



## **Pengaruh Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Bagi Mahasiswa**

Hilda Amaliyah Lubis<sup>1</sup>, Syaukani<sup>2</sup>, Sri Wahyuni<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia  
Jalan Williem Iskandar Pasar V Medan Estate, 20371

Email: [hildaamaliyah1@gmail.com](mailto:hildaamaliyah1@gmail.com)

*Corresponding Author:* Hilda Amaliyah Lubis

### **ABSTRACT**

*The aimed of this study was to know the effects of counseling in overcoming the lack of confidence of students in the departement Islamic Education Guidance and Counseling 6th semester. The research methodology of this study used quantitative approach with the kind of research quasy experiment non-equivalent control group design. The research was done at UINSU Medan. The population of this research were the entire students at the department of Islamic Education Counseling and Guidance 6th semester. The samples of this research were chosen from class bkpi-1 as an experiment class and bkpi-2 as a control class. Tho total samples were 40 students.*

*Result of the study showed that there is an influence of counseling guidance in overcoming the lack of confidence of thhe students at the department of Islamic Education Guidance and Counseling 6th semester. It was proved by the results of Pos-test. The value of control class students is (69.55) and the value of experimental class students is (80.45). Therefore, this researchs conclude that guidance and counseling have a positive and significant impact on students' confidence at the departement of Islamic Education Counseling and Guidance 6th semester: Based on the results of data analysis using simple linear regression tests that it is significant value of 0.05 where the value is less than 0.05 or  $T < 0.05$ , and the value of regression coefficient of guidance and counseling is 1.621, and the So, it can be conclude that group guidance has a positive influence on confidence levels of the students.*

*Keywords: Guidance Counseling, Overcoming Lack of Confidence*

### **PENDAHULUAN**

Bimbingan konseling merupakan proses bantuan untuk mahasiswa baik individu/ kelompok agar mandiri dan berkembang secara optimal dalam hubungan pribadi, sosial, belajar, karier, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung atas dasar norma-norma yang berlaku.. Oleh karena itu bimbingan dan konseling harus mampu untuk mengetahui apa permasalahan yang sedang dihadapi mahasiswa dan mampu menyelesaikannya dengan metode yang tepat. Dalam proses pendidikan

di kampus, mahasiswa sebagai subjek, merupakan pribadi-pribadi yang unik dengan segala karakteristiknya. Kehidupan mahasiswa sangat dinamis dan berada dalam proses perkembangan, memiliki kebutuhan dan dinamika dalam interaksinya dengan lingkungannya. Tujuan utama bimbingan dan konseling adalah memberikan dukungan pada pencapaian kematangan kepribadian, keterampilan sosial, kemampuan akademik, dan bermuara pada terbentuknya kematangan karir individual yang diharapkan dapat bermanfaat di masa yang akan datang” (Widodo et al., 2021:24).

Mahasiswa dituntut untuk memiliki kemampuan berbicara didepan umum, selain keahlian mengungkapkan pikirannya secara tertulis. Kemampuan mengungkapkan pikiran secara lisan memerlukan kemampuan penguasaan bahasa yang baik agar mudah dimengerti oleh orang lain dan membutuhkan pembawaan diri yang tepat. Kemampuan mahasiswa berbicara didepan umum lebih banyak menggunakan metode diskusi kelompok dan presentasi. Akan tetapi, mahasiswa seringkali merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan, baik pada saat diskusi kelompok, saat mengajukan pertanyaan pada dosen, ataupun ketika harus berbicara didepan kelas saat mempresentasikan tugas. Kondisi tersebut ditandai dengan ketakutan dalam menunjukkan performansi maupun situasi interaksionalnya dengan orang lain. Kondisi tersebut berdampak terhadap kualitas kehidupan individu, mempengaruhi fungsi sosial dan relasi dengan komunitasnya.” (Wahyuni et al., 2013:46).

Kurangnya rasa percaya diri bagi mahasiswa disabilitas mengakibatkan mahasiswa terlalu menutup diri dengan orang lain, jarang berinteraksi dan sulit untuk mengaplikasikan kemampuannya. Percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Kepercayaan diri sangat berperan penting bagi mahasiswa karena kepercayaan diri merupakan aspek yang sangat penting bagi individu untuk mengembangkan potensi diri serta mengaktualisasikan diri bagi mahasiswa” (Sari & Yendi, 2018:79).

