

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VIII-4 SMPN 5
PERCUT SEI TUAN**

Khanza Azahaara Pratiwi¹, Muhammad Fauzi Hasibuan², Marlina Sari³

Email : azahaara@gmail.com, fauzihisibuan@umsu.ac.id,

Program Profesi Guru Calon Guru, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Sumatera Utara,
Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan konseling kelompok di kelas VIII-4 SMPN 5 Percut Sei Tuan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dalam bentuk Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Hopkins yang terdiri atas empat tahap: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 32 siswa dengan tingkat kepercayaan diri yang beragam. Instrumen yang digunakan meliputi angket kepercayaan diri, lembar observasi, catatan lapangan, dan wawancara terbuka. Penelitian dilakukan dalam dua siklus dengan masing-masing dua pertemuan konseling kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, yang ditandai dengan peningkatan skor rata-rata dari 54 menjadi 81, serta adanya perubahan perilaku seperti keberanian berbicara, keterlibatan aktif, dan sikap terbuka dalam interaksi sosial. Penelitian ini merekomendasikan agar layanan konseling kelompok dijadikan program rutin dalam mendukung perkembangan psikologis siswa.

Kata Kunci : Kepercayaan Diri, Konseling Kelompok, Penelitian Tindakan Kelas, Siswa Sekolah Menengah Pertama

Abstract

This study aims to improve students' self-confidence through group counseling services in Class VIII-4 of SMPN 5 Percut Sei Tuan. The research employed a qualitative approach in the form of Classroom Action Research (CAR) using the Hopkins model, which consists of four stages: planning, action, observation, and reflection. The subjects were 32 students with varying levels of self-confidence. The instruments used included a self-confidence questionnaire, observation sheets, field notes, and open interviews. The research was conducted in two cycles, each consisting of two group counseling sessions. The results showed that group counseling was effective in enhancing students' self-confidence, as indicated by an increase in the average score from 54 to 81 and behavioral improvements such as increased willingness to speak, active participation, and openness in social interactions. The study recommends implementing group counseling as a regular program to support students' psychological development.

Keywords: Self-Confidence, Group Counseling, Classroom Action Research, Junior High School Students

PENDAHULUAN

Dalam Pendidikan tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pada pengembangan karakter dan kepribadian peserta didik. Salah satu aspek penting dalam pengembangan kepribadian adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan diri sendiri dalam menghadapi berbagai situasi, menyampaikan pendapat, serta mengambil keputusan secara mandiri. Menurut Santrock (Sahin, 2025), kepercayaan diri merupakan faktor penting dalam pembentukan karakter dan keberhasilan siswa dalam menjalani proses pendidikan. Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung aktif, mandiri, dan mampu menyampaikan pendapat secara terbuka. Sebaliknya, siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah

akan menunjukkan sikap ragu-ragu, mudah cemas, serta cenderung pasif dalam mengikuti proses pembelajaran.

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang memadai. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan, khususnya di kelas VIII-4, ditemukan bahwa sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri. Mereka enggan tampil di depan kelas, menunjukkan sikap minder dalam berinteraksi dengan teman maupun guru, serta cenderung menghindari kegiatan yang menuntut keberanian dan keterbukaan (Manurung, 2021). Rendahnya kepercayaan diri ini berimplikasi langsung terhadap proses belajar dan perkembangan sosial-emosional siswa. Ketidakmampuan siswa dalam mengekspresikan ide dan pandangan mereka berdampak pada rendahnya partisipasi dalam diskusi kelas, serta menghambat kemampuan mereka dalam menjalin relasi interpersonal yang sehat (Vania et al., 2019).

Kondisi ini menuntut adanya intervensi yang tepat guna membantu siswa mengembangkan rasa percaya diri. Salah satu layanan yang dapat dimanfaatkan adalah konseling kelompok. Corey (Efendi et al., 2023) menjelaskan bahwa konseling kelompok merupakan pendekatan yang efektif dalam bimbingan dan konseling untuk mengatasi berbagai permasalahan psikologis, termasuk rendahnya kepercayaan diri. Dalam konseling kelompok, siswa mendapatkan ruang yang aman dan suportif untuk berbagi pengalaman, menerima umpan balik konstruktif, serta belajar dari pengalaman teman sebaya. Interaksi dalam kelompok kecil ini dapat membangun rasa kebersamaan, dukungan sosial, serta memperkuat keyakinan individu terhadap dirinya.

