

Strategi Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Ketidak Percayaan Diri Siswa di SMPN 1 Tomohon

Nadia Oktaria Tipa^{1*}, Rinna Yuanita Kasenda², Meike Endang Hartati³

^{1,2,3} Program Studi Bimbingan Konseling, Universitas Negeri Manado, Jl. Kampus Unima, Tonsaru, Kec. Tondano Sel., Kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara

E-mail: nadiaoktaria120@gmail.com

*Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6729>

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Article history:

Received: 25 May 2026

Revised: 31 May 2026

Accepted: 06 Jun 2026

Kata Kunci:

Strategi, Kepercayaan Diri, Bimbingan Konseling.

Keywords:

Strategy, Self-Confidence, Guidance And Counselling.

Kepercayaan diri adalah sikap seseorang dalam memandang dan menilai dirinya sendiri serta lingkungan di sekitarnya. Sikap ini membuat individu yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya sehingga mampu bertindak, mengambil keputusan, dan melakukan berbagai kegiatan dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi kepercayaan diri siswa, strategi guru bimbingan konseling dalam mengatasi ketidakpercayaan diri siswa di SMPN 1 Tomohon. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologi dengan subjek penelitian terdiri dari 4 orang informan utama dan pendukung. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa guru bimbingan konseling membuat program dan juga strategi untuk membantu siswa yang kurang percaya diri. Strategi yang dilakukan guru bimbingan konseling meliputi identifikasi latar belakang siswa melalui penggalan informasi orang tua, memberikan layanan konseling individu, pemberian motivasi atau penguatan positif (reinforcement positif), serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk berinteraksi dan mengekspresikan diri melalui penugasan pembuatan video pribadi. Dukungan sistemik dari pihak sekolah berupa penciptaan lingkungan belajar yang aman, apresiatif, serta penyediaan wadah ekstrakurikuler terbukti efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa secara signifikan.

Self-confidence is a person's mental attitude in assessing themselves and the objects around them, which drives them to implement appropriate actions so that they have confidence in their abilities to do something. This study aims to determine the condition of students' self-confidence, the strategies of guidance and counseling teachers, and the effectiveness of these strategies in overcoming students' lack of self-confidence at SMPN 1 Tomohon. This study employed a descriptive qualitative method with a phenomenological approach. The participants consisted of four key and supporting informants. Data were collected through observations, interviews, and documentation. The findings revealed that guidance and counseling teachers developed various programs and strategies to help students who lacked self-confidence. These strategies included understanding students' backgrounds through communication with parents, conducting individual counseling sessions, providing motivation and positive encouragement, and creating opportunities for students to interact with others and express themselves through personal video assignment. Systemic support from the school, including creating a safe, appreciative learning environment and providing extracurricular activities, has proven effective in significantly increasing students' selfconfidence.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Nadia Oktaria Tipa, et al. (2026), Strategi Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Ketidak Percayaan Diri Siswa di SMPN 1 Tomohon, 4(4). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6729>

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan manusia yang selalu mengalami perubahan, perkembangan, dan perbaikan seiring dengan kemajuan di berbagai aspek kehidupan. Dalam bidang pendidikan, transformasi tersebut mencakup kualitas pelaku pendidikan, perangkat kurikulum, serta sarana dan prasarana penunjang guna mencapai hasil yang optimal. tugas utama guru bimbingan dan konseling adalah merencanakan, melaksanakan, mengevaluasi, serta menindaklanjuti program bimbingan bagi siswa yang menjadi tanggung jawabnya. Guru bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu perkembangan siswa secara optimal, baik dalam aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karier sesuai dengan kebutuhan masing-masing. Salah satu faktor penting yang perlu dimiliki siswa adalah kepercayaan diri, karena kepercayaan diri menjadi dasar bagi siswa untuk mengembangkan kemampuan akademik dan keterampilan sosial yang dimilikinya, belajar, dan karier sesuai dengan kebutuhan dan kondisi masing-masing. Kepercayaan diri merupakan salah satu modal dasar paling yang sangat dibutuhkan bagi siswa dalam mengaktualisasikan segenap potensi akademik maupun sosialnya. Kepercayaan diri didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap seluruh potensi yang dimilikinya, yang mendorong dirinya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan dalam hidup.