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa BKPI-1 dan BKPI-2 semester 6 bahwa percaya diri itu ialah keyakinan yang kuat terhadap pendapat diri sendiri tanpa adanya rasa takut. Menurut Lauster bahwa karakteristik dalam percaya diri adalah suatu sikap atau keyakinan yang dimiliki diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan. Masalahnya ialah ketika pendapat yang kita utarakan tidak dihargai oleh orang lain, sehingga merasa kecewa. Berdampak kepada nilai, dimana ketika tidak percaya diri atau tidak pernah mengeluarkan pendapat dan tanggapan maka berdampak individu sendiri. Mengatasinya adalah menanamkan semangat pada diri sendiri (berbicara kepada diri sendiri), memperkuat rasa optimisme.

Percaya diri adalah sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Mengatasi kurang percaya diri yaitu lebih banyak bersosialisasi, evaluasi diri dan melakukan salah satu jenis layanan dari bimbingan konseling yaitu layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah mahasiswa dengan melakukan secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan baru dari konselor atau membahas secara bersama-sama topik tertentu. (Dinda, 2018:36).

Bimbingan kelompok dapat dilakukan mahasiswa untuk mendapatkan

informasi yang bermanfaat bagi diri mereka, sebagai wadah untuk bersama-sama mengungkapkan kegelisahan dan ketidaknyamanan yang mereka rasakan sehingga menyebabkan mereka kurang percaya diri dalam memberikan pendapat seketika di depan ruangan. Sebagai bagian dari kontrol diri daripada memilih untuk melakukan hal yang mereka senangi namun tidak tepat. Layanan bimbingan kelompok juga dapat menumbuhkan rasa kepedulian dan simpati mahasiswa, karena mereka merasa memiliki masalah yang sama atau bahkan masalah berbicara di depan umum yang mereka miliki lebih sederhana daripada teman kelompok mereka. Sehingga mereka tidak akan merasa sendiri melainkan hal ini akan menimbulkan perasaan nyaman dalam pelaksanaan persentase. Kenyamanan dalam persentase di ruangan kelas ini dapat memberikan pengaruh yang baik dalam aktivitas perkuliahan terutama dalam mengatasi rasa kepercayaan diri mahasiswa.

Percaya pada kemampuan sendiri yaitu suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan yaitu dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk menyakini tindakan yang diambil. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri yaitu adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri dan masa depannya Lauster (dalam Wahyuni, 2014: 54).

Percaya diri adalah suatu sifat yang berasal dari dalam diri yang menunjukkan kepercayaan diri seseorang dalam berbuat dan bertindak terhadap sesuatu, baik itu memberikan pendapat, masukan, ide, gagasannya tanpa malu didepan umum untuk mengeluarkan pendapatnya. Masalah terbesar yang dialami pada rasa kurang percaya diri adalah apabila mendapatkan suatu jawaban dari pertanyaan guru dan memendam jawaban itu sendiri tanpa mau mengeluarkan pendapat sekalipun itu benar karena dalam diri kurangnya rasa kepercayaan diri itu. Maka dari itu terjadi penyesalan karena tidak berani dalam mengeluarkan pendapat maka dari itu masalah terbesar yang harus diubah kedepannya. Dampak ketika kehilangan rasa percaya diri yaitu membuat diri sendiri kurang percaya didepan umum dan dampak yang ditimbulkan adalah tidak mendapatkan pengalaman yang baik, dikarenakan hanya duduk diam mendengarkan tanpa adanya *action* yang dilakukan dalam perkumpulan tersebut. Solusi bimbingan konseling untuk mengatasi kurang percaya diri adalah membantu mahasiswa dalam menangani masalah sehingga mahasiswa dapat mencapai aspek perkembangannya secara optimal sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuan, serta terpecahnya masalah masalah yang terjadi pada diri mahasiswa (konseli).

Percaya diri itu merupakan kemampuan dalam menyakinkan diri pada kemampuan yang kita miliki atau kemampuan untuk mengembangkan penilaian positif baik untuk diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Karena kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakni mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Dari paparan di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat masalah dalam penelitian ini dengan judul "Pengaruh Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Bagi Mahasiswa".