Berbagai penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa konseling kelompok mampu memberikan dampak positif dalam pengembangan diri siswa, terutama dalam meningkatkan kepercayaan diri (DARU, 2020). Yusuf (Tarigan et al., 2024) menyatakan bahwa partisipasi siswa dalam konseling kelompok dapat memfasilitasi pengembangan aspek intrapersonal, seperti harga diri dan kepercayaan diri, serta meningkatkan kemampuan komunikasi dan interaksi sosial (Lattu, 2018).

Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok belum sepenuhnya dimanfaatkan secara optimal oleh pihak sekolah, terutama dalam menangani kasus-kasus kepercayaan diri rendah di kalangan siswa (Kartika, 2024). Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan sumber daya, kurangnya pemahaman guru BK mengenai penerapan konseling kelompok secara efektif, atau rendahnya motivasi siswa untuk mengikuti program tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti memandang perlu untuk mengkaji lebih lanjut bagaimana konseling kelompok dapat diterapkan secara sistematis dan efektif guna meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII-4 di SMPN 5 Percut Sei Tuan. Penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan gambaran empiris mengenai pelaksanaan layanan konseling kelompok, tetapi juga memberikan kontribusi terhadap pengembangan praktik bimbingan dan konseling di sekolah (Desi, 2022; Saputri, Akrom, Muhlis, & Muthoharoh, 2019).

Kajian Teori

Kajian Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi situasi, mengambil keputusan, dan menjalin relasi sosial. Lauster (Aulia & Saragih, 2024) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan sikap menerima dan menghargai diri sendiri secara realistis dan bertanggung jawab. Siswa yang percaya diri cenderung menunjukkan sikap terbuka, mandiri, dan optimis dalam menghadapi tantangan.

Menurut Goleman (1995), siswa dengan kepercayaan diri rendah akan lebih sering menghindari situasi yang memerlukan penampilan di depan umum dan menunjukkan keraguan terhadap dirinya sendiri.

Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah layanan bimbingan psikologis yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas masalah-masalah pribadi atau sosial secara terbuka dalam suasana saling mendukung (Yuniarti et al., 2024). Konseling ini memberikan ruang aman bagi siswa untuk mengungkapkan pengalaman pribadi, mendengar pengalaman teman, dan membangun insight bersama. Prayitno & Amti (Ardini & Rosmila, 2021) menjelaskan bahwa dalam konseling kelompok, interaksi antaranggota menjadi sumber utama perubahan perilaku, termasuk dalam meningkatkan kepercayaan diri.

Hubungan Konseling Kelompok dengan Kepercayaan Diri

Jacobs, Masson & Harvill (Maryati et al., 2025) menyebutkan bahwa konseling kelompok dapat menciptakan rasa keterikatan emosional dan saling percaya antaranggota, yang pada akhirnya meningkatkan kepercayaan diri melalui self-disclosure, feedback, dan dukungan emosional (Muliarahmat & Prasetiawan, 2021). Teknik-teknik seperti role playing, peer feedback, dan diskusi terbuka secara signifikan mampu meningkatkan keberanian siswa tampil dan menyuarakan pendapat (Fadhilah et al., 2021).

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut Goleman (Sahin, 2025), faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri meliputi:

1. Pengalaman pribadi, khususnya keberhasilan atau kegagalan.
2. Pola asuh keluarga, terutama yang suportif dan demokratis (Susi Fitri & Revitia Thalita Salsabila, 2020)
3. Lingkungan sosial dan sekolah, yang memberi ruang apresiasi dan tidak menekan.
4. Kondisi fisik dan penampilan, yang berpengaruh terhadap citra diri.
5. Faktor psikologis, seperti harga diri dan regulasi emosi.
6. Media sosial, yang dapat memunculkan perbandingan tidak sehat dengan orang lain.

Ciri-Ciri Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (Suryanti, 2019), ciri-ciri individu yang percaya diri antara lain:

1. Berani menyampaikan pendapat
2. Mandiri dan bertanggung jawab
3. Mampu menerima kritik dan menghadapi kegagalan
4. Mudah bergaul
5. Tegas dalam bahasa tubuh
6. Optimis dan berpikir positif
7. Mengenal dan menghargai diri sendiri

Penelitian yang Relevan

Yusuf (Faiz et al., 2018).