Seseorang yang memiliki rasa percaya diri cenderung memiliki harapan yang realistis dan senantiasa berpikiran positif. Rendahnya kepercayaan diri dapat menjadi hambatan bagi siswa dalam mengembangkan kemampuan dan potensi yang dimiliki. Keadaan ini ditandai dengan munculnya rasa pesimis, kecemasan, keraguan dalam menyampaikan pendapat, serta kecenderungan untuk mengurangi interaksi sosial. observasi awal di SMPN 1 Tomohon, ditemukan beberapa siswa yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang rendah. Hal tersebut terlihat dari sikap mereka yang kurang yakin dan enggan mengemukakan pendapat selama proses pembelajaran berlangsung. Mereka juga merasa gugup dan kurang yakin ketika diminta tampil di depan kelas, mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain atau teman baru, serta merasa tidak percaya diri karena kondisi fisik yang dimiliki. Akibatnya, siswa cenderung lebih pasif, kurang bergaul, dan enggan menunjukkan kemampuan yang mereka miliki karena takut mendapat penilaian negatif atau penolakan dari lingkungan sekitar. Kondisi ini menunjukkan perlunya peran guru Bimbingan dan Konseling dalam memberikan bantuan melalui strategi bimbingan yang tepat dan terarah.

Menurut Kasenda (2023), sekolah seharusnya menjadi lingkungan yang aman dan nyaman bagi peserta didik untuk belajar, beraktivitas, serta mengembangkan potensi diri secara optimal tanpa merasa tertekan. Respons individu dalam menyikapi situasi menekan atau kecemasan sosial di sekolah memang berbedabeda; sebagian mampu mengatasinya dengan tindakan efektif, sementara sebagian lainnya justru menggunakan koping yang tidak efektif (Hartati, 2022). Oleh karena itu, penelitian ini memfokuskan pada analisis kondisi ketidak percaya diri siswa di SMPN 1 Tomohon dan bagaimana bentuk strategi yang di lakukan oleh guru bimbingan dan konseling untuk mengatasinya.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi. Tujuannya adalah untuk memahami secara mendalam bagaimana strategi guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi ketidak percaya diri siswa berdasarkan pengalaman dan informasi yang di peroleh langsung dari para informan di lapangan. Data yang dikumpulkan disajikan dalam bentuk uraian atau penjelasan yang berasal dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi bukan dalam bentuk angka atau perhitungan statistik Tempat pelaksanaan penelitian di SMPN 1 Tomohon pada tahun 2026. Sumber data atau subjek dalam penelitian ini berjumlah 4 orang informan yang dipilih secara purposif (purposive sampling), yang terdiri dari Guru Bimbingan dan Konseling selaku informan utama, Wakil Kepala Sekolah, Wali Kelas, dan peserta didik yang bersangkutan selaku informan pendukung. Teknik pengumpulan data di lakukan melalui triangulasi metode dengan mengombinasikan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku siswa selama kegiatan belajar dan layanan bimbingan konseling. Wawancara mendalam dilakukan kepada seluruh informan dengan menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun, sedangkan dokumentasi digunakan untuk melengkapi data penelitian berupa foto kegiatan, arsip, dan rpl bimbingan konseling. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis melalui beberapa tahap, yaitu memilih dan menyederhanakan data yang penting, kemudian menyajikannya dalam bentuk yang mudah dipahami serta menarik dan

