

**LAYANAN KONSELING KELOMPOK MELALUI TEKNIK LATIHAN
ASERTIF UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA
KELAS VII SMP NEGERI 12 BAUBAU**

Wa Ode Husniah, Tuti Seliarti
Universitas Muhammadiyah Buton
odehusniah@gmail.com

Abstrak

Penelitian bertujuan untuk menguji efektifitas layanan konseling kelompok melalui tehnik latihan asertif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Metode penelitian menggunakan eksperimen kuasi dengan desain penelitian *nonequivalent pretest-posttest control group design* dan menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 12 Baubau, menggunakan teknik sampel random sampling. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis uji t independent (independent sample *t test*). Penelitian ini menghasilkan : 1) Gambaran kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Negeri 12 Baubau secara umum berada pada kategori sedang; 2) Kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan yang positif setelah diberikan tehnik latihan asertif; 3) pelaksanaan tehnik latihan asertif yang diberikan terbukti efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Kata kunci: *Konseling Kelompok; Latihan Asertif; Kepercayaan Diri Siswa*

PENDAHULUAN

Proses belajar mengajar merupakan bagian dari pendidikan, yang tidak hanya terbatas pada lembaga formal tetapi juga mencakup lembaga informal baik yang berlangsung dalam keluarga, dalam pekerjaan dan dalam kehidupan masyarakat. Dalam konteks pendidikan formal di sekolah, kegiatan belajar mengajar merupakan fungsi pokok dan usaha yang paling strategis guna mewujudkan tujuan institusional yang diemban oleh suatu lembaga. Salah satu hambatan yang terjadi dalam proses belajar mengajar dikelas adalah masalah sosial. Masalah ini timbul sebagai akibat dari siswa yang tidak memiliki kepercayaan diri.

Menurut Lauster (2002: 4) kepercayaan diri merupakan suatu sikap

atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Kepercayaan diri seseorang sangat dipengaruhi oleh masa perkembangan yang dilaluinya terutama bagi remaja, Siswa yang duduk dibangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) ini masih tergolong usia remaja. Karakteristik ini membuat mereka tak lepas dari karakteristik remaja yang memang berada pada masa-masa sulit, dimana mereka harus menyesuaikan diri

dengan berbagai macam perubahan yang ada dalam diri mereka.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan oleh penulis dengan kepala sekolah yang sekaligus sebagai guru Bimbingan dan Konseling diketahui bahwa siswa-siswa SMP Negeri 12 Baubau mengalami masalah kurang percaya diri. Masalah kurang percaya diri yang dialami oleh siswa ini di tunjukan dengan perasaan grogi saat tampil didepan kelas yang terlihat dari raut wajah dan langkah kaki siswa yang tidak mantap, siswa memiliki rasa malu yang berlebihan ketika berhadapan dengan orang banyak atau ketika menjadi pusat perhatian, siswa memiliki perasaan tidak pantas ketika mendapat pujian, siswa merasa tidak yakin akan kemampuan dirinya atau pesimis terhadap dirinya sendiri. Berdasarkan data tersebut dikatakan bahwa siswa-siswa SMP Negeri 12 Baubau memiliki potensi tidak percaya diri baik karena kondisi dirinya, keluarganya maupun karena ketidakmampuan membina hubungan yang baik dengan rekan sebaya.

Masalah kurang percaya diri merupakan masalah yang masih perlu diperhatikan di SMP Negeri 12 Baubau, apabila masalah ini tidak mendapat

perhatian secara khusus dan mendapat penanganan segera dari guru, terutama guru bimbingan dan konseling maka akan menghambat perkembangan siswa dan di khawatirkan akan mengganggu siswa dalam meraih prestasi yang optimal. Upaya mengatasi masalah ini perlu di upayakan kegiatan yang mengarah pada peningkatan kepercayaan diri siswa.

Layanan konseling kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang diberikan sebagai upaya bantuan kepada siswa melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna agar dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki, menyelesaikan masalah yang dihadapi, mampu menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungan dalam membentuk perilaku yang lebih efektif.