Menunjukkan peningkatan signifikan kepercayaan diri siswa SMP setelah mengikuti konseling kelompok empat sesi.

Putri & Fitriani (Ulfa & Suarningsih, 2018).

Menggunakan pendekatan humanistik, penelitian ini menyatakan bahwa siswa menjadi lebih terbuka dan yakin setelah konseling kelompok.

Fadillah (Telaumbanua, 2018)

Meningkatkan partisipasi aktif siswa yang pendiam melalui konseling kelompok berbasis tindakan kelas.

Andini (Messakh, 2019).

Menerapkan teknik sharing dan motivasi personal yang efektif untuk meningkatkan self-confidence siswa SMP.

Wulandari (2021)

Menunjukkan bahwa teknik naratif dalam kelompok meningkatkan keberanian siswa berbicara dan menyampaikan ide.

Kerangka Konseptual

Kepercayaan diri merupakan modal dasar bagi keberhasilan siswa, baik dalam pendidikan maupun kehidupan sosial. Kurangnya kepercayaan diri menghambat siswa mengekspresikan diri, bersosialisasi, dan berpartisipasi dalam proses belajar (Kurniati, 2018). Konseling kelompok hadir sebagai intervensi strategis yang melibatkan siswa dalam interaksi terbuka, saling mendukung, dan menyadari potensi diri.

Peneliti akan mengelompokkan siswa yang menunjukkan kepercayaan diri rendah, kemudian melaksanakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan partisipatif. Harapannya, setelah proses tersebut, kepercayaan diri siswa akan meningkat, yang ditunjukkan dengan keberanian berpendapat, tampil di depan umum, dan aktif dalam proses belajar di SMPN 5 Percut Sei Tuan

METHOD

Metode Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan bentuk Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan konseling kelompok. Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu menggambarkan secara mendalam dinamika proses perubahan perilaku siswa dalam konteks alami, khususnya selama berlangsungnya layanan konseling kelompok (Harahap & Chita, 2021). Model PTK yang digunakan adalah model Hopkins yang terdiri dari empat tahapan utama, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi, yang dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus dirancang untuk mengidentifikasi masalah, menguji intervensi, serta melakukan evaluasi guna perbaikan tindakan pada siklus berikutnya (Wahyuningsih, 2020). Fokus utama penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dampak konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VIII-4 SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan (Nasution & Abdillah, 2019).

Penelitian dilaksanakan selama bulan April hingga Mei 2025 dengan subjek penelitian sebanyak 32 siswa yang memiliki karakteristik rendahnya kepercayaan diri dalam interaksi sosial. Proses pengumpulan data dilakukan melalui berbagai instrumen seperti angket kepercayaan diri, lembar observasi, catatan lapangan, dan wawancara terbuka. Data dianalisis menggunakan teknik analisis data kualitatif model Miles dan Huberman yang mencakup reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Indikator keberhasilan ditentukan melalui peningkatan skor kepercayaan diri minimal 20% dari skor awal, perubahan perilaku positif siswa dalam kegiatan kelompok, serta partisipasi aktif siswa dengan tingkat kehadiran minimal 85% selama sesi konseling berlangsung

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus yang masing-masing terdiri dari tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi (Umam & Hasanah, 2023). Tujuan utamanya adalah untuk mengetahui sejauh mana layanan konseling kelompok mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII-4 SMPN 5 Percut Sei Tuan.

Hasil Observasi Awal (Pra-Siklus)

Dari hasil angket awal dan observasi, diketahui bahwa sebagian besar siswa menunjukkan tanda-tanda rendahnya kepercayaan diri:

Tabel 1. Hasil Observasi Awal (Pra-Siklus) Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII-4 SMPN 5 Percut Sei Tuan

No	Indikator Kepercayaan Diri	Jumlah Siswa Menunjukkan Gejala	Persentase (%)	Keterangan
1	Takut berbicara di depan umum	24 siswa	75%	Sangat dominan
2	Kurang berani mengemukakan pendapat	22 siswa	69%	Cukup dominan
3	Pasif dalam diskusi kelompok	20 siswa	63%	Perlu intervensi
4	Menghindari interaksi sosial tertentu (malu, canggung)	18 siswa	56%	Perlu perhatian khusus
Rata-rata skor angket kepercayaan diri siswa		54 dari 100	-	Kategori Rendah

Sumber: Data Observasi dan Angket Kepercayaan Diri Siswa Pra-Siklus, April 2025

Rata-rata skor kepercayaan diri siswa pada tahap awal adalah **54 dari skor maksimal 100**, berada dalam kategori **rendah**.