## Metode

Metode dalam penelitian kuantitatif ini peneliti menggunakan metode penelitian quasi eksperimen bentuk *Nonequivalent Control Group Desain*. Bentuk desain eksperimen ini mempunyai kelas eksperimen dan kelas kontrol, tetapi tidak sepenuhnya dapat mengontrol variabel-variabel luar yang dapat mempengaruhi variabel dependen. Maka dalam menggunakan quasi eksperimen peneliti melakukan *pre-test* dan *pos-test*. Dengan tujuan *pre-test* adalah untuk mengidentifikasi perbedaan antara kedua kelompok pada awal percobaan. Kemudian statistic digunakan untuk mengontrol skor *pre-test* (Sugiyono, 2014).

populasi pada penelitian ini adalah seluruh anak prodi bimbingan konseling pendidikan islam (BKPI) semester 6 yang berjumlah sebanyak 192 mahasiswa UINSU. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pada kelas eksperimen untuk kelas Bkpi-1 terdiri 40 mahasiswa tapi yang diambil 20 mahasiswa dan pada kelas kontrol untuk kelas Bkpi-2 terdiri dari 42 mahasiswa tapi yang diambil 20 mahasiswa, maka jumlah keseluruhan mahasiswa terdiri dari 40 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan teknik purposive sampling.

Angket terdiri dari 25 item tentang kepercayaan diri mahasiswa serangkaian pernyataan positif dan negatif dengan pilihan respon sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Analisis data yang digunakan adalah bersifat kuantitatif yaitu model statistik. Analisis data adalah prosen pengumpulan atau penghimpun data dan informasi dengan tujuan untuk memperoleh informasi yang bermanfaat, memberikan saran, kesimpulan dan mendukung pembuatan keputusan, menggunakan SPSS (*Statistical Program For Social Science*). SPSS adalah program aplikasi komputer untuk menganalisis data statistik, yang kegunaan utamanya adalah untuk analisis data, pengolahan dan pendokumentasian data.

Hasil analisa nantinya akan disajikan dalam bentuk angka-angka yang kemudian dijelaskan dan di interpretasikan dalam suatu uraian. Adapun teknik statistik yang digunakan adalah sebagai berikut :

1. Untuk menggunakan nilai uji validitas dari hasil kuesioner penelitian menggunakan rumus :

$$r = \frac{n \sum XY - (\sum Y)}{[\sum X^2 - (\sum X)][n \sum Y^2 - (\sum Y)]^2}$$

Keterangan :

- r : koefisien korelasi pearson
- X : variabel bebas
- Y : variabel terikat

2. Untuk menggunakan nilai uji hipotesis digunakan rumus :

$$Y = a + bX$$

Keterangan :

- Y : Variabel terikat
- X : Variabel bebas
- a : Konstanta regresi
- b : Koefisien regresi

3. Untuk menentukan nilai uji reliable dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan pengolahan data melalui SPSS, dan hasil yang diperoleh akan menentukan hasil analisis data apakah reliable atau tidak.

### Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan di UINSU Medan Tahun ajaran 2022/2023. Yang menjadi subjek penelitian ini adalah mahasiswa kelas BKPI-1 semester 6 yang berjumlah 20 mahasiswa dan kelas BKPI-2 yang berjumlah 20 mahasiswa. Sebelum melakukan penyebaran angket terhadap mahasiswa peneliti terlebih dahulu melakukan observasi di sekolah. Penyebaran angket yang dilakukan oleh peneliti adaah angket favorable dan unfavorable karena peneliti menggunakan teknik angket skala likert yang dimaksud untuk memudahkan mahasiswa dalam memberikan pilihan sesuai dengan keadaan mereka.

**Tabel 1 Jumlah Responden Dalam Penelitian**

No.	Kelas	Jumlah Mahasiswa	Jumlah Responden
1	BKPI-1 Semester 6	20	20
2	BKPI-2 Semester 6	20	20
	Jumlah	40	40

**Tabel 3 Hasil Uji Validitas**

NO	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Kategori
1	0,41	0,312	Valid
2	0,28	0,312	Tidak Valid
3	0,32	0,312	Valid
4	0,39	0,312	Valid
5	0,34	0,312	Valid
6	0,32	0,312	Valid
7	0,36	0,312	Valid
8	0,35	0,312	Valid
9	0,35	0,312	Valid
10	0,23	0,312	Tidak Valid
11	0,61	0,312	Valid
12	0,27	0,312	Tidak Valid
13	0,37	0,312	Valid
14	0,06	0,312	Tidak Valid
15	0,43	0,312	Valid
16	0,47	0,312	Valid
17	0,76	0,312	Valid
18	0,28	0,312	Tidak Valid
19	0,36	0,312	Valid
20	0,74	0,312	Valid
21	0,67	0,312	Valid
22	0,49	0,312	Valid
23	0,49	0,312	Valid
24	0,38	0,312	Valid
25	0,32	0,312	Valid

Kategori pernyataan yang valid ditandai dengan nilai rhitung > rtabel maka valid, sementara pernyataan tidak valid ditandai dengan nilai rhitung < rtabel maka pernyataan tidak valid. Dari 25 pernyataan yang di uji validitas terdapat 5 pernyataan tidak valid, dan 20 pernyataan valid digunakan di dalam penelitian ini.