verifikasi kesimpulan Keabsahan data diuji menggunakan teknik perpanjangan pengamatan dan triangulasi sumber.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Kepercayaan Diri Siswa di SMP Negeri 1 Tomohon hasil penelitian menunjukkan bahwa masih ada beberapa siswa di SMP Negeri 1 Tomohon yang mengalami masalah kepercayaan diri. Hal ini terlihat dari sikap siswa yang ragu untuk menyampaikan pendapat saat pembelajaran berlangsung, kurang percaya diri ketika diminta tampil di depan kelas, serta mengalami kesulitan dalam berkomunikasi atau berinteraksi dengan orang yang belum dikenal. Selain itu, beberapa siswa juga sering merasa minder dan takut melakukan kesalahan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling, siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah cenderung kurang aktif dalam bergaul dengan teman-temannya, lebih memilih menyendiri, dan kurang berani menunjukkan kemampuan yang sebenarnya mereka miliki. Meskipun memiliki potensi yang baik, rasa malu dan keraguan terhadap diri sendiri membuat kemampuan tersebut belum dapat berkembang secara maksimal. Siswa yang kurang percaya diri sering bersikap pasif selama proses pembelajaran. Mereka jarang bertanya, enggan memberikan pendapat, dan merasa takut jika melakukan kesalahan di depan guru maupun teman-teman. Kondisi tersebut menyebabkan keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar dan aktivitas sosial di sekolah menjadi kurang optimal. Walaupun memiliki kemampuan dan potensi yang baik, beberapa siswa belum mampu mengembangkan kemampuan tersebut secara maksimal karena masih merasa malu dan kurang yakin pada diri sendiri, siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah cenderung kurang aktif selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Mereka lebih banyak diam, jarang bertanya, dan enggan menyampaikan pendapat karena khawatir melakukan kesalahan atau mendapatkan tanggapan yang kurang baik dari orang lain. Kondisi ini membuat keterlibatan siswa dalam proses belajar maupun kegiatan sosial di sekolah menjadi kurang optimal, sehingga potensi yang mereka miliki belum dapat berkembang dengan baik. Selain itu, mereka juga merasa kurang nyaman ketika harus tampil atau berbicara di depan orang lain. Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar maupun aktivitas sosial di lingkungan sekolah, sehingga perkembangan potensi yang dimiliki belum dapat berkembang secara optimal. Namun, setelah menerima bimbingan dan dukungan dari guru bimbingan konseling, mulai tampak perubahan yang positif. Beberapa siswa menjadi lebih berani berinteraksi dengan teman-teman, lebih aktif berpartisipasi dalam berbagai kegiatan di sekolah, serta menunjukkan peningkatan rasa percaya diri dalam bermacam situasi. Dengan demikian, layanan bimbingan dan konseling yang diberikan telah mendukung siswa untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka secara bertahap.

Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Ketidakpercayaan Diri Siswa hasil penelitian menunjukkan bahwa guru bimbingan konseling menerapkan beberapa strategi untuk mengatasi ketidakpercayaan diri siswa. Strategi tersebut diawali dengan mengidentifikasi latar belakang permasalahan siswa melalui komunikasi dengan siswa, wali kelas, guru mata pelajaran, dan orang tua. Langkah ini dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya kepercayaan diri siswa. Setelah proses identifikasi dilakukan, guru bimbingan konseling memberikan layanan konseling individu sebagai upaya membantu siswa memahami dirinya, mengenali potensi yang dimiliki, serta menemukan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi. Selain konseling individu, guru bimbingan konseling juga memberikan motivasi, dukungan, dan penguatan positif (*positive reinforcement*) kepada siswa. Bentuk penguatan yang diberikan berupa pujian, apresiasi, perhatian, dan dorongan ketika siswa menunjukkan usaha maupun perkembangan positif. Guru bimbingan konseling juga memberikan berbagai kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan dan menunjukkan kemampuan dirinya melalui kegiatan yang dapat melatih keberanian. Kegiatan tersebut antara lain berbicara di depan kelas, dan membuat video yang berisi cerita tentang diri sendiri dan lingkungan pertemanannya. Melalui kegiatan tersebut, siswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasi sekaligus membangun rasa percaya diri secara bertahap.

