

NALA

Jurnal Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Volume 4, Nomor 1, 2024, hal. 75 - 84

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGATASI PERMASALAHAN KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA

Solchan Ghozali, Didit Darmawan, Ridwan Rahmawan, Yusran Mohamad, Saifuddin Isnani,
Lutfi Yustyanto Sulaiman, Aziz Wardhana Sopyan
(Universitas Sunan Giri Surabaya)
Korespondensi: dr.diditdarmawan@gmail.com

ABSTRAK

Kepercayaan diri siswa merupakan elemen penting untuk mendukung keberhasilan mereka baik secara akademik maupun sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan literature review untuk menganalisis efektivitas konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Hasil kajian menunjukkan bahwa konseling kelompok bekerja melalui mekanisme seperti catharsis, self-reflection, dan modeling, yang membantu siswa mengatasi rasa tidak percaya diri, meningkatkan keterampilan sosial, dan membangun kepercayaan diri secara bertahap. Dukungan sosial dalam konseling kelompok memberikan siswa rasa diterima dan dihargai sehingga mempercepat proses perubahan psikologis. Namun, penelitian ini juga mengidentifikasi tantangan utama, seperti kurangnya pelatihan konselor, keterbatasan waktu dan sumber daya, serta resistensi siswa. Penelitian ini merekomendasikan pelatihan literasi kelompok bagi konselor, dukungan yang memadai dari pihak sekolah, dan pendekatan berbasis bukti untuk meningkatkan efektivitas layanan konseling kelompok di sekolah. Dengan strategi yang tepat, konseling kelompok dapat menjadi alat yang sangat efektif untuk membangun generasi yang percaya diri dan mampu menghadapi tantangan kehidupan.

Kata-kata kunci: kepercayaan diri, konseling kelompok, siswa, pendidikan, psikologi kelompok.

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan salah satu elemen krusial yang perlu dimiliki oleh setiap individu, terutama siswa, untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan dan pendidikan. Kepercayaan diri adalah fondasi penting yang mendukung individu untuk menjalani berbagai aspek kehidupan, terutama bagi siswa yang sedang berada dalam fase pembelajaran dan perkembangan. Pada proses pendidikan, kepercayaan diri memengaruhi cara siswa berinteraksi dengan materi pelajaran, dan berperan untuk membentuk sikap mereka terhadap tantangan dan rintangan yang dihadapi. Dengan memiliki kepercayaan diri yang kuat, siswa akan lebih berani mengambil risiko, berpartisipasi aktif dalam diskusi, dan mengeksplorasi potensi diri mereka sehingga dapat mencapai hasil yang optimal dalam pendidikan dan kehidupan sehari-hari.

Siswa yang memiliki kepercayaan diri cenderung mampu mengoptimalkan potensinya, menjalin hubungan sosial yang baik, dan menghadapi tantangan belajar dengan lebih percaya diri (Ghozali *et al.*, 2022). Namun, permasalahan rendahnya kepercayaan diri masih menjadi isu yang umum dihadapi siswa di berbagai tingkat pendidikan. Hal ini mempengaruhi performa belajar mereka, hubungan interpersonal, dan kemampuan mereka untuk berkembang secara maksimal.

Menurut Sabarrudin (2022), rendahnya kepercayaan diri sering dikaitkan dengan berbagai faktor internal seperti konsep diri yang negatif, pengalaman hidup yang kurang mendukung, serta faktor eksternal seperti lingkungan keluarga yang tidak mendukung dan tekanan sosial. Hurlock (1980) juga menegaskan bahwa siswa dengan kepercayaan diri rendah sering menunjukkan gejala seperti kesulitan beradaptasi, kecemasan berlebih, dan kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial.

Fenomena ini semakin relevan ketika dikaitkan dengan perubahan besar dalam pola pembelajaran modern yang semakin menuntut siswa untuk berpartisipasi aktif, baik dalam diskusi kelompok maupun dalam proses belajar mandiri. Namun, banyak siswa yang mengalami hambatan psikologis, seperti rasa tidak aman (*insecure*), yang membuat mereka sulit untuk mengekspresikan potensi diri mereka. Yudianto (2021) menyoroti bahwa konseling kelompok dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk mengatasi permasalahan ini, karena memberikan siswa kesempatan untuk berbagi pengalaman, mendapatkan dukungan sosial, dan membangun keterampilan interpersonal.

Bimbingan guru sangat diperlukan untuk mendukung proses belajar siswa. Meski demikian, masih banyak guru yang kurang mengoptimalkan bimbingan dalam proses belajar sehingga motivasi siswa untuk mengikuti pembelajaran cenderung menurun (Yanti & Darmawan, 2016). Keterbatasan dalam penerapan metode pembelajaran yang bervariasi mengakibatkan siswa sulit mengaitkan teori dengan praktik (Mardikaningsih, 2014). Evaluasi pendidikan yang belum terintegrasi dengan kebutuhan individual siswa menyulitkan guru untuk memetakan persoalan belajar secara komprehensif (Hutomo *et al.*, 2012; Sutarjo *et al.*, 2007). Rendahnya pemahaman terhadap aspek psikologis siswa dapat memicu hambatan

emosional yang berdampak negatif pada proses belajar (Yanti *et al.*, 2013). Minimnya pengetahuan guru mengenai strategi dan inovasi pendidikan membuat pembelajaran kurang menarik dan tidak kontekstual (Saraswati *et al.*, 2014). Profesionalisme guru tidak selalu mendapat dukungan yang memadai dari berbagai pihak sehingga pengembangan kompetensi untuk membimbing siswa terhambat (Sinambela *et al.*, 2014). Akibatnya, siswa sering tidak mendapatkan bimbingan yang tepat sesuai karakteristik belajarnya sehingga berpengaruh terhadap hasil belajar secara keseluruhan.

Di era modern ini, guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran penting untuk membantu siswa mengatasi isu-isu psikologis ini melalui pendekatan konseling kelompok. Namun, terdapat kesenjangan dalam penerapan layanan ini, baik dari segi sumber daya yang tersedia maupun efektivitas pelaksanaannya. Menurut Hartati (2022), meskipun konseling kelompok telah terbukti dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa, implementasinya masih sering kurang optimal karena kurangnya pelatihan bagi guru BK dan keterbatasan waktu dalam pelaksanaan layanan. Hal ini diperlukan pemahaman mengenai bagaimana konseling kelompok dapat secara efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa. Kajian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika konseling kelompok, mekanismenya, serta dampaknya terhadap kepercayaan diri siswa. Dengan pendekatan literature review, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang komprehensif mengenai potensi konseling kelompok sebagai strategi intervensi psikologis di lingkungan sekolah.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Dengan meninjau berbagai literatur terkait, penelitian ini juga berupaya untuk memahami mekanisme konseling kelompok dan dampaknya terhadap aspek-aspek psikologis siswa sehingga dapat memberikan rekomendasi praktis bagi guru BK dan institusi pendidikan untuk mengoptimalkan layanan ini.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Literature Review untuk mengeksplorasi dinamika layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Pendekatan ini memungkinkan analisis yang terstruktur dan mendalam terhadap berbagai literatur yang relevan sehingga dapat memberikan wawasan teoretis dan praktis yang komprehensif.

Sumber data utama dalam penelitian ini adalah artikel jurnal, buku, dan laporan penelitian yang dipublikasikan dalam lima tahun terakhir, khususnya yang berkaitan dengan layanan konseling kelompok dan kepercayaan diri siswa. Penelusuran literatur dilakukan melalui basis data akademik, yaitu Google Scholar, dengan menggunakan kata kunci seperti group counseling, student self-confidence, psychological interventions, dan school counseling services. Hanya literatur yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu relevansi topik, metodologi yang jelas, dan data yang valid, yang dimasukkan dalam analisis.