**Tabel 4 Interpretasi Koefisien Korelasi**

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
--------------------	------------------

0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,339	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat kuat

Selanjutnya hasil dari r hitungan di uji dengan menggunakan rumus :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1}\right) \left(1 - \frac{\sum \sigma b_2}{\sigma t_2}\right)$$

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1}\right) \left(1 - \frac{\sum \sigma b_2}{\sigma t_2}\right)$$

$$r_{11} = \left(\frac{20}{20-1}\right) \left(1 - \frac{20,32}{106117,97}\right)$$

$$r_{11} = \left(\frac{20}{19}\right) (1 - 1,914)$$

$$r_{11} = (1,052)(0,914)$$

$$r_{11} = 0,962$$

Hasil pengujian reliabilitas kuesioner yang terdiri atas 20 item, diperoleh angka 0,962. Dengan merujuk pada pendapat Anas sudijono maka instrument dikatakan reliabel apabila koefisien sebesar  $\geq 0,77$  dan telah diperoleh angka perhitungan 0,962 maka instrumen kuesioner dinyatakan reliabel. Berdasarkan interpretasi maka reliabilitas kuesioner dinyatakan tinggi sebab angka yang diperoleh  $> 0,77$  yaitu 0,962.

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	40	100.0

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.777	25

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	71.1739	76.605	.348	.769

X02	71.0870	78.628	.217	.774
X03	71.2174	78.178	.252	.773
X04	70.9130	78.719	.359	.771
X05	71.4783	76.625	.243	.774
X06	71.4783	77.625	.237	.774
X07	71.0435	78.589	.320	.772
X08	72.1304	76.028	.248	.774
X09	72.0435	76.134	.245	.774
X10	72.6957	78.676	.144	.779
X11	72.5217	71.715	.534	.756
X12	71.8261	77.514	.159	.780
X13	71.7391	75.474	.269	.773
X14	72.2174	83.905	-.179	.799
X15	71.9565	74.498	.329	.769
X16	71.2174	76.269	.419	.766
X17	71.8696	69.028	.709	.745
X18	71.3478	77.783	.194	.776
X19	72.0000	75.455	.256	.774
X20	71.9130	67.719	.679	.744
X21	72.0000	71.091	.617	.752
X22	71.7391	73.565	.398	.765
X23	71.7826	73.178	.390	.765
X24	72.0435	76.043	.286	.771
X25	71.2609	78.111	.259	.773

Berdasarkan tabel diatas, dalam penganalisisan data menggunakan SPSS dinyatakan bahwa uji reliable dalam penelitian ini ialah memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,77 yang berdasarkan keterangan ini masuk dalam kategori Reliable.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil skor pretest dan posttest yang diperoleh. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan jumlah skor rata-rata pada kedua kelompok. Hasil perhitungan skor rata-rata kelompok eksperimen setelah dilakukan bimbingan dan konseling lebih tinggi daripada kelompok kontrol. Rata-rata pretest kelompok kontrol adalah 63,85 dan rata-rata skor posttest yang diperoleh adalah 71,65. Maka rata-rata skor mahasiswa kelompok kontrol mengalami peningkatan 0,8. Angka ini lebih rendah daripada peningkatan skor yang diperoleh oleh mahasiswa kelompok eksperimen yang telah melaksanakan bimbingan dan konseling.

