseli memberikan solusi dari permasalahan yang di hadapi temannya. Setelah itu konselor menambahkan atau menyimpulkan dari saran-saran peserta konseling kelompok teknik *self disclosure* untuk penyelesaian permasalahan konseli inisial NF. Kemudian di lanjutkan untuk penyelesaian masalah VA.

Pertemuan ketiga pada hari Jum'at 06 November 2020, yaitu membahas bagaimana cara meningkatkan percaya diri, dan melanjutkan penyelesaian permasalahan konseli inisial TO dan NJ yaitu sering ragu dan tidak yakin dengan jawaban yang mereka dapatkan sendiri, tingkat percaya diri siswa yang rendah memiliki dampak negatif terhadap prestasi akademik menurut Al-Hebaish (dalam Saputra, WN, Prasetiawan, H 2018: 15). sebelum lebih lanjut membahas masalah TO dan NJ kembali mengevaluasi permasalahan FA, NH, NF, dan VA apakah ada perubahan yang mereka alami, pada pertemuan ini siswa yang menjadi subjek penelitian hadir semua dengan mempersilahkan masing-masing peserta konseling kelompok teknik *self disclosure* untuk menyampaikan tanggapan perihal penyelesaian permasalahan konseli lainnya. Kemudian pada pertemuan ini konselor pemberi penguatan maupun tambahan atas tanggapan penyelesaian permasalahan yang di sampaikan oleh peserta konseling kelompok teknik *self disclosure* terhadap konseli yang ingin diselesaikan permasalahannya dan meyakinkan siswa bahwa pemikiran yang timbul dari dalam diri siswa tersebut adalah pemikiran negatif yang harus dihilangkan karena akan memperburuk diri mereka sendiri kedepannya.

Pertemuan terakhir atau pertemuan ke 4 yaitu pada hari Jum'at 13 November 2020, yaitu membahas mengenai cara mengatasi kurang percaya diri, serta melakukan evaluasi terhadap perubahan percaya diri. Pada pertemuan ini semua siswa yang menjadi subjek hadir semua, dan kegiatan konseling kelompok teknik *self disclosure* berjalan dengan baik dan lancar dan semua anggota kelompok merasa senang dan paham setiap penjelasan yang diberikan konselor mereka selalu menerimanya. Setelah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* siswa termotifasi untuk memperbaiki diri mereka dengan menghilangkan pemikiran-pemikiran negatif yang timbul dari diri mereka sehingga kedepannya menjadi lebih baik.

Hasil *progres* berdasarkan empat kali pertemuan pada pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* dalam lingkup *understanding* (pemahaman) siswa telah memahami *comfortable* (perasaan) siswa menunjukkan perasaan lega dan senang, pada *action* (tindakan) menunjukkan adanya perkembangan perubahan perilaku kearah positif atau lebih baik. Setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* sebanyak empat kali pertemuan selanjutnya melakukan pengukuran percaya diri tahap kedua dengan menggunakan angket percaya diri.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif mengenai percaya diri siswa sesudah diberikan layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* mengalami peningkatan. Sebelumnya pada siswa dengan FA memiliki skor 53 dengan persentase 53% dengan klasifikasi rendah, meningkat menjadi 89 dengan persentase 89% dengan klasifikasi sangat tinggi, karena FA mengalami perubahan ia tidak

lagi lambat dalam mengerjakan tugasnya dan merasa termotivasi dengan adanya konseing kelompok. Selanjutnya siswa NH memiliki skor 51 dengan persentase 51% dengan klasifikasi rendah, meningkat menjadi 67 dengan persentase 67% dengan klasifikasi tinggi, karena NH merasa termotivasi dengan adanya konseling kelompok NH mendapatkan solusi yang baik dari teman-teman kelompoknya dan NH mengalami perubahan yaitu saya berusaha belajar dengan rajin agar mendapat nilai yang baik.