Penerapan strategi tersebut menunjukkan perkembangan yang positif, Beberapa siswa mulai menunjukkan keberanian untuk berbicara di depan kelas, lebih aktif menjalin interaksi dengan teman-temannya, serta lebih yakin dalam mengikuti proses pembelajaran dan berbagai kegiatan sekolah. Keberhasilan upaya ini tidak terlepas dari dukungan dan kerja sama yang baik antara guru bimbingan

konseling, wali kelas, guru mata pelajaran, orang tua, serta lingkungan sekolah yang mendukung perkembangan siswa. Penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat siswa di SMP Negeri 1 Tomohon yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Kondisi ini terlihat dari perilaku siswa yang cenderung pasif selama proses pembelajaran, kurang berani menyampaikan pendapat, lebih sering menyendiri, serta merasa ragu terhadap kemampuan yang dimiliki. Temuan tersebut didukung oleh teori Maslow yang menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu kebutuhan penting yang membantu individu mengembangkan potensi diri dan mencapai aktualisasi diri secara optimal. Apabila kepercayaan diri siswa rendah, maka mereka akan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dan kurang maksimal dalam mengembangkan kemampuan akademiknya.

Guru Bimbingan dan Konseling menyusun strategi dalam membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan menerapkan pendekatan behavioristik. Pendekatan ini menjelaskan bahwa perilaku seseorang dapat berkembang melalui proses pembelajaran yang terjadi dari pengalaman yang diperoleh dalam lingkungan sekitarnya. Dalam praktiknya, guru Bimbingan dan Konseling memberikan berbagai kegiatan yang mendorong siswa untuk lebih aktif dan berani. Siswa di beri kesempatan untuk tampil di depan kelas, berkomunikasi dengan teman-teman, serta menyampaikan ide, pendapat, dan perasaannya dengan lebih terbuka. Melalui kegiatan tersebut, siswa diharapkan dapat meningkatkan keberanian, keterampilan berinteraksi, dan rasa percaya diri secara bertahap. Selain itu, guru bimbingan konseling juga memberikan dukungan positif berupa pujian, dorongan, perhatian, dan penghargaan atas setiap usaha yang dilakukan siswa.

Bentuk penghargaan tersebut membuat siswa merasa dihargai dan terdorong untuk terus memperlihatkan perilaku yang baik. Penelitian ini didukung oleh teori B. F. Skinner yang menyatakan bahwa perilaku yang mendapat penguatan positif cenderung akan diulang pada kesempatan mendatang. Melalui proses ini, siswa belajar untuk lebih percaya pada kemampuannya. Layanan konseling individu juga merupakan salah satu langkah yang diambil oleh guru bimbingan konseling untuk membantu siswa yang memiliki masalah dengan kepercayaan diri. konseling individu, guru bimbingan konseling bisa memahami penyebab rendahnya kepercayaan diri siswa, baik yang bersumber dari kepribadian, pengalaman masa lalu, maupun pengaruh lingkungan sosial. Melalui layanan ini, siswa diberikan ruang untuk menceritakan perasaan, pengalaman, dan masalah yang sedang mereka alami secara terbuka. Melalui proses tersebut, guru bimbingan konseling dapat mengetahui kebutuhan dan kesulitan yang dialami siswa sehingga bantuan yang diberikan dapat disesuaikan dengan kondisi masing-masing siswa. Berdasarkan hasil penelitian, berbagai upaya yang dilakukan guru bimbingan konseling memberikan dampak positif terhadap perkembangan kepercayaan diri siswa. Perubahan ini terlihat dari meningkatnya keberanian siswa untuk menyampaikan pendapat di depan kelas, kemampuan mereka dalam menjalin komunikasi dengan teman sebaya, serta keikutsertaan yang lebih aktif dalam berbagai kegiatan di sekolah. Penelitian ini didukung oleh teori Kasenda (2023) yang menjelaskan bahwa sekolah memiliki peran yang besar dalam mendukung perkembangan potensi peserta didik melalui lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan kondusif.

Selain lingkungan sekolah, dukungan dari keluarga juga menjadi faktor yang penting dalam membangun dan meningkatkan kepercayaan diri siswa. Hal ini didukung oleh teori Thursan Hakim yang menekankan pentingnya peran keluarga dalam pembentukan kepribadian dan keyakinan diri anak. Pendekatan yang digunakan oleh guru bimbingan konseling, termasuk identifikasi permasalahan, pemberian dorongan, penguatan positif, serta peluang bagi siswa untuk mengekspresikan diri, telah berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri para siswa di SMP Negeri 1 Tomohon. Pendekatan ini perlu dilanjutkan secara konsisten agar perkembangan rasa percaya diri siswa dapat berlangsung dengan lebih baik.

SIMPULAN

Melalui analisis data dan diskusi yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa: Situasi awal ketidakpercayaan diri pada siswa di SMPN 1 Tomohon sangat memprihatinkan, terlihat dari perilaku mereka yang pasif, cenderung menyendiri, ketakutan untuk berbicara di depan umum, dan rasa rendah diri yang menghambat kemampuan mereka. Dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa, guru Bimbingan dan Konseling menerapkan strategi yang terencana dan berkesinambungan. Strategi tersebut mencakup identifikasi latar belakang siswa melalui komunikasi dengan orang tua, pelaksanaan konseling individu, pemberian motivasi dan penguatan positif, serta penyediaan kegiatan yang

mendorong siswa untuk mengekspresikan diri, seperti pembuatan video. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan strategi tersebut memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa, yang di tandai dengan bertambahnya keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya. Jika ditinjau dari teori behavioristik yang dikemukakan oleh Skinner, keberhasilan tersebut terjadi karena adanya dukungan lingkungan dan pemberian penguatan positif secara terus-menerus, sehingga siswa yang sebelumnya pasif menjadi lebih aktif, berani berpartisipasi, dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala penyertaan dan kekuatan selama penyusunan artikel ini. Dengan penuh rasa hormat, peneliti juga menyampaikan terima kasih kepada kedua orang tua, keluarga, dan sahabat yang senantiasa mendoakan dan mendukung. Ucapan penghargaan khusus ditujukan kepada dosen pembimbing skripsi, Rinna Yuanita Kasenda, S.Th., M.Teol., M.Pd dan Meike Endang Hartati, SH., S.Psi., M.Psi, atas bimbingan dan arahan yang diberikan. Semoga kebaikan mereka mendapat balasan yang melimpah dari Tuhan Yang Maha Esa.

REFERENSI

- Anwar. (2018). Pengembangan Kepercayaan Diri dalam Pendidikan Karakter. Jakarta: Ragam Media.
- Badrujama, Alip. (2011). Pengantar Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Jakarta: Indeks.
- Hakim, Thursan. (2021). Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri pada Remaja. Bandung: Puspa Swara.
- Hartarti (2025). *PENGARUH STRATEGI COPING TERHADAP KESEJAHTERAAN*. 5(1), 559–574.
- Ismaya. (2015). Bimbingan dan Konseling: Studi Pribadi dan Profesionalitas Konselor. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Karyono. (2021). Teknik-Teknik Konseling Individual dalam Praktik. Semarang: Widya Karya.
- Kasenda, R., Supit, E., Tonapa, N., Kojoh, A., & Lini, S. (2023). *Analisis Perilaku Bullying Antar Siswa Yang Mengakibatkan Terjadinya Perubahan Tingkah Laku*.
- Suryani, dkk. (2023). Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik di SMK Negeri 2 Tondano. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 4(2), 115-122.
- Walgito, Bimo. (2010). Bimbingan dan Konseling (Studi & Karier). Yogyakarta: Andi Offset.
- Yuwinda, dkk. (2023). Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX di
- Gori, Yuwinda. (2023). Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX di SMP Negeri 2 Toma. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keguruan*. Universitas Nias Raya.