Hasil Siklus I

Setelah pelaksanaan dua kali pertemuan konseling kelompok pada Siklus I, terjadi peningkatan partisipasi aktif siswa. Siswa mulai menunjukkan keberanian untuk menyampaikan pendapat dalam kelompok kecil.

Tabel 2. Hasil Observasi Kepercayaan Diri Siswa pada Siklus I

No	Indikator Perubahan Kepercayaan Diri	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Keterangan
1	Siswa mulai aktif bertanya dan menanggapi	19 siswa	60%	Mulai aktif
2	Menunjukkan bahasa tubuh yang terbuka (kontak mata, postur tegap)	8 siswa	25%	Masih terbatas
Rata-rata skor kepercayaan diri siswa		68/100	-	Kategori Sedang

Sumber: Hasil Observasi & Angket Siklus I, April 2025

Namun demikian, beberapa siswa masih terlihat ragu dan belum sepenuhnya terlibat dalam diskusi. Oleh karena itu, tindakan diperbaiki pada Siklus II.

Hasil Siklus II

Pada Siklus II, konseling kelompok difokuskan pada teknik *role playing*, *self-disclosure*, dan pemberian *positive reinforcement* yang lebih intensif. Hasilnya, peningkatan kepercayaan diri siswa terlihat lebih signifikan.

Tabel 3. Hasil Observasi Kepercayaan Diri Siswa pada Siklus II

No	Indikator Kepercayaan Diri	Perubahan	Jumlah Siswa	Persentase (%)
1	Aktif dalam diskusi dan simulasi (role playing)		27 siswa	85%
2	Menunjukkan ekspresi percaya diri (berani tampil, berbicara terbuka)		29 siswa	90%
	Rata-rata skor kepercayaan diri siswa		81/100	-

Berdasarkan hasil tersebut, tindakan yang diterapkan dinilai **berhasil** mencapai tujuan penelitian.

Tabel 5. Perbandingan Skor Kepercayaan Diri Antarsiklus

Tahap	Rata-Rata Skor Kepercayaan Diri	Kategori	Keterangan
Pra-Siklus	54	Rendah	Banyak siswa pasif, malu, tidak percaya diri
Siklus I	68	Sedang	Mulai aktif, tapi belum merata
Siklus II	81	Tinggi	Mayoritas siswa menunjukkan ekspresi percaya

Peningkatan skor dari 54 (pra-siklus) menjadi 81 (siklus II) menunjukkan efektivitas layanan konseling kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Intervensi seperti diskusi kelompok, role playing, dan positive reinforcement memberikan ruang yang aman bagi siswa untuk mengenal, menerima, dan mengekspresikan diri. Hal ini didukung teori Corey (2012) dan penelitian Putri & Fitriani (2020) bahwa konseling kelompok efektif untuk pembentukan rasa percaya diri melalui interaksi interpersonal yang suportif.

Pembahasan

Dalam Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa (Nadhifa et al., 2020). Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Corey (2012) bahwa konseling kelompok memungkinkan individu belajar dari pengalaman orang lain dalam lingkungan yang aman dan suportif (Wulandari et al., 2022).

Intervensi konseling kelompok mendorong:

- Penerimaan diri: siswa merasa dihargai dan didengar
- Interaksi sosial: siswa membangun keberanian melalui dukungan teman
- Refleksi personal: siswa menyadari potensi dan kelebihan dirinya

Dukungan hasil ini juga diperkuat oleh penelitian Putri & Fitriani (2020) yang menyatakan bahwa konseling kelompok mampu meningkatkan rasa percaya diri remaja dalam menghadapi tantangan sosial dan akademik. Dengan demikian, penerapan layanan konseling kelompok terbukti menjadi strategi yang efektif dan aplikatif untuk membantu siswa mengatasi permasalahan rendahnya kepercayaan diri

KESIMPULAN

Khanza Azahaara Pratiwi, Muhammad Fauzi Hasibuan, Marlina Sari| Penerapan Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII-4 SMPN 5 Percut Sei Tuan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan melalui dua siklus tindakan, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII-4 SMPN 5 Percut Sei Tuan. Efektivitas tersebut tercermin dari peningkatan signifikan dalam partisipasi aktif siswa, keberanian dalam mengemukakan pendapat, serta keterbukaan dalam berinteraksi sosial. Peningkatan kepercayaan diri juga tercermin dari skor rata-rata yang mengalami kenaikan dari 54 (kategori rendah) menjadi 81 (kategori tinggi) setelah dua siklus konseling kelompok. Dengan demikian, konseling kelompok terbukti sebagai strategi layanan yang relevan dan aplikatif dalam upaya pemberdayaan psikologis siswa, khususnya dalam aspek penguatan kepercayaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardini, F. M., & Rosmila, M. (2021). Profil Perencanaan Karir Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas Mathla'ul Anwar. *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 4(1), 9–16. <https://doi.org/10.33541/Jsvol2iss1pp1>
- Aulia, R. R., & Saragih, N. A. (2024). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Perilaku Bullying Pada Siswa Kelas X Disma Negeri 14 Medan Tahun Ajaran 2022/2023. *Variable Research Journal*, 1(01), 86–98. <https://variablejournal.my.id/index.php/Vrj/article/view/13>
- Daru, A. (2020). *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modelling Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Pada Anak Di Desa Keputran Kabupaten Pringsewu Tahun 2020*. Uin Raden Intan Lampung.
- Desi, P. (2022). Jurnal Pendidikan Dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(1980), 1349–1358.
- Efendi, S., Azwar, B., & Hartini, H. (2023). *Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Komunikasi Melalui Bimbingan Kelompok Di Man 01 Kepahiang*. Institut Agama Islam Negeri Curup. <http://e-theses.iaincurup.ac.id/id/eprint/5596>
- Fadhilah, M. F., Alkindi, D., & Muhid, A. (2021). Cyber Counseling Sebagai Metode Meningkatkan Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah: Studi Literature. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(1), 86–94. <https://doi.org/10.25273/Counsellia.V11i1.8393>
- Faiz, A., Dharmayanti, A., & Nofrita, N. (2018). Etika Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendekatan Filsafat Ilmu. *Indonesian Journal Of Educational Counseling*, 2(1), 1–12. <https://doi.org/10.30653/001.201821.26>
- Harahap, P., & Chita, A. (2021). *Prosedur Kelompok Dalam Konseling*. Yogyakarta: Mirra Buana Media.
- Kartika, D. R. (2024). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Berbicara Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Pada Siswa Kelas Viii Di Smp N 22 Kota Jambi*. Universitas Jambi. <https://repository.unja.ac.id/id/eprint/62493>
- Kurniati, E. (2018). Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah; Prinsip Dan Asas. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 54–60. <https://doi.org/10.31604/Ristekdik.2018.V3i2.54-60>
- Lattu, D. (2018). Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Pada Sekolah Penyelenggara Pendidikan Inklusi. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 2(1), 61–67. <https://doi.org/10.30598/Jbkt.V2i1.236>
- Manurung, P. (2021). Pemanfaatan Sumber Belajar Dalam Bidang Bimbingan Dan Konseling. *Hikmah*, 17(2), 115–127. <https://doi.org/10.53802/Hikmah.V17i2.96>
- Maryati, L., Fadila, F., & Sumarto, S. (2025). *Meningkatkan Kecerdasan Sosial Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Dalam Mengatasi Masalah Bullying Di Sma Negeri 4 Rejang Lebong*. Institut Agama Islam Negeri Curup. <http://e-theses.iaincurup.ac.id/id/eprint/8251>

- Khanza Azahaara Pratiwi, Muhammad Fauzi Hasibuan, Marlina Sari| Penerapan Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII-4 SMPN 5 Percut Sei Tuan
- Messakh, B. J. T. (2019). Dimensi Pastoral Dalam Doa: Menemukanali Praktik Doa Yang Bertanggungjawab Dalam Pelayanan Pendampingan Dan Konseling Pastoral. *Jurnal Abdiel: Khazanah Pemikiran Teologi, Pendidikan Agama Kristen Dan Musik Gereja*, 3(2), 33–46. <https://doi.org/10.37368/Ja.V3i2.95>
- Muliarahmat, A., & Prasetiawan, H. (2021). Keefektifan Layanan Konseling Kelompok Teknik Self-Management Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan*, 1.
- Nadhifa, F., Habsy, B. A., & Ridjal, T. (2020). Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Madrasah Ibtidaiyah, Efektifkah? *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 34(1), 49–58. <https://doi.org/10.21009/Pip.341.6>
- Nasution, H. S., & Abdillah, S. A. (2019). *Bimbingan Konseling “Konsep, Teori Dan Aplikasinya”*. Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (Lpppi).
- Sahin, A. (2025). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa: A Systematic Literature Review (Slr). *Journal Of Psychology And Education Counseling (Jpec)*, 1(1).
- Saputri, G. Z., Akrom, Muhlis, M., & Muthoharoh, A. (2019). Efek Konseling Menggunakan Brief Counseling 5a Modifikasi Disertai Pesan Motivasional Farmasis Dalam Peningkatan Perilaku Dan Outcome Klinik Pasien Diabetes Melitus Dengan Hipertensi Rawat Jalan Di Rsud Panembahan Senopati, Bantul. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 8(1), 31–41.
- Suryanti, S. (2019). Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Analisis Fakta Sosial Berbasis Konseling Feminis Terhadap Ketimpangan Gender). *Musawa: Journal For Gender Studies*, 10(1), 1–22. <https://doi.org/10.24239/Msw.V10i1.385>
- Susi Fitri, & Revitia Thalita Salsabila. (2020). Gambaran Self-Compassion Guru Bimbingan Dan Konseling Pada Jenjang Sma Negeri Se-Dki Jakarta. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(2), 179–192. <https://doi.org/10.21009/Insight.092.08>
- Tarigan, N. B., Harahap, A. C. P., & Manurung, P. (2024). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Homeroom Untuk Meningkatkan Self Disclosure Anak Panti Asuhan. *Cons-Iedu*, 4(2), 168–183. <https://doi.org/10.51192/Cons.V4i2.886>
- Telaumbanua, K. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Lahusa. *Jurnal Education And Development*, 4(1), 25. <https://doi.org/10.37081/Ed.V4i1.248>
- Ulfa, M., & Suarningsih, N. K. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas Viii Smpn 1 Kapontori. *Psikologi Konseling*, 12(1). <https://doi.org/10.24114/Konseling.V12i1.12181>
- Umam, A. K. U., & Hasanah, M. (2023). Teknik Self-Management Pada Layanan Konseling Untuk Peningkatan Kedisiplinan Siswa. *Al-Murabbi: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 9(2), 57–66.
- Vania, N. R., Supriatna, E., & Fatimah, S. (2019). Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Dalam Rangka Pengelolaan Stres Akademik Peserta Didik Kelas Viii Smp. *Fokus: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 2(6), 250–264.
- Wahyuningsih, D. D. (2020). *Panduan Untuk Konselor Teknik Self Management Dalam Bingkai Konseling Cognitive Behavior Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Smp*. Penerbit Cv. Sarnu Untung.
- Wulandari, S. R. I. (2021). *Efektivitas Konseling Kelompok Terhadap Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Di Smk Muhammadiyah 3 Terpadu Pekanbaru*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. <https://doi.org/10.21009/Repository.Uin-Suska.Ac.Id/Id/Eprint/57163>
- Wulandari, T., Syukur, Y., Netrawati, N., & Hariko, R. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar

- Khanza Azahaara Pratiwi, Muhammad Fauzi Hasibuan, Marlina Sari| Penerapan Konseling Kelompok Terhadap Peningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII-4 SMPN 5 Percut Sei Tuan Siswa. *Jpgi (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 7(2), 376–380.
<https://doi.org/10.29210/022282jpgi0005>
- Yuniarti, D., Hartini, H., & Rizal, S. (2024). *Analisis Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Bullying Di Smpn 5 Rejang Lebong*. Institut Agama Islam Negeri Curup.
<http://e-theses.iaincurup.ac.id/eprint/7517>