

## EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK KURSI KOSONG UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA

HUMAIRA, FAUZI ALDINA\*, ZAMRATUL AINI

Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Universitas Jabal Ghafur

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan munculnya siswa yang mengalami mengenai rendahnya percaya diri, seseorang yang percaya dirinya rendah akan merasa tidak ada kemauan yang timbul dalam dirinya dan tidak adanya usaha, merasa pesimis, selalu bergantung pada orang lain, mudah sekali menyerah, sulit menyesuaikan diri, selalu merasa tidak memiliki mental dan fisik yang menunjang, serta tidak mampu memanfaatkan kelebihan yang ada pada dirinya. Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektivitas konseling individual dengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 1 Keumala. Penelitian termasuk penelitian eksperimen. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas I SMA N 1 Keumala yang berjumlah 95 orang siswa. Adapun teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah 20 orang terbagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Instrumen yang digunakan adalah model skala *likert*. Pengujian hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon*. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai *asympt sign.(2-tailed)* lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0,000 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan tingkat perbedaan nilai rata-rata kelompok eksperimen (53,75) lebih besar dari kelompok kontrol (28,85) dengan nilai rata-rata *Gain Score* (24,9), hal ini menunjukkan bahwa konseling individual dengan teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA N 1 Keumala.

Kata-kata kunci: Bimbingan individu, kursi kosong, kepercayaan diri

### Abstract

This research is motivated by the emergence of students who experience low self-confidence, someone who has low self-confidence will feel that there is no will that arises in him and there is no effort, feel pessimistic, always depend on others, give up easily, find it difficult to adjust, always feel that they do not have mental and physical support, and are unable to take advantage of the advantages that exist in themselves. The purpose of this study was to determine the effectiveness of individual counseling with the empty chair technique to increase the confidence of the students of SMAN 1 Keumala. Research includes experimental research. The population of this study were all first grade students of SMA N 1 Keumala, totaling 95 students. as for the sampling technique using simple random sampling with a total of 20 people divided into 2 groups, namely the control group and the experimental group. The instrument used is a Likert scale model. Hypothesis testing using the Wilcoxon test. Based on the results of the study, the *asympt sign (2-tailed)* value is smaller than the critical value of 0.005 ( $0.000 \leq 0.005$ ), this indicates that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, with the difference in the average value of the experimental group (53.75) being greater from the control group (28.85 with the average value of *Gain Score* (24.9), this shows that individual counseling with the empty chair technique is effective in increasing student confidence in SMA N 1 Keumala.

Key words: Individual guidance, empty chair, confidence

---

\*Penulis Korespondensi.

Email: humaira@gmail.com, fauzialdina@unigha.ac.id\*, zamratulaini@unigha.ac.id

## PENDAHULUAN

Pergaulan remaja saat ini perlu mendapat perhatian serius dan bahkan khusus mengingat perkembangan arus modernisasi sangat berdampak pada perilaku yang tidak terkontrol juga pergeseran moralitas dan keimanan. Pada masa remaja ini, semua pihak harus mengawasi bertanggungjawab untuk mencegah terjadinya kemerosotan moralitas generasi muda sebagai dampak dari modernisasi. Salah satu pihak yang berperan besar terhadap perkembangan remaja adalah orang tua. Orang tua memiliki tanggung jawab dalam mengawasi tingkah laku anak, namun tidak berhak bertindak otoriter terhadap anak. Orang tua dapat menjalankan fungsi sebagai orang tua dengan baik diantaranya memberikan kasih sayang, pendidikan budi pekerti, serta mengajarkan cinta kasih terhadap sesama sehingga terjadi keselarasan antara anak dan dirinya serta lingkungan keluarganya (Farozin, 2016:230-231).

Selain keluarga, sekolah juga bertanggung jawab untuk mendukung perkembangan siswa, salah satunya melalui layanan bimbingan dan konseling. Menurut Komalasari (2016:320), bimbingan dan konseling di sekolah diselenggarakan untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik atau konseli agar mampu mengaktualisasikan

potensi dirinya atau mencapai perkembangan secara optimal. Fasilitasi dimaksudkan sebagai upaya memperlancar proses perkembangan peserta didik atau konseli, karena secara kodrati setiap manusia berpotensi tumbuh dan berkembang untuk mencapai kemandirian secara optimal.

Layanan bimbingan dan konseling dalam implementasi kurikulum 2013 dilaksanakan oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling sesuai dengan tugas pokoknya dalam upaya membantu tercapainya tujuan pendidikan nasional dan khususnya membantu peserta didik atau konseli mencapai perkembangan diri yang optimal, mandiri, sukses, sejahtera dan bahagia dalam kehidupannya. Untuk mencapai tujuan tersebut, sangat diperlukan layanan bimbingan dan konseling sebagai sarana memandirikan siswa dengan berbagai layanan yang ada dalam konseling, salah satunya dengan layanan konseling individual. Konseling individual merupakan layanan konseling yang dilakukan oleh tenaga profesional seperti guru BK atau konselor dalam menangani masalah individu dalam rangka pengentasan masalah-masalah pribadi individu (Hasibuan, 2013). Layanan konseling individual baik dilaksanakan dalam suasana tatap muka atau interaksi langsung dengan berbagai pendekatan dan teknik yang mumpuni salah satunya Gestalt dengan *empty*

*chair* yang bertujuan untuk pengentasan masalah yang dialami oleh individu (Lestari, Baharudin, & Dwiyantri, 2021).

Penelitian ini menggunakan teknik yang berasal dari pendekatan Gestalt dengan *empty chair* (kursi kosong). Teknik kursi kosong digunakan untuk membangkitkan dialog bermuatan emosi yang dialami konseli terhadap individu-individu penting, meskipun tidak secara nyata hadir dalam kehidupan konseli atau mendiskusikan dialog konflik intrapsikis.

Berdasarkan fenomena lapangan yang dilakukan pada 10 Oktober 2019 di SMA Negeri 1 Keumala, diperoleh data bahwa adanya siswa yang memiliki masalah tentang percaya diri yang rendah, hal ini diketahui dari pengamatan peneliti bahwa terdapat peserta didik yang takut untuk maju ke depan kelas untuk mengerjakan soal di papan tulis ataupun malu-malu untuk melakukan presentasi dan masih canggung untuk berbicara di depan umum.

Konseling individual dengan teknik kursi kosong, introyeksi akan terlihat dan konseli dapat merasakan konflik yang dirasakan secara lebih real. Konflik tersebut akan dapat diselesaikan dengan penerimaan dan integrasi antara kedua peran tersebut. Teknik ini juga membantu konseli untuk merasakan perasaannya tentang konflik perasaan dengan

mengalami secara penuh (Bradley, 2015:113-114).

Menurut Eftika (2018:19), percaya diri merupakan perasaan yang mendalam pada batin seseorang, bahwa ia mampu berbuat sesuatu untuk dirinya, keluarga, masyarakat, umat, dan agamanya yang memotivasi untuk optimis, kreatif dan dinamis yang positif. Percaya diri adalah modal dasar bagi manusia dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri.

Melihat fenomena tersebut maka sebagai praktisi bimbingan dan konseling, penulis mencoba untuk melakukan sebuah penelitian, dimana penelitian melakukan sebuah tindakan untuk membantu peserta didik yang mengalami percaya diri yang rendah.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Keumala. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pretest-Posttest Control Group design*. Menurut Sugiyono (2011:113) dalam desain ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, kemudian diberi pretest untuk mengetahui keadaan awal, adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas I SMA N 1 Keumala yang berjumlah 95 orang siswa. Dalam penelitian

ini, teknik sampling yang digunakan dengan cara pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Alasan pemilihan sampel dengan menggunakan teknik *simple random sampling* berdasarkan kriteria siswa dengan tingkat kepercayaan diri rendah sebanyak 20 siswa kelas 1 SMA Negeri 1 Keumala.

Data yang telah terkumpul selanjutnya dianalisis dengan menggunakan Uji *Wilcoxon*. Menurut Cornelius (2009:148), Uji *Wilcoxon* merupakan penyempurnaan dari uji tanda. Uji ini disebut juga uji peringkat/rangking bertanda. Hal ini karena disamping memberi tanda positif (+) dan negative (-) untuk menunjukkan perbedaan dalam pengujian, dilakukan pula pemberian peringkat/rangking pada perbedaan tersebut. Sedangkan kaidah pengambilan keputusan terhadap hipotesis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* ini dilakukan berdasarkan angka probabilitas, dasar pengambilan keputusannya, yaitu: Jika probabilitas  $< 0,05$  maka  $H_0$  diterima. Jika probabilitas  $> 0,05$  maka  $H_0$  ditolak.

Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon* dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS, hasil dari pengujian ini kemudian disimpulkan untuk membuktikan bahwa teknik kursi kosong ini efektif untuk menangani peserta didik dengan kepercayaan diri yang rendah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini disajikan kondisi kepercayaan diri siswa berdasarkan hasil penelitian terhadap kelompok kontrol.

Kondisi Kepercayaan diri siswa Kelompok Kontrol

No Responden	Kelas Kontrol	
	Skor	Kategori
1	21	Rendah
2	19	Rendah
3	21	Rendah
4	23	Rendah
5	18	Rendah
6	23	Rendah
7	24	Rendah
8	24	Rendah
9	20	Rendah
10	21	Rendah
11	47	Tinggi
12	22	Rendah
13	41	Sedang
14	40	Sedang
15	31	Sedang
16	34	Sedang
17	48	Tinggi
18	36	Sedang
19	25	Rendah
20	39	Sedang
<b>Rata-rata</b>	<b>28,85</b>	<b>Rendah</b>

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui kondisi kepercayaan diri siswa pada kelas kontrol berada pada kategori rendah, hal tersebut dikarenakan kelas kontrol tidak diberikan perlakuan berupa konseling individual dengan teknik kursi kosong. Dari data tersebut, perolehan skor rata-rata siswa

kelompok kontrol sebesar 28,85 yakni tingkat kepercayaan diri siswa berada pada kategori rendah.

Data penelitian yaitu dengan memberikan *posttest* setelah dilaksanakan konseling individual dengan teknik kursi kosong.

Kondisi Kepercayaan diri siswa Kelompok Eksperimen

No Responden	Kelas Eksperimen	
	Skor	Kategori
1	56	Sangat Tinggi
2	48	Tinggi
3	53	Tinggi
4	63	Sangat Tinggi
5	61	Sangat Tinggi
6	46	Tinggi
7	63	Sangat Tinggi
8	47	Tinggi
9	64	Sangat Tinggi
10	45	Tinggi
11	62	Sangat Tinggi
12	41	Sedang
13	62	Sangat Tinggi
14	63	Sangat Tinggi
15	44	Tinggi
16	58	Sangat Tinggi
17	63	Sangat Tinggi
18	44	Tinggi
19	40	Sedang
20	52	Tinggi
<b>Rata-rata</b>	<b>53,75</b>	<b>Tinggi</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui kondisi kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen mengalami perubahan atau peningkatan setelah diberikan perlakuan berupa konseling individual dengan teknik

kursi kosong. Dari data tersebut, didapati perolehan skor rata-rata siswa kelompok eksperimen sebesar 53,75 yakni berada pada kategori tinggi.

Setelah diberikan konseling individual dengan teknik kursi kosong terhadap kelompok eksperimen didapati hasil perbedaan kondisi kepercayaan diri siswa dan gain score peningkatan pada kelompok eksperimen sebagai berikut:

Hasil Perbandingan Kelas Eksperimen, Kontrol dan *Gain Score*

No	Kelas		Gain Score
	Kontrol	Eksperimen	
1.	21	56	35
2.	19	48	29
3.	21	53	32
4.	23	63	40
5.	18	61	43
6.	23	46	23
7.	24	63	39
8.	24	47	23
9.	20	64	44
10.	21	45	24
11.	47	62	15
12.	22	41	19
13.	41	62	21
14.	40	63	23
15.	31	44	13
16.	34	58	24
17.	48	63	15
18.	36	44	8
19.	25	40	15
20	39	52	13
<b>Total</b>	<b>577</b>	<b>1075</b>	<b>498</b>
<b>Rata-rata</b>	<b>28.85</b>	<b>53.75</b>	<b>24.9</b>

Berdasarkan tabel 4.6, dapat diketahui bahwa hasil perhitungan rata-rata antara kelas kontrol dan kelas eksperimen yaitu mengalami peningkatan dengan perolehan rata-rata skor kelas kontrol < kelas

eksperimen. Maka dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian perlakuan konseling individual dengan teknik kursi kosong pada kelas eksperimen terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa.

Untuk menjawab rumusan masalah yang diajukan, maka uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui efektivitas konseling individual dengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA N 1 Keumala.

Pengolahan data dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 17. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ho : Bimbingan individual dengan teknik kursi kosong tidak efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 1 Keumala.

Ha : Bimbingan individual dengan teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMAN 1 Keumala.

Adapun hasil perhitungan uji hipotesis Wilcoxon dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Test Statistics<sup>b</sup>**

	KEPERCAYAAN_DIRI
Mann-Whitney U	16.000
Wilcoxon W	226.000
Z	-4.982
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 <sup>a</sup>

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: KELOMPOK

Sumber: Data Olahan SPSS (2021)

Berdasarkan Tabel di atas, diperoleh nilai *asympt.sig.(2-tailed)* lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0,000 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima, selain itu nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari nilai rata-rata kelompok kontrol ( $594.0 \geq 226.0$ ), hal ini menunjukkan bahwa bimbingan individual dengan teknik kursi kosong dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 1 Keumala. Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan individual dengan teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 1 Keumala.

Jadi, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling individual dengan teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA N 1 Keumala yang ditunjukkan oleh perolehan perhitungan dengan bantuan software analitik SPSS versi 17.0 dan pengujian yang digunakan adalah uji Wilcoxon ini dilakukan berdasarkan angka probabilitas didapatkan nilai *asympt sign.(2-tailed)* lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0,000 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima, dengan nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari nilai rata-rata kelompok kontrol ( $594.0 \geq 226.0$ ), hal ini menunjukkan bahwa konseling individual dengan teknik kursi kosong dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 1 Keumala.

Selain itu berdasarkan hasil dari pengamatan yang dilakukan oleh peneliti setelah diberikan perlakuan berupa konseling individual dengan teknik kursi kosong, peserta didik menjadi lebih percaya diri dan lebih terampil dalam bersosialisasi dengan teman-temannya. Misalnya, siswa menjadi lebih berani untuk mengajukan pertanyaan dan tidak menolah ketika diminta untuk mengerjakan soal di papan tulis. Peserta didik juga mulai berani untuk mememinta bantuan kepada guru maupun teman ketika mengalami kesulitan dalam pelajaran.

Konseling individual adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara seorang konselor dan seorang konseli (peserta didik). Konseli mengalami kesukaran pribadi yang tidak dapat ia pecahkan sendiri, kemudian ia meminta bantuan konselor sebagai petugas yang profesional dalam jabatannya dengan pengetahuan dan keterampilan psikologi. Konseling ditujukan kepada individu yang normal, yang menghadapi kesukaran dalam masalah pendidikan, pekerjaan, dan sosial di mana ia tidak dapat memilih dan memutuskan sendiri. Konseling ialah proses belajar yang bertujuan agar konseli (peserta didik) dapat mengenal diri sendiri, menerima diri sendiri serta realistis dalam proses penyesuaian dengan lingkungannya. Dalam konseling yang

diharapkan konseli dapat mengubah sikap, keputusan diri sendiri sehingga ia dapat lebih baik menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan memberikan kesejahteraan pada diri sendiri dan masyarakat sekitarnya (Supriatna, 2011: 100-101). Dengan demikian konseling perorangan bertujuan untuk mengentaskan masalah yang dialami oleh klien.

Implikasi atau manfaat dilaksanakannya konseling individu dengan teknik kursi kosong ini yaitu untuk meningkatkan percaya diri yang rendah yang dialami oleh peserta didik tersebut, dengan dilaksanakannya proses konseling ini peserta didik menunjukkan perubahan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, sebelum diberikannya perlakuan peserta didik menunjukkan sikap yang kurang percaya diri, merasa cemas, malu-malu, bingung, pendiam, tidak bersemangat, mudah tersinggung, susah untuk bersosialisasi, kemudian setelah diberikan perlakuan peserta didik tersebut menunjukkan sikap yang lebih baik dan menunjukkan adanya perubahan yang signifikan salah satunya yaitu kepercayaan diri yang meningkat dari sebelumnya.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dan setelah melakukan analisis

statistik serta uji hipotesis, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan individual dengan teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 1 Keumala. Terdapat perbedaan yang signifikan pada skor rata-rata kelas kontrol sebesar 28,85 dan kelas eksperimen sebesar 53,75 kondisi kepercayaan diri siswa di sekolah setelah mengikuti bimbingan individual dengan teknik kursi kosong pada kelompok eksperimen.

Diharapkan kepada guru BK dapat memberi penanganan lebih dini jika menemukan peserta didik yang mengalami percaya diri yang rendah agar tidak mengalami hambatan atau kesulitan berkomunikasi di lingkungannya karena kurang percaya diri. Kepada siswa diharapkan untuk dapat terus berusaha dalam meningkatkan rasa percaya diri dan selalu berpikir rasional dalam menanggapi perlakuan atau perkataan yang tidak sepatutnya didengar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2014). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: UMM Press.
- Asri, dkk. (2014). *Meningkatkan Kemampuan Pemecahan Masalah dan Komunikasi Matematis melalui Penerapan Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw pada Siswa Sekolah Menengah Atas*. ISSN: 2355-4185. *Jurnal Didaktik Matematika*
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bernard, M. E. (2013). *The strength of self-acceptance: theory, practice and research*. New York: Springer.
- Cornelius, Trihendradi. (2009). *Step by Step SPSS 16 Analisis Data Statistik*. Yogyakarta: CV. Andi Offset
- Eftika Nia. (2018). *Efektivitas Pendekatan Rational Emotif Behaviour Therapy Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan kepercayaan Diri Peserta Didik Korban Bullying Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018*. Skripsi Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Farozin, Muh. Kartika Nur Fathiyah. (2016). *Pemahaman Tingkah Laku*. Jakarta : PT Rineka Cipta.



- Fatimah, Enung. (2010). *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta didik*. Bandung: Pustaka Setia
- Fatoni, Mukhammad Fikri. (2018). *Teknik Kursi Kosong untuk meningkatkan rasa percaya diri terhadap korban Bullying di UIN Sunan Ampel*. Skripsi sarjana: Fakultas dakwah dan komunikasi
- Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih. (2016). *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Gede Agus Supriadi, Dkk. (2014). *Efektivitas Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dalam Menghadapi Proses Pembelajaran pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014*. e-journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling Volume: 2 No1
- Hakim, Thursan. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: PuspaSwara.
- Hartono & Soedarmadji, Boy. (2012). *Psikologi konseling (Edisi Revisi)*. Jakarta: Kharisma PutraUtama.
- Hikmawati, Fenti. (2014). *Bimbingan Konseling*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Hasibuan, N. A. (2013). *Penggunaan Teknik Empty Chair Dalam Konseling Individu Untuk Mengubah Sikap Antisosial Siswa Di Sma Negeri 1 Pegajahan Tahun Ajaran 2012/2013 Di Sma Negeri 1 Pegajahan Kab. Serdang Bedagai Ta 2012/2013* (Doctoral Dissertation, UNIMED).
- Lestari, L. M., Baharudin, Y. H., & Dwiyantri, A. N. (2021). Efektivitas Konseling Gestalt Menggunakan Teknik Empty Chair Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Peserta Didik Korban Bullying. *Cermin: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 44-52
- Margono. (2010). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, Erman Amti, (2013), *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional Yang Berhasil; Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Rosita, H. (2007). *Hubungan Antara Perilaku Asertif Dengan Kepercayaan Diri Pasa Mahasiswa*. Jurnal Psikologi Vol. 2 No. 1. Jakarta : Universitas Gunadarma.
- Setyaningsih, Kris. (2009). *Bimbingan dan Konseling*. Palembang: t.t.p

- Siska, Sudharjo & Purnamaningsih, E.H. (2003). *Kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa*. Jurnal Psikologi, 5, 67-71
- Sofyan S. Willis, (2014). *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta
- Sugiyono, (2011). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut. (2008). *Pengantar Teori Konseling (Suatu Uraian Ringkas)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Supriatna, Mamat. (2011). *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi (Orientasi Dasar Pengembangan Profesi Konselor)*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sutoyo Anwar. (2014) *Pemahaman Individu Observasi, Checklist, Interviu, Kuesioner, Sosiometri*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- T. Erford, Bradley. (2015). *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tohirin. (2014). *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: Rajawali pers.
- Yusuf, Syamsu. (2016). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdi Karya.