Selanjutnya siswa NF memiliki skor 50 dengan persentase 50% dengan klasifikasi rendah, sedikit meningkat menjadi 55 dengan persentase 55% dengan klasifikasi masih dalam ukuran rendah (tetap), karena NF masih merasakan kesulitan dalam percaya diri, alasannya NF masih merasa cemas ketika diminta mengerjakan soal di depan kelas, akan tetapi NF tetap berusaha untuk mengerjakan soal dengan baik, NF termotivasi dengan adanya kegiatan konseling kelompok NF mendapatkan pencerahan bahwa kecemasan akan menghambat perubahannya dalam percaya diri. Selanjutnya siswa VA memiliki skor 54 dengan persentase 54% dengan klasifikasi rendah, meningkat menjadi 63 dengan persentase 63% dengan klasifikasi tinggi, karena VA merasa termotivasi dengan kegiatan konseling kelompok dan merasa mendapatkan petunjuk solusi yang baik yang VA terima dan belajar menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari bahwa menyelesaikan tugas dengan usaha saya sendiri hasilnya lebih memuaskan daripada menyontek dari teman yang hasilnya belum tentu benar.

Selanjutnya TO memiliki skor 52 dengan persentase 52% dengan klasifikasi rendah, meningkat menjadi 62 dengan persentase 62% dengan klasifikasi tinggi, karena TO mengalami perubahan saya belajar dengan tekun agar prestasi saya meningkat, awalnya saya merasa minder prestasi saya akan menurun karena saya merasa akan tersaing dengan salah satu teman sekelas saya, akan tetapi dengan adanya kegiatan konseling kelompok ini saya mendapat solusi yang baik dari teman-teman kelompok bahwa saya harus terus belajar dengan tekun untuk mempertahankan nilai saya. Dan siswa NJ memiliki skor 47 dengan persentase 47% dengan klasifikasi yang rendah, sedikit meningkat menjadi 60 dengan persentase 60% dengan klasifikasi terhitung masih dalam ukuran rendah (tetap), karena NJ masih merasa kurang baik dalam mengerjakan sesuatu, dan yang menjadi penghambat yaitu munculnya pikiran negatif yang membuat NJ bahwa saya akan sering gagal dalam mengerjakan sesuatu. Akan tetapi kegiatan konseling kelompok dapat membantu NJ untuk selalu berpikiran positif dalam hal apapun karena setiap yang kita kerjakan itu belum tentu semuanya negative maka dari itu belajarlal untuk optimis dengan apa yang di kerjakan.

Hasil analisis inferensial memberikan gambaran bahwa adanya peningkatan percaya diri siswa sesudah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* dibandingkan sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure*. Hal ini diperkuat dengan perolehan nilai t hitung = -21, sedangkan nilai untuk $N = 6$ dengan taraf kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$), diperoleh nilai t tabel = 2, berdasarkan nilai tersebut dapat ditunjukkan bahwa nilai t hitung < t tabel, atau $-21 < 2$. Maka hipotesis nol (H_0) yang berbunyi tidak ada pengaruh pemberian layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* terhadap peningkatan percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu tidak diterima. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* berpengaruh terhadap peningkatan percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu.

Semua siswa yang mengalami peningkatan percaya diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal siswa itu sendiri. Faktor internal yaitu kemauan yang besar dari dalam diri siswa yang ingin merubah pemikiran kearah yang lebih baik sehingga mereka dapat mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* beserta semua tahapan kegiatan mereka melakukannya dengan baik, kemudian keinginan besar dari dalam diri siswa untuk berubah dan dapat melanjutkan kehidupan yang lebih baik. Hal ini dapat diketahui dari pernyataan siswa NH yang menyatakan “iya kak, saya tidak akan lagi berprasangka buruk terhadap pemikiran saya, saya harus berani mengatakan setiap apa yang ada dalam pemikiran saya, salah atau benar setidaknya kita sudah berani untuk mencoba. Kenapa harus takut mengutarakan ide kan kita masih dalam proses belajar, kalau salah bisa diperbaiki”.

Faktor eksternal yang mempengaruhi peningkatan percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* adalah dipengaruhi oleh adanya pendidikan dan lingkungan keluarga, pendidikan dapat membantu siswa untuk pengembangan diri

dimasa depan serta perkembangan yang berorientasi pada keberhasilan dan prestasi, selanjutnya lingkungan keluarga sangat berperan penting dalam pemberian perhatian, dukungan, penghargaan, serta dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dapat mempengaruhi individu dalam pembentukan dan pengembangan kepercayaan diri.