Dalam penelitian Tina Afiantin dan Budi Andayani, dengan judul "Pengaruh Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Bagi Mahasiswa. Memperoleh mengatasi percaya diri mahasiswa rata-rata skor pretest kelompok eksperimen adalah 69,55. Dan rata-rata skor posttest yang diperoleh adalah 70,65%. Maka rata-rata skor kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 80,45%. Maka rata-rata skor mahasiswa kelompok kontrol mengalami peningkatan 0,8 %. Rata-rata skor mahasiswa kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 70,65%. Selisih peningkatan rata-rata skor posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah 90,20%. Maka dapat disimpulkan rata-rata skor kelompok eksperimen setelah melaksanakan bimbingan dan konseling lebih tinggi dari pada rata-rata skor kelompok kontrol.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Miftahuel Taufiqi, yang mengatakan bahwa bimbingan dan konseling dapat membantu dalam mengatasi rasa kurang percaya diri bagi mahasiswa karena dengan mengatasi percaya diri dipengaruhi oleh, memberikan pendapat didepan ruangan, serta meningkatkan public speaking mahasiswa. Hal ini juga dapat dilihat dari perubahan yang terjadi pada mahasiswa yang dimana cara berbicara dan perilaku mahasiswa sudah terlihat lebih meningkat dari sebelumnya. Hal ini juga didukung oleh penelitian Bayu Umbara yang mengatakan bahwa dengan adanya bimbingan dan konseling maka mahasiswa dapat lebih berani dan tidak takut lagi ketika berbicara di depan. Karena kepercayaan diri itu salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, dan berpikir positif serta tanggung jawab (Ghufro dan Risnawari, 2010 :115).

Berdasarkan hasil analisis penelitian Tina Afiantin dan Budi Andayani 2015:89 dapat disimpulkan bahwa penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menyebutkan adanya pengaruh bimbingan konseling dalam mengatasi rasa percaya diri bagi mahasiswa di kelas eksperimen yaitu kelas bkpi-1 semester 6 dibuktikan dengan percaya diri *pretest* 69,55 dan nilai rata-rata *posttest* 80,45 serta hasil data *pretest* diperoleh dengan Sig 0,176 dan data hasil *posttest* kelas eksperimen Sig 0,359. Adanya pengaruh bimbingan konseling dalam mengatasi rasa kurang percaya diri mahasiswa kelas kontrol hasil *pretest* 63,85 dan hasil *posttest* kelas kontrol 71,65. Maka hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa bimbingan kelompok berpengaruh positif dan signifikan terhadap percaya diri mahasiswa di jurusan bimbingan konseling pendidikan islam semester 6 uinsu.

Dari hasil analisa data dan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok memberikan pengaruh terhadap rasa percaya diri mahasiswa. Bimbingan kelompok dapat meningkatkan rasa percaya mahasiswa. Mahasiswa kelompok eksperimen memiliki rasa percaya diri yang lebih baik setelah melaksanakan bimbingan dan konseling..

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh bimbingan konseling dalam mengatasi rasa percaya diri bagi mahasiswa BKPI Semester enam. Dari kelas eksperimen dibuktikan bahwa percaya diri *pretest* 69,55 dan nilai rata-rata *posttest* 80,45 serta hasil data *pretest* diperoleh dengan Sig 0,176 dan hasil *posttest* kelas eksperimen Sig 0,359. Selanjutnya, pengaruh bimbingan konseling dalam mengatasi kurang percaya diri mahasiswa kelas kontrol diperoleh hasil *pretest* 63,85 dan hasil *posttest* 71,65. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling berpengaruh positif dan signifikan terhadap percaya diri mahasiswa pada jurusan bimbingan konseling pendidikan Islam di semester enam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

## Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, serta kesimpulan yang telah dipaparkan, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi FITK berguna untuk memberikan masukan bagi jurusan dalam rangka memperbaiki kinerja dosen secara keseluruhan dalam proses belajar mengajar. Informasi ini diharapkan dapat menjadi pijakan bagi jurusan dan dosen lainnya untuk mengatasi rasa kurang percaya diri bagi mahasiswa/i di FITK.

2. Bagi BKPI berguna untuk membantu mahasiswa memahami lebih dalam dirinya sendiri dan orang lain, sehingga muncul kekerabatan yang erat dan efektif. Peneliti memberi bantuan pada mahasiswa untuk bisa lebih mengembangkan diri, sehingga dapat menggunakan potensi yang ada dalam dirinya secara optimal.
3. Bagi mahasiswa diharapkan agar mahasiswa/i dituntut untuk memiliki kemampuan berbicara didepan umum selain keahlian mengungkapkan pikirannya secara tertulis. Dan memberi inspirasi juga menambah motivasi mahasiswa/i dalam mengembangkan konsep diri positif dan keterampilan sosialnya sehingga lebih percaya diri.
4. Bagi peneliti berguna untuk mengembangkan keilmuan dan profesionalitas dalam mempersiapkan diri menjadi seorang pendidik. Peneliti ini juga berguna untuk melatih public speaking di depan mahasiswa/i dan juga mengetahui bagaimana cara mengatasi rasa kurang percaya diri mahasiswa/i.

### Daftar Pustaka

- