

## Pendekatan *Client Centered* Dengan Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan Kurang Percaya Diri Dari Pergaulan Teman Sebaya

Veninda Herinawati<sup>1</sup>, Masturi<sup>2</sup>, Richma Hidayati<sup>3</sup>

Bimbingan dan Konseling, FKIP, Muria Kudus

Email: [venindah@gmail.com](mailto:venindah@gmail.com)<sup>1</sup>, [masturi@umk.ac.id](mailto:masturi@umk.ac.id)<sup>2</sup>, [richma.hidayati@umk.ac.id](mailto:richma.hidayati@umk.ac.id)<sup>3</sup>

### Info Artikel

**Keyword:**

*Client Centered*  
*Problem Solving*  
*Confidence*  
*Peers*

### Abstract

Lack of self-confidence in a person usually arises because of fear, anxiety, worry, and lack of confidence in the abilities that exist in themselves. Someone who has a lack of self-confidence will show different behavior from people in general, such as unable to do much, shy, inferior, and always doubtful in carrying out their duties, not daring to speak in public, so they need support from others. The problem in this research is how the BK teacher overcomes the lack of self-confidence from peer association in the VIII grade of SMP 4 Kudus. Self-confidence can be interpreted as a belief in one's own abilities that are adequate and aware of their abilities and can use them appropriately, so as not to harm others. On the other hand, people who lack self-confidence have a negative self-concept, lack confidence in their abilities, and therefore lack of self-confidence needs to be increased to become confident. This research uses a case study qualitative research method, which is a form of research based on human understanding and behavior based on human opinion, and the research subjects can be individuals or groups.

### Pendahuluan

Kurang percaya diri pada seseorang biasanya muncul karena adanya ketakutan, keresahan, khawatir, dan rasa tidak yakin pada kemampuan yang ada pada dirinya sendiri. Seseorang yang kurang percaya diri ia akan menunjukkan perilaku yang berbeda dengan orang pada umumnya seperti tidak bisa berbuat banyak, malu, minder, dan selalu ragu dalam menjalankan tugas, tidak berani berbicara di depan umum, sehingga ia membutuhkan dukungan-dukungan dari orang lain untuk menutupi kekurangannya.

Percaya diri setiap orang berbeda, ada yang mempunyai percaya diri rendah atau yang disebut dengan kurang percaya diri dan ada pula yang mempunyai rasa percaya diri yang baik. Percaya diri adalah suatu keyakinan pada diri sendiri bahwa dirinya mempunyai kemampuan atau potensi. Faktor dari dalam diri individu sangat penting, karena sangat dibutuhkan untuk mencapai tujuan hidup. Menurut (Thrusman Hakim, 2014) bahwa kepercayaan pada diri sendiri atau seseorang yang mempunyai rasa percaya diri dapat diamati melalui perilaku yang meliputi: keberanian, hubungan sosial, tanggung jawab dan harga diri.



Kurangnya percaya diri siswa dari pergaulan teman sebaya di sekolah pada umumnya terjadi ketika siswa mulai memasuki sekolah baru yaitu sekolah lanjutan pertama, dimana siswa sedang memasuki masa remaja baik secara psikologis maupun fisiologis, yaitu usia dimana siswa tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama terutama dalam masalah perkembangan intelektual yang mencolok, yang menumbuhkan transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja yang memungkinkan untuk mencapai integritas dalam hubungan sosial dengan orang dewasa. (LN, 2010)

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat khasnya dan peranannya dalam menentukan kehidupan individu di dalam masyarakat, baik di sekolah maupun dalam lingkungan keluarga. Hal itulah yang membuat masalah bagi banyak siswa yang kurang mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang baru dan akhirnya mereka menarik diri dengan teman sebaya, sehingga mereka akan selalu merasa kurang percaya diri dalam pergaulannya dengan teman sebaya.

Kurang percaya diri yang melekat pada diri siswa menyebabkan siswa terisolir dari teman-temannya, karena disebabkan beberapa hal antara lain: status ekonomi orang tua, penampilan diri yang kurang menarik, tidak dapat menyesuaikan diri, tidak sportif, pendiam, mempunyai kelainan-kelainan fisik atau non fisik, juga karena adanya perbedaan ras, suku dan budaya. (Rohayati, 2017). Apabila siswa yang mengalami kurang percaya diri dibiarkan saja, tanpa adanya solusi dan tindakan, maka akan berpengaruh terhadap perkembangan sosialnya dimasa yang akan datang. Maka perlu dilakukan upaya-upaya untuk memperbaiki perilaku siswa agar mampu melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungannya khususnya dalam pergaulan dengan teman sebayanya di sekolah, yaitu dengan pemberian layanan bimbingan dan konseling.

Percaya diri pada siswa dapat ditingkatkan melalui Bimbingan dan konseling. Bimbingan dan Konseling merupakan proses bantuan yang diberikan oleh pembimbing (konselor) kepada individu melalui hubungan tatap muka atau hubungan timbal balik antara keduanya, supaya individu mempunyai kemampuan atau kecakapan melihat dan menemukan masalahnya sendiri serta mempunyai kemampuan memecahkan masalahnya sendiri yang sedang dihadapinya. (Thohirin, 2007). Terdapat beberapa layanan konseling untuk mengatasi permasalahan yang ada pada siswa kurang percaya diri, salah satunya adalah menggunakan pendekatan *client centered*. *Client centered* bisa disebut juga *psikoterapi nondirective* merupakan suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien, agar tercapai gambaran yang serasi antara *ideal self* (diri klien yang ideal) dengan *actual self* (diri klien sesuai kenyataan yang sebenarnya). (Chasanah, A Hidayati, 2020)

Seperti pendekatan konseling yang lain, pendekatan *client centered* juga menggunakan teknik dalam melakukan terapinya, yaitu menggunakan teknik *problem solving*. Menurut (Djamarah, 2010) bahwa teknik *problem solving* bukan hanya sekedar teknik mengajar, tetapi juga merupakan metode berpikir, dengan *problem solving* dapat digunakan untuk mencari data sampai kepada menarik kesimpulan. Sedangkan menurut (Majid 2011:142) teknik *problem solving* merupakan cara memberikan pengertian dengan menstimulasi anak didik untuk memperhatikan, menelaah dan berpikir tentang sesuatu masalah untuk selanjutnya menganalisa masalah tersebut sebagai upaya untuk memecahkan masalah.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa teknik *problem solving* adalah suatu proses melatih siswa untuk berpikir ilmiah, siswa diajak untuk menilai perubahan-perubahan yang ada pada diri dan lingkungannya, dan membuat pilihan-pilihan baru untuk menentukan tujuan dalam hidupnya. Terapi *client centered* menempatkan tanggung jawab utama terhadap arah terapi pada klien. Tujuannya agar lebih terbuka kepada pengalaman client, mempercayai organisasinya sendiri, mengembangkan evaluasi internal, kesediaan untuk menjadi suatu proses dan dengan cara-cara yang lain yang bergerak menuju taraf-taraf yang lebih tinggi dari aktualisasi diri. (Mahidin Mahidin, 2020)

Berdasarkan dari hasil observasi dan wawancara yang di lakukan oleh peneliti di SMP N 4 Kudus di kelas VIII terdapat 2 siswa yaitu RF, dan FD yang cenderung menutup diri dari pergaulan teman sebaya, dan sering menyendiri. Disamping itu saat pembelajaran sedang berlangsung siswa tersebut tidak mau bertanya meskipun belum faham tentang apa yang dijelaskan oleh guru, dan saat ditanya oleh guru dan disuruh menjelaskan materi, siswa menundukkan kepala sembari diam dan tidak mau berpendapat, sehingga banyak teman-teman di kelasnya yang membully siswa tersebut. Dengan hal tersebut maka guru dalam melakukan konseling mengatasi siswa yang kurang percaya diri yang mempunyai perilaku pendiam, pemalu, dan suka menyendiri karena tidak mempunyai teman, yaitu dengan cara mempersilahkan klien untuk mengungkapkan apa yang telah dialaminya, sedangkan konselor menjadi pendengar yang baik dan peka terhadap keluhan kesah klien, sehingga klien merasa dimengerti dan dipahami, dan langkah selanjutnya konselor mengambil tindakan untuk memecahkan masalah klien dengan menggunakan pendekatan *client centered* dengan teknik *problem solving*.

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait percaya diri, karena menurut peneliti percaya diri merupakan pondasi yang akan membentuk kepribadian siswa untuk di kehidupan selanjutnya, dengan mempunyai percaya diri yang tinggi maka seseorang akan dapat meningkatkan kualitas hidupnya sehingga dapat menjalani kehidupannya dengan bahagia, tidak minder, tidak takut dalam menghadapi masalah-masalah yang ada. Dengan demikian peneliti akan memberi judul penelitian ini dengan judul "*Pendekatan*

*Client Centered Dengan Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Kurang Percaya Diri Siswa dari Pergaulan Teman Sebaya* “.

### Metode Penelitian

Penelitian ini adalah merupakan penelitian yang berjenis kualitatif study kasus dengan pendekatan deskriptif. Pengumpulan data pada penelitian ini melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Tempat penelitian ini dilakukan di SMPN 4 Kudus, dengan subyek penelitian pada penelitian ini peneliti sendiri dan obyek penelitian adalah 2 siswa SMPN 4 Kudus yang berinisial RF dan FD yang mempunyai kasus sama yaitu kurang percaya diri dari pergaulan teman sebaya. Analisis data pada penelitian ini menggunakan data interaktif yang dikembangkan oleh Miles and Huberman, yang dimulai dari pengumpulan data, reduksi data, penyajian data hingga ke penarikan kesimpulan.

### Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan judul penelitian “pendekatan *client centered* dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan rasa kurang percaya diri dari pergaulan teman sebaya pada siswa kelas VIII di SMPN 4 Kudus tahun pelajaran 2021/2022” telah didapatkan beberapa faktor penyebab kurang percaya diri pada konseli 1 dan konseli 2 yang akan dibahas oleh peneliti di bawah ini.

#### 1. Konseli 1 (RF)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 19 Juli 2022 dan pada tanggal 26 Juli 2022, dapat disimpulkan bahwa RF mempunyai perilaku kurang percaya diri dalam pergaulan teman sebaya. Kurang percaya diri RF dapat ditunjukkan melalui perilakunya yang nampak yaitu: suka menyendiri baik di dalam kelas maupun di luar kelas, tidak mempunyai teman bergaul, merasa cemas dan takut jika ada pertanyaan dari guru, tidak bisa mengambil keputusan dan cenderung bergantung pada temannya. Dari hasil penelitian terhadap konseli 1 (RF) bahwa adanya faktor-faktor penyebab kurangnya percaya diri, antara lain faktor internal dan faktor eksternal.

##### a. Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang datangnya dari dalam diri konseli sendiri. Faktor yang menyebabkan RF kurang percaya diri dikarenakan dari fisik RF merasa pendek dan kalau berbicara sering gagap serta mempunyai sifat pemalu. Selain itu RF sulit bergaul karena sering diejek oleh teman sebayanya, sehingga RF minder dalam pergaulan teman sebaya.

##### b. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar diri konseli. Faktor yang menyebabkan konseli RF kurang percaya diri karena

adanya lingkungan yang kurang mendukung. Lingkungan sekolah maupun lingkungan di rumah kurang memotivasi pada diri RF, keluarga juga kurang memperhatikan RF, sehingga RF sering dibuli oleh teman-temannya.

Berdasarkan hasil penelitian di atas yaitu pada diri RF, bahwa faktor penyebab kurang percaya diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor (Hakim, 2012: 12-23) adalah sebagai berikut:

- a. Konsep diri
- b. Intelegensi/kecerdasan
- c. Kepribadian yang cemas dan penakut
- d. Kondisi fisik
- e. Ekonomi rendah
- f. Pendidikan
- g. Sulit beradaptasi dengan lingkungan

Pada saat melakukan konseling pada pertemuan pertama RF menceritakan permasalahannya pada konselor yaitu dirinya sering dibuli oleh teman-teman sekelasnya, sering diacuhkan temannya, sulit bergaul, dan tidak berani menjawab pertanyaan guru saat kegiatan pembelajaran di dalam kelas. Pada saat proses konseling, peneliti mengamati bahwa konselor melakukan tahapan-tahapan pendekatan *client centered* untuk melakukan terapi pada konseli, peneliti mengamati bahwa konselor meminta pada konseli untuk menceritakan semua permasalahannya, setelah itu konselor mengajak konseli untuk merumuskan permasalahan yang ada, dan membantu konseli untuk memecahkan permasalahan tersebut dengan cara berpikirnya sendiri. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Roger (Adi, 2020) pendekatan *Client Centered* adalah bentuk konseling yang berpusat pada klien atau konseli yang menekankan pada kecakapan klien/konseli untuk menentukan isu yang penting bagi dirinya dan pemecahan masalah yang ada pada dirinya sendiri.

Pada saat proses konseling pertemuan kedua, konseli sudah ada perubahan, yang ditandai dengan keberanian konseli menyapa guru dan teman-temannya terlebih dahulu, serta mau menunjukkan potensi yang ada pada dirinya. Dalam hal ini langkah-langkah pendekatan *client centered* telah dilakukan oleh konseli. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Wills dalam (Adi, 2020) pendekatan *Client Centered* merupakan sebuah metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien, agar tercapai gambaran yang serasi antara *ideal self* dengan *actual self*. Potensi yang dimaksud pada diri RF adalah RF mampu menyalurkan hobinya yaitu membaca, sehingga akhirnya potensi RF dapat teraktualisasikan melalui membaca, sehingga RF dapat menjawab pertanyaan dari guru ketika pembelajaran berlangsung. Hal ini berarti

gambaran diri antara *ideal self* dan *actual self* pada diri RF telah tercapai secara seimbang.

Kemudian pada saat proses konseling pertemuan ketiga, bukti perubahan pada diri RF telah nampak nyata, yaitu RF selalu mengikuti langkah-langkah konseling dan diterapkan pada dirinya, sehingga banyak perubahan yang ada pada diri RF, dahulu yang awalnya RF suka menyendiri, kalau berbicara gagap, dan juga tidak berani menjawab pertanyaan guru, namun setelah mengikuti konseling selama dua minggu dengan tiga kali pertemuan, RF sudah mempunyai teman bergaul, RF menjadi siswa yang berkepribadian optimis, selalu menjawab pertanyaan guru, dan juga tidak bergantung lagi pada orang lain serta mampu memecahkan masalah sendiri. Berdasarkan perubahan yang ada pada diri RF tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling dengan pendekatan *client centered* dapat meningkatkan rasa kurang percaya diri siswa menjadi percaya diri. Hal tersebut sesuai pendapat Lauster (Peter, 2020) bahwa seseorang yang memiliki rasa percaya diri mempunyai ciri-ciri atau indikator sebagai berikut:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri sendiri
- b. Optimis
- c. Obyektif
- d. Bertanggung jawab
- e. Rasional.

## 2. Konseli 2 (FD)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 20 Juli 2022 dan pada tanggal 26 Juli 2022, dapat disimpulkan bahwa FD mempunyai perilaku kurang percaya diri dalam pergaulan teman sebaya. Kurang percaya diri FD dapat ditunjukkan melalui perilakunya yang nampak yaitu: tidak berani berpendapat di kelas, suka marah jika diejek oleh temannya, suka memukul meja, mudah terpengaruh oleh perkataan orang lain.

Dari hasil penelitian terhadap konseli 2 (FD) bahwa adanya faktor-faktor penyebab kurangnya percaya diri, antara lain faktor internal dan faktor eksternal.

### a. Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang datangnya dari dalam diri konseli sendiri. Faktor yang menyebabkan FD kurang percaya diri dikarenakan dari perilaku FD yang suka marah, merasa terabaikan oleh teman-temannya.

### b. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar diri konseli. Faktor yang menyebabkan konseli FD kurang percaya diri karena adanya

lingkungan yang kurang mendukung, seperti kurang perhatian dari keluarga, dan faktor pekerjaan orang tua sebagai buruh pabrik.

Berdasarkan hasil penelitian di atas yaitu pada diri FD, bahwa faktor penyebab kurang percaya diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Adapun ciri-cirinya menurut Thursan Hakim (2014) yaitu sebagai berikut:

- a. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
- b. Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial, atau ekonomi
- c. Sulit menetralsisir timbulnya ketegangan di dalam suatu situasi
- d. Gugup dan terkadang bicara gagap
- e. Memiliki latar belakang keluarga kurang baik
- f. Tidak mempunyai kelebihan pada bidang tertentu dan tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu
- g. Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya.

Berdasarkan permasalahan yang nampak pada diri FD, maka dilakukanlah konseling yang dilaksanakan selama dua minggu dengan tiga kali pertemuan. Pada saat melakukan konseling pada pertemuan pertama FD menceritakan permasalahannya pada konselor yaitu dirinya sering dibuli oleh teman-teman sekelasnya, sering diacuhkan temannya, sulit bergaul, dan tidak berani menjawab pertanyaan guru saat kegiatan pembelajaran di dalam kelas. Pada saat proses konseling, peneliti mengamati bahwa konselor melakukan tahapan-tahapan pendekatan *client centered* untuk melakukan terapi pada konseli, peneliti mengamati bahwa konselor meminta pada konseli untuk menceritakan semua permasalahannya, setelah itu konselor mengajak konseli untuk merumuskan permasalahan yang ada, dan membantu konseli untuk memecahkan permasalahan tersebut dengan cara berpikirnya sendiri. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Roger dalam (Pujosuwarno, 2012) pendekatan *Client Centered* adalah bentuk konseling yang berpusat pada klien atau konseli yang menekankan pada kecakapan klien/konseli untuk menentukan isu yang penting bagi dirinya dan pemecahan masalah yang ada pada dirinya sendiri.

Pada saat proses konseling pertemuan kedua, konseli sudah ada perubahan, yang ditandai dengan keberanian konseli menyapa guru dan teman-temannya terlebih dahulu, serta mau menunjukkan potensi yang ada pada dirinya. Dalam hal ini langkah-langkah pendekatan *client centered* telah dilakukan oleh konseli. Hal tersebut sejalan dengan pendapat (Wills, 2010) pendekatan *Client Centered* merupakan sebuah metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien, agar tercapai gambaran yang serasi antara *ideal self* dengan *actual self*. Potensi yang dimaksud pada diri FD adalah FD mampu menyalurkan hobinya yaitu

membaca, sehingga akhirnya potensi FD dapat teraktualisasikan melalui membaca, sehingga FD dapat menjawab pertanyaan dari guru ketika pembelajaran berlangsung. Hal ini berarti gambaran diri antara *ideal self* dan *actual self* pada diri FD telah tercapai secara seimbang.

Kemudian pada saat proses konseling pertemuan ketiga, bukti perubahan pada diri FD telah nampak nyata, yaitu FD selalu mengikuti langkah-langkah konseling dan diterapkan pada dirinya, sehingga banyak perubahan yang ada pada diri FD, dahulu yang awalnya FD suka marah, tidak mempunyai teman bergaul, dan juga tidak berani mengungkapkan pendapat, namun setelah mengikuti konseling selama dua minggu dengan tiga kali pertemuan, FD sudah mempunyai teman bergaul melalui mengikuti ekstrakurikuler band di sekolahannya, FD menjadi siswa yang berkepribadian optimis, berani berpendapat dan juga tidak mementingkan dirinya sendiri. Berdasarkan perubahan yang ada pada diri FD tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling dengan pendekatan *client centered* dapat meningkatkan rasa kurang percaya diri siswa menjadi percaya diri. Perubahan yang ada pada diri FD, sesuai dengan pendapat (Paramitha, 2020) dalam bahwa ciri-ciri seseorang yang percaya diri adalah sebagai berikut:

- a. Percaya pada kemampuan atau kompetensi diri, sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan ataupun penghormatan dari orang lain
- b. Tidak terdorong menunjukkan sikap konformis demi diterima orang lain dalam bersosial
- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan dari orang lain
- d. Mempunyai rasa pengendalian diri yang baik
- e. Memiliki internal *locus of control*
- f. Mempunyai cara pandang yang positif dalam menghadapi situasi atau masalah, baik pada diri sendiri maupun orang lain
- g. Mempunyai harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang ada dapat disimpulkan bahwa penggunaan *client centered* dalam bimbingan konseling ternyata mampu memberikan dampak perubahan yang signifikan pada diri siswa yaitu mampu mengatasi permasalahannya sendiri dan terbebas dari rasa cemas dan khawatir, yang semula kurang percaya diri dan setelah diadakannya konseling berubah menjadi percaya diri.

## Simpulan

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, baik data melalui wawancara maupun data melalui observasi terkait penelitian menggunakan pendekatan *Client Centered* dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan rasa



kurang percaya diri dari pergaulan teman sebaya pada siswa kelas VIII-E dan VIII-F SMPN 4 Kudus terdapat beberapa kesimpulan, yaitu sebagai berikut:

### 1. Kasus Konseli 1

Faktor yang menyebabkan kurang percaya diri pada konseli 1 (RF) adalah dikarenakan beberapa faktor yaitu:

#### a. Faktor internal

Faktor yang menyebabkan RF kurang percaya diri dikarenakan dari fisik RF merasa pendek dan kalau berbicara sering gagap serta mempunyai sifat pemalu. Selain itu RF sulit bergaul karena sering diejek oleh teman sebayanya, sehingga RF minder dalam pergaulan teman sebaya.

#### b. Faktor eksternal

Faktor yang menyebabkan konseli RF kurang percaya diri karena adanya lingkungan yang kurang mendukung. Lingkungan sekolah maupun lingkungan di rumah kurang memotivasi pada diri RF, keluarga juga kurang memperhatikan RF, sehingga RF sering dibuli oleh teman-temannya.

### 2. Kasus Konseli 2 (FD)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 20 Juli 2022 dan pada tanggal 26 Juli 2022, dapat disimpulkan bahwa FD mempunyai perilaku kurang percaya diri dalam pergaulan teman sebaya. Kurang percaya diri FD dapat ditunjukkan melalui perilakunya yang nampak yaitu: tidak berani berpendapat di kelas, suka marah jika diejek oleh temannya, suka memukul meja, mudah terpengaruh oleh perkataan orang lain.

Dari hasil penelitian terhadap konseli 2 (FD) bahwa adanya faktor-faktor penyebab kurangnya percaya diri, antara lain faktor internal dan faktor eksternal.

#### a. Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang datangnya dari dalam diri konseli sendiri. Faktor yang menyebabkan FD kurang percaya diri dikarenakan dari perilaku FD yang suka marah, merasa terabaikan oleh teman-temannya.

#### b. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar diri konseli. Faktor yang menyebabkan konseli FD kurang percaya diri karena adanya lingkungan yang kurang mendukung, seperti kurang perhatian dari keluarga, dan faktor pekerjaan orang tua sebagai buruh pabrik.

### Daftar Pustaka

- Adi, K. J. (2020). *Esensial Konseling Pendekatan Trait and Factor dan Client Centered*. Garudhawaca.
- Djamarah, S. B. (2010). *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*. Rineka Cipta.
- KRN Chasanah, A Hidayati, A. M. (2020). Peran Konseling Client Centered Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Advice*,2, 91–101.
- LN, S. Y. (2010). *Psikologi Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya.

- 
- Mahidin Mahidin, N. F. B. (2020). Penerapan Teori Client Centered dalam Pelayanan Konseling Individual di Mts Darussalam. *Jurnal Ikatan Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2, 1.
- Paramitha, Y. (2020). Pengaruh Pendekatan Client Centered terhadap Kepercayaan Diri Siswa di Kisaran. *Jurnal Ikatan Dan Alumni Bimbingan Konseling Islam*, 2.
- Peter, L. (2020). *Tes Kepribadian*. Bumi Aksara.
- Pujosuwarno, S. (2012). *Petunjuk Praktis Pelaksanaan Konseling*. IKIP VETERAN.
- Rohayati, I. (2017). Program Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Bimbingan Dan Konseling*, 1(ISSN 1412-565X), 369.
- Thohirin. (2007). *Bimbingan dan konseling di Sekolah dan Madrasah berbasis Integrasile*. Grafindo Persada.
- Hakim, T. (2014). *Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri*. Puspa Swara.
- Wills. (2010). *Person Centered Counseling*. SAGE.