Uraian di atas diperkuat pula oleh pendapat Prasetyawan (dalam Palupi, N, dkk. 2019: 76). Kepercayaan diri memberikan kemampuan individu untuk mengatasi tantangan baru, menyakini diri sendiri dalam situasi sulit, melewati batasan yang menghambat menyelesaikan hal yang belum pernah dilakukan, mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya, dan tidak mengkhawatirkan kegagalan.

Berdasarkan uraian di atas bahwa orang yang percaya diri biasanya menyukai dirinya sendiri, mau mengambil risiko salah ataupun benar informasi yang disampaikan, tetap selalu berpikir positif dengan apa yang disampaikan kepada orang lain, keyakinan dalam diri sendiri lebih penting untuk meningkatkan percaya diri seseorang. Akan tetapi, orang yang tidak memiliki kepercayaan diri merasa kurang mampu mencapai tujuannya, dan cenderung memiliki pandangan negatif kepada dirinya sendiri dan apa yang ingin dia capai dalam hidup.

Bila seseorang menceritakan sesuatu tentang dirinya kepada orang lain secara terbuka, maka sebaliknya orang lainpun cenderung akan mengungkapkan secara terbuka mengenai dirinya pula. Tetapi bila seseorang menceritakan informasi mengenai dirinya kepada orang lain sebagian kecil saja atau tidak terbuka maka orang lainpun akan terbatas dalam menceritakan permasalahannya. Menurut Gainau (dalam Handayani, VF, Arisanti, I, dan Atmasari, A 2019: 49) Pengungkapan diri atau *self disclosure* memberi kesempatan bagi individu untuk membiarkan orang lain memahami siapa dirinya dan apa yang dia pikirkan atau rasakan, dengan mengungkapkan diri individu menciptakan potensi timbulnya kepercayaan, kepedulian, komitmen, perkembangan, penerimaan diri, dan pertemanan.

Berdasarkan uraian di atas bahwa teknik *self disclosure* dapat membantu individu untuk selalu memahami keadaan dirinya dan mampu mendorong dirinya untuk mengungkapkan diri melalui informasi yang diberikan kepada orang lain, sehingga dapat meningkatkan keakraban, kepercayaan diri, dan kekeluargaan.

Dinamika kelompok berperan penting dalam pencapaian tujuan dari pelaksanaan layanan konseling kelompok, pada hal ini pelaksanaan konseling kelompok teknik *self disclosure*. Secara khusus, dinamika kelompok juga berperan penting dalam menyelesaikan dan memecahkan masalah pribadi anggota kelompok menumbuhkan kehangatan dalam kelompok sehingga anggota kelompok dapat berperan aktif selama kegiatan. Anggota kelompok dapat terbuka dalam mengungkapkan pendapat, saran ataupun masalahnya kepada anggota kelompok lainnya, memperoleh pengalaman baru dan terentasnya masalah yang dialami setiap anggota kelompok.

Uraian di atas diperkuat pula oleh pendapat Astuti, (dalam Yani, I, Nurhasanah, Abd, D. 2017: 3) yang mengemukakan bahwa tahap pembentukan atau tahap awal, tahap peralihan atau tahap transisi, tahap kegiatan atau tahap inti dan tahap pengakhiran atau tahap penutup. Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan dengan memafaatkan potensi secara maksimal sehingga terwujudnya kemampuan diri.

Hasil yang diharapkan pada kelompok yaitu dengan anggota memperoleh pemahaman baru dari kegiatan konseling kelompok. Selanjutnya terentasnya masalah anggota dalam kelompok pada kegiatan konseling kelompok. Anggota dapat terbuka dalam mengungkapkan pendapat, saran, ataupun masalah. Terciptanya hubungan yang hangat atau terciptanya dinamika dalam kelompok.

Hasil penelitian yang telah dibahas di atas bahwa peningkatan percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu sebelum dan sesudah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* dari 6 siswa yang menjadi subjek penelitian, terdapat 1 siswa yang mengalami peningkatan percaya diri dari klasifikasi rendah menjadi sangat tinggi, 3 siswa dari klasifikasi rendah menjadi tinggi dan 2 siswa berinisial NF dan NJ masih tetap pada klasifikasi rendah, namun memiliki peningkatan pada skor

angket percaya diri, sehingga dapat dikatakan layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* berpengaruh terhadap peningkatan percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu.

Berdasarkan analisis deskriptif dan inferensial dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan konseling kelompok teknik *self disclosure* dapat meningkatkan percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu. percaya diri siswa lebih tinggi setelah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure*. Hal ini dikarenakan ada perubahan dalam peningkatan percaya diri siswa.

Simpulan

Berdasarkan hasil data yang telah diuraikan pada bab sebelumnya dari hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu dari 6 siswa yang menjadi subjek penelitian, sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure*, yaitu siswa berinisial FA, NH, NF, VA, TO dan NJ memiliki percaya diri yang rendah. Adapun faktor penyebabnya yaitu siswa tidak mau atau segan untuk menyebutkan hasil yang dikerjakan karena merasa jawabanya salah, merasa gugup dan takut salah tiap kali ingin mengemukakan pendapat di kelas, dan sering ragu tidak yakin dengan jawaban yang mereka dapatkan sendiri. Selanjutnya percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu sesudah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *self disclosure*, dari 6 siswa yang menjadi subjek penelitian, terdapat 4 siswa berinisial FA, NH, VA, dan TO memiliki tingkat percaya diri meningkat atau tinggi, dan terdapat 2 siswa berinisial NF dan NJ yang memiliki percaya diri yang tetap atau rendah. Adapun faktor yang mempengaruhi peningkatan percaya diri dipengaruhi oleh keinginan besar dari siswa untuk berubah dan memperbaiki diri kearah yang lebih baik.

Ada pengaruh pemberian layanan konseling kelompok teknik *self disclosure* terhadap peningkatan percaya diri siswa di SMK Negeri 2 Palu.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako yang telah mengizinkan untuk melaksanakan penelitian. Serta ucapan terima kasih terbesar kami sampaikan kepada Kepala Sekolah SMK Negeri 2 Palu atas izinnya kami dapat melaksanakan penelitian ini.

Referensi

- Aristiani, R. (2016). *Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual*. Jurnal Konseling GUSJIGANG. SMA Negeri 2 Kudus. Vol. 2 No. 2.
- Dudi, J. (2017). *Pengungkapan Diri Siswa Dalam Mengikuti Layanan Konseling Kelompok (Studi Kasus Di Man Model Palangkaraya)*. Jurnal Konseling GUSJIGANG. Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Palangkaraya. Vol. 3 No 1.
- Fitri, E, Zola, N, Ifdil, I. (2018). *Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia. Universitas Pendidikan Indonesia, 2 Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy, 3Universitas Negeri Padang. Volume 4 Nomor 1. Hal 1-5.
- Fitri, EV dan Marjohan (2016). *Manfaat Layanan Konseling Kelompok Dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa*. Jurnal Pendidikan Indonesia. Universitas Negeri Malang. Vol. 2 No 2.
- Ifdil I dan Ardi, Z. (2013). *Konsep Dasar Self Disclosure Dan Pentingnya Bagi Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*. Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang. Volume 13 No.1.
- Handayani, VF, Arisanti, I, Atmasari, A. (2019). *Pengaruh Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Terhadap Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Teknologi Sumbawa*. Jurnal Pesisir. Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan. Vol. 2 No 1. Hal 35-46.
- Imro'atun, S. (2017). *Keefektifan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling. Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Paciran. Vol, 2, No 2. 50-57.

-
- Kurniawan, W. (2019). *Relationship Between Think Positive Towards The Optimism Of Psychology Student Learning In Islamic University Of Riau*. Jurnal Nathiqiyah. Program Studi Psikologi Islam, Sekolah Tinggi Agama Islam Diniyah. Vol 2. No 1.
- Mayo, WM, Sugandi, MS. (2018). *Perilaku Komunikasi Komunitas Korea Dalam Pembentukan Modal Sosial (Studi Fenomenologi Pada Komunitas Korea Hansamo Bandung)*. Jurnal Ilmu Komunikasi dan Bisnis. Universitas Telkom. Vol 4. No 1.
- Mirawati, LB. (2017). *Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation Terhadap Kreativitas Mahasiswa Semester I Pgsd Um Surabaya Pada Mata Kuliah Pengantar Manajemen Pendidikan*. Jurnal Pendidikan. Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Surabaya. Vol 6. No 1. Hal 84-97.
- Mulkiyan, M. (2017). *Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa melalui Konseling Kelompok*. Jurnal Konseling Dan Pendidikan. Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Vol. 5 No. 3. Hal 136-142.
- Palupi, N, Dwikurnaningsih, Y, Soesilo, TD. (2019). *Efektivitas Penggunaan Media Bimbingan Dan Konseling Dalam Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas Viii Smp Stella Matutina Salatiga Tahun Ajaran 2018/2019*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan. Universitas Kristen Satya Wacana UKSW) Salatiga. Vol 03 No 01.
- Pemerintah Republik Indonesia. (2003). Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta.
- Perdana, FJ. (2019). *Pentingnya Kepercayaan Diri Dan Motivasi Sosial Dalam Keaktifan Mengikuti Proses Kegiatan Belajar*. Jurnal Edueksos. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon. Vol. VIII No. 2
- Prawesti, FS, dan Dewi, DK. (2016). *Self Esteem Dan Self Disclosure Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Blackberry Messenger*. Jurnal Psikologi Teori dan Terapan. Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Vol.7, No. Hal 1. 1-8.
- Sahrip. (2017). *Pengaruh Interaksi Dalam Keluarga Dan Percaya Diri Anak Terhadap Kemandirian Anak*. Jurnal Golden Age Hamzanwadi University. Universitas Negeri Jakarta Vol. 1 No 1, hal 33-47.
- Santosa, ET, Atmodiwirjo, ET, dan Soetikno, N. (2012). *Efektivitas Kecakapan Hidup Sebagai Pencegahan Penyalahgunaan Tembakau, Alkohol, dan Mariyuana (Studi pada Siswa/i SMPN X)*. Provitae Jurnal Psikologi Pendidikan. Universitas Tarumanagara. Vol. 5, No 1.
- Saputra, WN, Prasetiawan, H. (2018). *Meningkatkan Percaya Diri Siswa melalui Teknik Cognitive Defusion*. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan. Vol 3. No 1. Hal 14-21
- Sari, IP, Hartuti, P, Sulian, I. (2019). *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Interaksi Sosial Siswa Sma Negeri 9 Kota Bengkulu*. Jurnal Ilmiah Bk. Prodi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu. Volume 2 No 1. Hal 75-82.
- Sianturi, PD, Hadiyati, FN, (2019). *Hubungan Antara Self-Disclosure Dengan Alienasi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Suku Batak*. Jurnal Empati. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Vol 8. No 1. Hal 277-283
- Slamet, NN. (2016). *Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman*. Jurnal Hisbah. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Vol. 13, No. 1.
- Sugiyono. (2010). *Metedeologi Penelitian Kuantitatif Kualitatis dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitan Kualitatif, Kuantitatif, R and D*. Bandung: Alfabeta.
- Marjanti, S. (2015). *Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa Xii Ips 6 Sma 2 Bae Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015*. Jurnal Konseling GUSJIGANG. Program Studi Bimbingan dan Konseling University of Muria Kudus is licensed under a [Creative Commons Attribution 3.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/). Vol 1. No 2.
- Widaryati, S. (2013). *Konseling Kelompok*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling . Universitas Ahmad Dahlan. Vol. 2, No. 2.
- Yani, I, Nurhasanah, Abd, D. (2017). *Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengembangkan Kemampuan Sosial Siswa Di Sma Negeri Se-Kota Banda Aceh*. Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Syiah Kuala. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Syiah Kuala. Vol. 2 No. 2, Hal 1-6.
-

Article Information (Supplementary)

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: <Lestari> <2022>

<https://doi.org/10.xxxx/xxxxx>

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count:

First Publication Right: JIBK Undiksha