Tujuan yang ingin dicapai dalam konseling kelompok, yaitu pengembangan pribadi, pembahasan dan pemecahan masalah yang di alami oleh masing-masing anggota kelompok, agar terhindar dari masalah dan masalah dapat terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain (Mungin Eddy Wibowo, 2005 : 20).

Latihan asertif (*Assertive Training*) atau latihan keterampilan sosial adalah salah satu dari sekian banyak topik yang tergolong populer dalam terapi perilaku (*behavior*). Perilaku asertif adalah perilaku antar seseorang yang melibatkan kejujuran, keterbukaan pikiran dan perasaan yang ditandai dengan kesesuaian sosial dan kemampuan untuk menyesuaikan diri tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain.

Menurut Goldstein (1986) latihan asertif merupakan rangkuman yang sistematis dari ketrampilan, peraturan, konsep atau sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan pikiran, perasaan, keinginan dan kebutuhannya dengan penuh percaya diri dan kejujuran sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya. Latihan asertif bertujuan melatih serta membiasakan individu berperilaku asertif dalam berhubungan dengan orang lain di lingkungan sekitarnya.

Tujuan penelitian ini adalah menguji efektifitas layanan konseling kelompok melalui tehnik latihan asertif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Negeri 12 Baubau.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Dalam konteks penelitian ini, pendekatan kuantitatif ditujukan untuk mengetahui perbedaan perubahan antara sebelum dilakukan tindakan (*treatment*) dan setelah dilakukan tindakan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Eksperimental Design*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 12 Baubau yang berjumlah 110 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 54 siswa.

Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimental dengan *nonequivalent control group design*. Penelitian eksperimen ini melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok tersebut diberi *pre-test* dan *post-test*, pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan dengan memberikan tehnik latihan asertif, perbedaan hasil atau variabel dependen pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat menunjukkan efektif atau tidaknya perlakuan yang diberikan kepada kelompok eksperimen.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala kepercayaan diri siswa yang terdiri dari 5 alternatif jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS) Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Uji validitas item menggunakan rumus korelasi product moment. Uji reliabilitas item menggunakan rumus Cronbach's Alpha (α).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan analisis uji t independen (independent sample t test). Sebelum dilakukan uji t, langkah pengujian efektifitas teknik latihan asertif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa ini dilakukan juga uji normalitas untuk mengetahui apakah hasil penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas data pada penelitian ini adalah Kolmogrov-Smirnov Test, dengan menggunakan bantuan program komputer (software) *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 16.0 for Windows*. Dasar pengambilan keputusan didasarkan pada nilai probabilitas (*Asymptotic Significance*), yaitu:

- Jika probabilitas $> 0,05$ maka data yang digunakan berdistribusi normal.
- Jika probabilitas $< 0,05$ maka data yang digunakan tidak berdistribusi normal.

Berikut, uji homogenitas yaitu untuk menilai apakah data hasil penelitian dari dua kelompok yang diteliti memiliki varians yang sama atau tidak. Jika data memiliki varians yang cenderung sama (homogen), maka dikatakan bahwa sampel dari kedua kelompok tersebut berasal dari populasi yang sama/seragam. Menguji homogenitas varians data gain kedua kelompok ($p > 0,05$) dengan bantuan SPSS 16.0.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Gambaran kepercayaan diri siswa dapat diprediksi melalui hasil perhitungan pada lembar isian instrumen skala kepercayaan diri siswa dengan hasil sebagai berikut :

Tabel. 1
Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 12 Baubau Tahun Ajaran 2016/2017

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi	$X \geq 111$	12	22,22%
Sedang	88 - 110	14	25,93%
Rendah	$X \leq 87$	28	51,85%
Jumlah		54	100%

Dari table 1 di atas menunjukkan bahwa gambaran umum kepercayaan diri siswa SMP Negeri 12 Baubau tersebar ke dalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Pada kategoritinggi terdapat 12 siswa dengan presentase 22,22%, sedangkan 14 siswa berada pada kategori

sedang dengan presentase 25,93% dan 28 siswa berada pada kategori rendah dengan presentase 51,85%. Artinya secara umum dapat dikatakan bahwa mayoritas siswa kelas VII SMP Negeri 12 Baubau memiliki tingkat kepercayaan diri berada pada kategori rendah.