Proses analisis data dilakukan secara tematik, dimulai dengan identifikasi tema utama dalam literatur yang dipilih. Tema yang dianalisis meliputi efektivitas konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, mekanisme pelaksanaan konseling kelompok, dan faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilannya. Data yang terkumpul kemudian disintesis untuk mengidentifikasi pola, hubungan, dan kesenjangan dalam literatur, yang menjadi dasar untuk memberikan rekomendasi praktis. Dengan pendekatan literature review ini, penelitian ini memberikan gambaran yang lengkap tentang potensi konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, dan menawarkan wawasan praktis yang dapat diterapkan oleh guru BK dan institusi pendidikan untuk merancang layanan konseling yang lebih efektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Efektivitas Konseling Kelompok untuk meningkatkan Kepercayaan Diri

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Menurut Corey (2016), konseling kelompok menciptakan lingkungan yang mendukung di mana individu dapat berbagi pengalaman, mendapatkan umpan balik konstruktif, dan merasa didukung oleh rekan sekelompok. Pada proses pendidikan, metode ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengatasi perasaan tidak percaya diri melalui diskusi yang terarah dan kegiatan kolaboratif (Andayani & Darmawan, 2004). Efektivitasnya terletak pada dinamika kelompok yang memungkinkan anggota saling belajar dan menciptakan perubahan perilaku yang positif. Melalui penerapan prinsip komunikasi pendidikan yang baik (Lembong *et al.*, 2015), guru dapat memfasilitasi interaksi yang terbuka dan saling mendukung di antara siswa. Selain itu, profesionalisme dan kompetensi guru sangat berperan untuk memandu siswa agar lebih percaya diri untuk mengungkapkan pendapat (Putra *et al.*, 2017). Ketika siswa mendapatkan dukungan dan umpan balik konstruktif, mereka akan terdorong untuk lebih berani mengambil risiko dalam belajar. Peningkatan kecerdasan, perilaku belajar, dan pemahaman mahasiswa pun dapat tercapai berkat pendekatan kolaboratif yang memicu keterlibatan aktif (Mardikaningsih & Darmawan, 2018). Dengan demikian, metode berbasis kelompok ini menumbuhkan rasa percaya diri, dan membangun suasana belajar yang kondusif bagi pengembangan potensi siswa secara menyeluruh.

Studi oleh Yalom dan Leszcz (2020) menekankan bahwa salah satu mekanisme utama dalam konseling kelompok adalah proses umpan balik interpersonal. Dalam sesi kelompok, siswa dapat mengenali pola perilaku mereka sendiri melalui interaksi dengan orang lain. Misalnya, seorang siswa yang merasa tidak percaya diri dalam berbicara di depan umum dapat belajar dari pengalaman anggota kelompok lain yang memiliki masalah serupa namun berhasil mengatasinya. Proses ini membantu siswa mengembangkan keterampilan baru dan membangun kepercayaan diri mereka secara bertahap.

Selain itu, penelitian oleh Gazda *et al.* (2018) menunjukkan bahwa konseling kelompok memberikan siswa kesempatan untuk mempraktikkan keterampilan sosial yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui aktivitas kelompok seperti role-playing, siswa dapat mempelajari cara berinteraksi dengan lebih percaya diri, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Penelitian ini juga menemukan bahwa pendekatan kelompok lebih efektif dibandingkan konseling individu untuk membangun kepercayaan diri, karena siswa merasa lebih termotivasi ketika berada dalam kelompok yang mendukung.

Mekanisme Kerja Konseling Kelompok untuk meningkatkan Kepercayaan Diri

Konseling kelompok bekerja melalui berbagai mekanisme yang membantu siswa mengatasi rasa tidak percaya diri. Salah satu mekanisme utamanya adalah catharsis, di mana siswa memiliki kesempatan untuk mengungkapkan emosi yang selama ini terpendam. Yalom dan Leszcz (2020) menekankan bahwa proses ini membantu siswa merasa lebih lega dan diterima, karena mereka dapat berbicara secara terbuka tanpa takut dihakimi. Catharsis ini menciptakan rasa aman yang penting bagi siswa untuk memulai proses perubahan psikologis.

Selain catharsis, mekanisme lain yang signifikan adalah self-reflection, di mana siswa dapat merefleksikan pola pikir dan perilaku mereka melalui umpan balik dari anggota kelompok. Menurut Gladding (2019), interaksi dalam kelompok memungkinkan siswa untuk melihat diri mereka dari perspektif orang lain. Proses ini membantu mereka mengenali kekuatan dan kelemahan mereka sendiri, yang menjadi langkah awal untuk membangun rasa percaya diri yang lebih kuat. Aktivitas berbasis praktik juga menjadi mekanisme penting dalam konseling kelompok. Siswa sering diminta untuk berpartisipasi dalam simulasi atau permainan peran (role-playing) yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan sosial mereka. Penelitian oleh Gazda *et al.* (2018) menemukan bahwa aktivitas ini membantu siswa merasa lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan orang lain, dan memperkuat kemampuan mereka untuk menghadapi situasi nyata di luar kelompok.

Terakhir, mekanisme kerja konseling kelompok juga mencakup reinforcement, yaitu penguatan perilaku positif melalui pengakuan dan penghargaan dari anggota kelompok. Shulman (2016) mencatat bahwa ketika siswa menerima pengakuan atas usaha mereka, hal ini meningkatkan motivasi mereka untuk terus berkembang. Penguatan ini menjadi elemen penting dalam konseling kelompok, karena membantu siswa merasa dihargai dan didukung oleh lingkungan sosial mereka.

Peran Dukungan Sosial dalam Konseling Kelompok

Dukungan sosial adalah salah satu aspek kunci yang membuat konseling kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, karena interaksi antarsiswa di dalam kelompok membantu mereka merasa didukung dan diterima. Dalam suasana yang terbuka dan saling menghargai, siswa bisa membagikan pengalaman, kesulitan, serta pencapaian mereka sehingga terbentuk rasa kebersamaan yang menguatkan (Mardikaningsih & Darmawan, 2021). Selain itu, metode pembelajaran yang variatif dapat memperkaya proses konseling

kelompok dengan aktivitas-aktivitas yang merangsang motivasi belajar dan kepercayaan diri (Purwanti *et al.*, 2014). Melalui pengelolaan pendidikan yang baik, guru mampu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi terbentuknya dukungan sosial antaranggota kelompok (Akmal *et al.*, 2015). Dalam konseling kelompok, peran fasilitator juga penting untuk mendorong siswa berpartisipasi aktif dan mengaktualisasikan potensi dirinya. Dukungan sosial dari teman sebaya memberikan dorongan emosional yang dapat membantu siswa mengatasi rasa takut dan cemas untuk mengungkapkan diri. Dengan demikian, kombinasi antara metode pembelajaran yang tepat dan manajemen pendidikan yang sistematis dapat memaksimalkan efek positif dukungan sosial dalam konseling kelompok.

Menurut Shulman (2016), hubungan antar anggota kelompok menciptakan rasa solidaritas yang memungkinkan siswa merasa diterima apa adanya. Dukungan ini menjadi penting, terutama bagi siswa yang mengalami pengalaman negatif di lingkungan sosial mereka, seperti intimidasi atau isolasi sosial. Dalam kelompok, mereka menemukan tempat di mana mereka dihargai dan didukung secara emosional.

Dukungan sosial juga membantu siswa mengatasi rasa takut dan ragu melalui proses modeling. Penelitian oleh Chen dan Rybak (2018) menunjukkan bahwa ketika siswa melihat anggota kelompok lain berhasil menghadapi masalah mereka, hal ini memberikan inspirasi untuk mencoba hal yang sama. Efek modeling ini mempercepat proses perubahan psikologis, karena siswa belajar melalui pengalaman nyata orang lain.

Interaksi dalam konseling kelompok juga memberikan ruang bagi siswa untuk memperkuat keterampilan komunikasi mereka. Yalom dan Leszcz (2020) mencatat bahwa dalam lingkungan kelompok yang mendukung, siswa lebih cenderung berbicara secara terbuka dan berani mengekspresikan diri mereka. Proses ini membantu mereka merasa lebih percaya diri, dan meningkatkan keterampilan interpersonal mereka, yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, dukungan sosial dalam konseling kelompok menciptakan rasa tanggung jawab kolektif, di mana anggota kelompok saling membantu untuk mencapai tujuan bersama. Gladding (2019) menyebutkan bahwa rasa tanggung jawab ini membantu siswa merasa bahwa mereka adalah bagian dari sesuatu yang lebih besar. Hal ini meningkatkan rasa percaya diri mereka, karena mereka melihat diri mereka sebagai individu yang berarti dalam kelompok tersebut.

Faktor Keberhasilan Konseling Kelompok

Keberhasilan konseling kelompok sangat bergantung pada peran fasilitator atau konselor untuk mengelola dinamika kelompok. Corey (2016) menekankan bahwa konselor yang terampil berfungsi sebagai pemimpin, dan sebagai pembimbing yang membantu anggota kelompok memahami dan mengatasi masalah mereka. Kompetensi konselor untuk menciptakan suasana yang aman, mendukung, dan inklusif sangat penting untuk memastikan bahwa setiap anggota kelompok merasa dihargai dan berani berpartisipasi secara aktif.

Selain peran konselor, keberhasilan konseling kelompok juga ditentukan oleh tingkat keterlibatan anggota kelompok. Menurut Gladding (2019), anggota yang aktif berpartisipasi dalam diskusi dan aktivitas kelompok cenderung menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan dalam rasa percaya diri mereka dibandingkan anggota yang pasif. Partisipasi aktif memungkinkan anggota kelompok untuk berbagi pengalaman, belajar dari orang lain, dan mempraktikkan keterampilan sosial yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Kesiapan psikologis anggota kelompok juga menjadi faktor penting untuk menentukan keberhasilan konseling. Yalom dan Leszcz (2020) menjelaskan bahwa anggota kelompok yang memiliki motivasi internal untuk berubah cenderung lebih responsif terhadap intervensi konseling. Sebaliknya, anggota yang kurang termotivasi atau memiliki resistensi terhadap perubahan sering menghadapi hambatan dalam proses konseling, yang dapat memengaruhi dinamika kelompok secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting bagi konselor untuk melakukan seleksi awal yang tepat untuk memastikan bahwa kelompok terdiri dari individu-individu yang memiliki kesiapan psikologis yang memadai.

Faktor lain yang memengaruhi keberhasilan konseling kelompok adalah struktur dan desain sesi konseling. Penelitian oleh Shulman (2016) menunjukkan bahwa sesi konseling yang dirancang dengan tujuan yang jelas, aktivitas yang terarah, dan waktu yang cukup untuk refleksi membantu anggota kelompok mencapai hasil yang lebih optimal. Struktur yang baik juga membantu mencegah dinamika kelompok yang tidak produktif, seperti dominasi oleh satu anggota atau konflik antar anggota. Terakhir, keberhasilan konseling kelompok sangat dipengaruhi oleh dukungan lingkungan sekolah. Menurut Gazda *et al.* (2018), sekolah yang memberikan dukungan penuh terhadap layanan konseling, seperti penyediaan ruang khusus, waktu yang memadai, dan pelatihan berkala untuk konselor, cenderung menciptakan hasil yang lebih positif bagi siswa. Dukungan ini memastikan bahwa layanan konseling dapat berjalan secara konsisten dan efektif sehingga memberikan dampak jangka panjang pada perkembangan psikologis siswa.

Tantangan dalam Implementasi Konseling Kelompok

Meskipun konseling kelompok memiliki potensi besar untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, implementasinya sering menghadapi berbagai tantangan. Salah satu tantangan utama adalah kurangnya pelatihan yang memadai bagi konselor. Corey (2016) mencatat bahwa konselor yang tidak memiliki keterampilan dan pengetahuan yang cukup tentang dinamika kelompok dapat menyebabkan sesi konseling menjadi kurang efektif. Konselor yang kurang terampil mungkin kesulitan untuk mengelola konflik antar anggota kelompok atau menciptakan suasana yang mendukung partisipasi aktif. Selain itu, keterbatasan waktu dan sumber daya juga menjadi hambatan signifikan dalam pelaksanaan konseling kelompok. Menurut penelitian oleh Shulman (2016), banyak sekolah yang menghadapi kendala untuk menyediakan waktu yang cukup untuk sesi konseling kelompok di tengah jadwal akademik yang padat. Kurangnya ruang yang sesuai dan fasilitas pendukung lainnya dapat mengurangi kenyamanan siswa selama sesi konseling sehingga memengaruhi efektivitas intervensi.

Resistensi dari siswa juga merupakan tantangan yang sering dihadapi dalam konseling kelompok. Gazda *et al.* (2018) menunjukkan bahwa beberapa siswa merasa enggan untuk berbicara di depan umum atau berbagi pengalaman pribadi mereka dengan orang lain, terutama jika mereka tidak merasa cukup nyaman dengan anggota kelompok lainnya. Hal ini sering diperburuk oleh kurangnya kepercayaan antar anggota kelompok, yang dapat menghambat proses pembelajaran kolektif.

Tantangan lain yang muncul adalah kurangnya pemahaman dari pihak sekolah dan orang tua mengenai pentingnya konseling kelompok. Menurut Gladding (2019), beberapa orang tua dan staf sekolah menganggap konseling kelompok sebagai aktivitas tambahan yang kurang relevan dibandingkan dengan kegiatan akademik. Sikap ini sering membuat layanan konseling kelompok tidak mendapatkan dukungan penuh, baik dalam hal alokasi waktu maupun sumber daya yang diperlukan.

Akhirnya, dinamika kelompok yang tidak produktif dapat menjadi hambatan signifikan dalam konseling kelompok. Yalom dan Leszcz (2020) menjelaskan bahwa konflik antar anggota kelompok atau dominasi oleh salah satu anggota dapat mengganggu proses konseling. Jika tidak dikelola dengan baik, dinamika seperti ini dapat menciptakan lingkungan yang tidak nyaman bagi anggota kelompok lainnya sehingga mengurangi efektivitas sesi konseling. Untuk mengatasi hal ini, konselor harus memiliki keterampilan yang baik untuk mengelola dinamika kelompok dan memastikan bahwa setiap anggota merasa didengar dan dihargai.

PENUTUP

Konseling kelompok telah terbukti menjadi metode yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Melalui mekanisme seperti catharsis, self-reflection, dan modeling, konseling kelompok memungkinkan siswa untuk mengatasi rasa tidak percaya diri, meningkatkan keterampilan sosial, dan membangun kepercayaan diri mereka secara bertahap. Dukungan sosial yang muncul dalam kelompok memberikan siswa rasa diterima, dihargai, dan didukung, yang menjadi elemen penting dalam proses perubahan psikologis.

Namun, penelitian ini juga mengungkapkan berbagai tantangan dalam implementasi konseling kelompok. Kurangnya pelatihan konselor, keterbatasan waktu dan sumber daya, resistensi siswa, serta kurangnya dukungan dari pihak sekolah dan orang tua menjadi hambatan signifikan dalam penerapan metode ini. Tantangan-tantangan ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih strategis dan kolaboratif untuk mengoptimalkan potensi konseling kelompok dalam lingkungan pendidikan.

Secara keseluruhan, konseling kelompok memberikan dampak positif pada perkembangan psikologis siswa dan memperkuat peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) sebagai pendukung utama untuk membangun generasi yang percaya diri dan siap menghadapi tantangan kehidupan.

Berdasarkan temuan ini, beberapa rekomendasi dapat diberikan. Sekolah perlu meningkatkan pelatihan bagi guru BK untuk mengelola dinamika kelompok, mencakup teknik fasilitasi, manajemen konflik, dan pendekatan berbasis bukti dalam konseling kelompok. Pihak sekolah dan pembuat kebijakan harus memastikan alokasi waktu dan sumber daya yang memadai untuk pelaksanaan konseling kelompok, termasuk penyediaan ruang yang nyaman, jadwal fleksibel, dan fasilitas pendukung lainnya. Kampanye kesadaran bagi orang tua dan staf sekolah mengenai pentingnya konseling kelompok sebagai bagian integral dari pendidikan siswa juga diperlukan untuk menciptakan dukungan yang lebih luas. Selain itu, konselor harus mengembangkan pendekatan yang sensitif terhadap kebutuhan individu siswa dan dinamika kelompok sehingga setiap anggota merasa dihargai, didukung, dan terlibat secara aktif dalam proses konseling.

Dengan strategi yang tepat, konseling kelompok dapat menjadi alat yang sangat efektif untuk membantu siswa mengatasi rasa tidak percaya diri dan mencapai potensi penuh mereka, baik secara akademik maupun sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, D. Kurniawan, D. Darmawan & A. Wardani. (2015). *Manajemen Pendidikan*, IntiPresindo Pustaka, Bandung.
- Andayani, D. & D. Darmawan. (2004). *Pembelajaran dan Pengajaran*. IntiPresindo Pustaka, Bandung.
- Ariyanti, S., Saam, Z., & Yakub, E. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Teknik Play Therapy untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 23 Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(3), 1345-1350.
- Chen, C. P., & Rybak, C. (2018). *Group leadership skills: Interpersonal process in group counseling and therapy*. SAGE Publications.
- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Group Counseling* (9th ed.). Cengage Learning.
- Gazda, G. M., Ginter, E. J., & Herne, A. M. (2018). *Group Counseling and Group Psychotherapy: Theory and Application*. Allyn & Bacon.
- Ghozali, S., Y. Yuliastutik, R. Mardikaningsih, D. Darmawan, M. D. Al Laisty, M. W. Nafiin, & A. Thaha. (2022). Interactive Learning Innovation through Puzzle Media: A Solution to Improve Student Literacy. *Bulletin of Science, Technology and Society*, 1(2), 38-43.
- Gladding, S. T. (2019). *Groups: A Counseling Specialty* (8th ed.). Pearson.
- Hartati, A. (2022). Pengaruh Konseling Kelompok atasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa SMP. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 1651-1663.
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*. New York: McGraw-Hill.
- Hutomo, S., D. Akhmal, D. Darmawan & Yuliana. (2012). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*, Addar Press, Jakarta.

- Irfan, M., D. Darmawan. (2021). Improving Psychological Wellbeing through Emotion Management in Daily Life, *Journal of Social Science Studies*, 1(1), 179 – 184.
- Kurniawan, Y., & D. Darmawan. (2021). The Adaptive Learning Effect on Individual and Collecting Learning, *Journal of Social Science Studies* 1(1), 93 – 98.
- Lembong, D., S. Hutomo & D. Darmawan. (2015). *Komunikasi Pendidikan*, IntiPresindo Pustaka, Bandung.
- Mardikaningsih, R. & D. Darmawan. (2018). Kecerdasan, Perilaku Belajar, dan Pemahaman Mahasiswa, *Jurnal Ilmiah Manajemen Pendidikan Indonesia*, 5(1), 13-26.
- Mardikaningsih, R. & D. Darmawan. (2021). Peran Kompetensi Pedagogik Guru dan Lingkungan Belajar untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa, *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Pendidikan Indonesia*, 8(1), 33-39.
- Mardikaningsih, R. (2014). Metode Pembelajaran dan Variasi Penerapannya, *Jurnal Ilmiah Manajemen Pendidikan Indonesia*, 1(1), 43-54.
- Purwanti, S., T. Palambeta, D. Darmawan, S. Arifin. (2014). Hubungan Metode Pembelajaran dan Motivasi Belajar Siswa, *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 8(1), 37-46.
- Putra, A.R., D. Darmawan & R. Mardikaningsih. (2017). Peningkatan Kemampuan Siswa dengan Profesionalisme dan Kompetensi Guru, *Jurnal Ilmiah Manajemen Pendidikan Indonesia*, 3(3), 139-150.
- Sabarrudin, S., Silvianetri, Y., & Nelisma, Y. (2022). Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dalam Belajar: Studi Kepustakaan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 435–441.
- Saraswati, R. Mardikaningsih, & T. Baskoro. 2014. *Strategi dan Inovasi Pendidikan Tingkat Dasar*, Bumi Aksara. Jakarta.
- Shulman, L. (2016). *The Skills of Helping Individuals, Families, Groups, and Communities* (8th ed.). Cengage Learning.
- Sinambela, E.A., R. Mardikaningsih & D. Darmawan. (2014). *Inovasi Pendidikan dan Profesionalisme Guru*, IntiPresindo Pustaka, Bandung.
- Sutarjo, M., D. Darmawan & Y. I. Sari. (2007). *Evaluasi Pendidikan*. Spektrum Nusa Press, Jakarta.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2020). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy* (6th ed.). Basic Books.
- Yanti, Y., & D. Darmawan. (2016). Pengaruh Kompetensi Guru dan Lingkungan Belajar terhadap Hasil Belajar melalui Motivasi Belajar Sebagai Variabel Intervening, *Jurnal Ilmiah Manajemen Pendidikan Indonesia*, 2(4), 269-286
- Yanti, Y., Yuliana, D. Darmawan & E. A. Sinambela. (2013). *Psikologi Pendidikan*, Spektrum Nusa Press, Jakarta.
- Yudianto, E. (2021). Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa. *Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 2(1), 15-22.