Gambaran kepercayaan diri siswa dapat dilihat dari indikator yang disajikan pada tabel 2 sebagai berikut :

Tabel.2
Gambaran Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 12 Baubau berdasarkan Indikator

Indikator	Kategori	Kriteria	Frek.	Persentase (%)
1. Bertanggung jawab	Tinggi	$X \geq 32$	7	12,96%
	Sedang	24 – 31	15	27,78%
	Rendah	$X \leq 23$	32	59,26%
2. Dapat berinteraksi dengan orang lain	Tinggi	$X \geq 21$	14	25,93%
	Sedang	15 – 20	27	50%
	Rendah	$X \leq 14$	13	24,07%
3. Menghargai orang lain	Tinggi	$X \geq 20$	12	22,22%
	Sedang	15 – 19	24	44,44%
	Rendah	$X \leq 14$	18	33,33%
4. Memiliki dorongan berprestasi	Tinggi	$X \geq 30$	10	18,52%
	Sedang	23 – 29	22	40,74%
	Rendah	$X \leq 22$	22	40,74%
5. Mengenal kelebihan dan kekurangannya	Tinggi	$X \geq 15$	4	7,41%
	Sedang	11 – 14	18	33,33%
	Rendah	$X \leq 10$	32	59,26%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa dalam setiap indikator tersebar ke dalam kategori yang beragam. Pada indikator 1. Bertanggung jawab, terdiri atas 7 siswa atau 12,96% berada pada kategori tinggi, artinya siswa mampu menerima konsekuensi dan bertanggung jawab atas segala sesuatu yang

dilakukan, 15 siswa atau 27,78% berada pada kategori sedang, menunjukkan bahwa siswa cukup menerima konsekuensi dan bertanggung jawab atas segala sesuatu yang dilakukan, dan 32 siswa atau 59,26% berada pada kategori rendah, hal ini menunjukkan bahwa siswa tidak mampu menerima konsekuensi dan bertanggung jawab atas segala sesuatu yang dilakukan.

Perhitungan *Uji T Independent gain* dilakukan dengan menggunakan bantuan *SPSS 16.0*. Hasil *uji T* tersebut digambarkan dalam tabel 3 berikut :

Tabel.3
Hasil Uji T Independen Data Gain Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol

Data	Eksperimen		Kontrol		Perbedaan Mean	Hagra T	Nilai P	Ket.
	Mean	Deviasi	Mean	Deviasi				
Kepercayaan diri	36,71	10,659	4,07	10,359	32,643	8,218	0,000	Sig.

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa secara keseluruhan kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan karena nilai p (Sig.) $< 0,05$. Hal ini berarti program layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertif efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Selain perhitungan *Uji T Independent gain* secara keseluruhan, berikut disajikan perhitungan *Uji T*

IndependentGain untuk setiap indikator, dengan menggunakan software SPSS 16.0. Hasil uji T independen gain setiap indikator digambarkan dalam tabel 4 sebagai berikut :

Tabel 4
Hasil Uji t Indenden Data Gain
Setiap Indikator pada Kelompok
Eksperimen dan Kontrol

Indikator	Eksperimen		Kontrol		Perbedaan Mean	Hagra T	Nilai P	Ket.
	Mean	Deviasi	Mean	Deviasi				
1.	11.79	2.259	1.00	3.305	10.786	10.080	0.000	Sig.
2.	6.21	4.870	0.71	4.008	5.500	3.263	0.003	Sig.
3.	4.86	2.878	0.50	2.876	4.357	4.007	0.000	Sig.
4.	8.71	4.714	1.21	4.117	7.500	4.484	0.000	Sig.
5.	5.14	2.248	0.64	1.985	4.500	5.614	0.000	Sig.

Pada tabel 4 di atas menunjukkan bahwa setelah memperoleh perlakuan terdapat perbedaan rata-rata kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol. Pada indikator 1 (bertanggung jawab) mengalami peningkatan yang signifikan, artinya perlakuan yang diberikan melalui konseling kelompok melalui teknik latihan asertifefektif dalam meningkatkan sikap bertanggung jawab pada kelompok eksperimen dari rendah menjadi sedang. Pada indikator 2 (dapat berinteraksi dengan orang lain) mengalami peningkatan yang signifikan artinya program layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertifefektif dalam meningkatkan sikap dapat berinteraksi dengan orang lain dari kategori rendah menjadi sedang,

indikator 3 (menghargai orang lain) mengalami peningkatan yang signifikan artinya program layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertifefektif dalam meningkatkan sikap menghargai orang lain dari kategori rendah menjadi sedang, indikator 4 (memiliki dorongan berprestasi) mengalami peningkatan yang signifikan artinya program layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertifefektif dalam meningkatkan sikap memiliki dorongan berprestasi dari kategori rendah menjadi sedang, sedangkan pada indikator 5 (mengenal kelebihan dan kekurangannya) mengalami peningkatan yang signifikan artinya program layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertifefektif dalam meningkatkan sikap mengenal kelebihan dan kekurangannya dari kategori rendah menjadi sedang.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa setelah memperoleh konseling kelompok melalui teknik latihan asertif, kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen meningkat dibandingkan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 5 indikator mengalami peningkatan yang signifikan, yaitu pada responden 1 pada kelompok eksperimen mencapai 4,82%

sedangkan responden 1 pada kelompok kontrol mencapai 3,57%, responden 2 pada kelompok eksperimen mencapai skor 5,13% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 3,26%, responden 3 pada kelompok eksperimen mencapai 5,31% pada kelompok kontrol mencapai 3,62%, responden 4 pada kelompok eksperimen memperoleh capaian skor 4,60% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 3,35%, responden 5 pada kelompok eksperimen mencapai skor 4,96% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 3,75%, responden 6 pada kelompok eksperimen memperoleh capaian skor 5,40% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 3,97%, responden 7 pada kelompok eksperimen mencapai 5,27% pada kelompok kontrol mencapai 3,66%, responden 8 pada kelompok eksperimen mencapai 4,64% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 3,75%, responden 9 pada kelompok eksperimen mencapai 5,45% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 3,93%, responden 10 pada kelompok eksperimen mencapai 5,49% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 4,06%, responden 11 pada kelompok eksperimen mencapai skor 5,31% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 3,13%, responden 12 pada

kelompok eksperimen mencapai 5,49% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 3,53%, responden 13 pada kelompok eksperimen mencapai 5,31% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 3,66%, dan responden 14 pada kelompok eksperimen memperoleh capaian skor 4,96% sedangkan pada kelompok kontrol mencapai skor 3,30%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa program layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertif efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

PEMBAHASAN

Berdasarkan gambaran awal tingkat kepercayaan diri siswa SMP Negeri 12 baubau berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa siswa kelas VII SMP Negeri 12 Baubau belum mampu menunjukkan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri. Layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertif ternyata efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Layanan konseling kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Dinamika kelompok

adalah suasana yang hidup, yang bergerak, yang berkembang, yang ditandai dengan adanya interaksi antara sesama anggota kelompok.

Pemberian latihan asertif dapat melatih keterampilan dalam mengemukakan pendapat, melatih keberanian untuk tampil di depan orang banyak, keterampilan komunikasi yang efektif dalam bergaul, cara untuk menolak dengan baik dalam berkomunikasi dan sebagainya. Bishop (dalam Bandura, 1997) memaparkan bahwa perilaku asertif akan mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan diri dalam menilai, berpendapat dan menghormati orang lain. Hal tersebut dapat dimaknai bahwa adanya penerapan latihan asertif yang dihasilkan akan memberikan kepraktisan bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam mengembangkan aspek pribadi siswa untuk menjadi individu yang lebih percaya diri bagi dirinya dan mampu tampil di lingkungan sosialnya.

Meningkatnya kepercayaan diri siswa setelah memperoleh layanan konseling kelompok disebabkan melalui konseling kelompok tersebut siswa mampu mengembangkan kemampuan sosialisasi anggota kelompok, khususnya kemampuan dalam berkomunikasi antara

anggota kelompok yang dapat menimbulkan rasa percaya diri dalam diri siswa.

Keberhasilan pelaksanaan layanan konseling kelompok disebabkan karena pada proses pelaksanaannya, anggota kelompok antusias dalam mengikuti layanan konseling kelompok yang diberikan. Anggota kelompok dapat memahami manfaat yang diperoleh dari pelaksanaan layanan konseling yang berkaitan dengan kepercayaan diri. Anggota kelompok membahas permasalahan yang terkait dengan masalah kepercayaan diri dalam setiap pertemuan konseling kelompok. Ketika anggota kelompok membahas permasalahan terkait dengan masalah kepercayaan diri, mereka mampu memahami dan memecahkan masalah kepercayaan diri tersebut. Anita Lie (2003: 4) menjelaskan bahwa percaya diri adalah sikap yakin akan kemampuan diri untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah. Dengan kepercayaan diri, seseorang akan merasa lebih berharga dan mempunyai kemampuan untuk menjalani kehidupan.

Peningkatan kepercayaan diri yang dialami masing-masing anggota kelompok tidak terlepas dari peran para anggota kelompok. Anggota saling

memotivasi dan ikut melibatkan diri pada kondisi kelompok sehingga manfaat mengikuti layanan konseling kelompok dapat dirasakan. Menurut Prayitno (2004:4) mengungkapkan bahwa “melalui konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah, para peserta memperoleh dua tujuan sekaligus yaitu (1) yaitu berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang mengarah kepada tingkah laku khususnya dalam bersosialisasi dan komunikasi antara anggota kelompok. (2) terpecahkannya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu layanan konseling kelompok”.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, gambaran awal kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Negeri 12 Baubau secara umum berada pada kategori rendah dengan persentase 51,85%, sedang dengan persentase 25,93% dan tinggi 22,22%. Setelah diberi perlakuan berupa layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Negeri 12 Baubau pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan dari

kategori rendah menjadi sedang dengan persentase rata-rata sebesar 72,14% dari 49,20% (sebelum diberi perlakuan). Selisih peningkatan kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan adalah sebesar 22,95%, sementara pada kelompok kontrol sebagai kelompok pembanding juga mengalami perubahan dengan persentase 47,99% menjadi 50,54% tetapi masih berada pada kategori rendah. Program layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertif efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Negeri 12 Baubau.

Saran

1. Pihak Sekolah, diharapkan agar dapat memfasilitasi guru bimbingan konseling dengan memberikan jam masuk kepada guru bimbingan konseling, memberi kesempatan kepada gurubimbingan dan konseling untuk mengikuti seminar dan pelatihan bimbingan dan konseling, sehingga dapat melaksanakan kegiatan-kegiatan dalam layanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling kelompok untuk mengatasi masalah kepercayaan diri siswa.

2. Unruk guru pembimbing, diharapkan dapat memberikan perlakuan atau perhatian khusus kepada siswa yang mempunyai kepercayaan diri rendah sebagai upaya dalam mengatasi masalah kepercayaan diri siswa.
3. Untuk peneliti berikutnya, dirasa perlu melakukankajian penelitian yang lebih mendalam dan lebih lanjut tentang penggunaan layanan konseling kelompok untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa sebagai upaya untuk membantu siswa menjadi pribadi yang percaya diri sehingga siswa dapat belajar dengan nyaman. Serta perlu adanya penelitian yang sama dengan subjek berbeda untuk melihat keefektifan layanan konseling kelompok melalui teknik latihan asertif.

DAFTAR RUJUKAN

- Anita Lie. 2003. *101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2005. *Penyusunan Skala Psikologis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bandura, A. 1997. *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Eddy Wibowo, Mungin. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press
- Gazda, GM. 1984. *Group Counseling Developmental Approach*. Boston: Allyn and Bacon, Inc
- Hakim, Thursan. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Kamil, Ediati. 1997. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta: Arcan
- Mugiarso, Heru. 2007. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: UPT UNNES Press
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang: UNP Press
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Erlangga
- Winkel, WS dan Hastuti. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo
- Yusuf, Syamsu. 2009. *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi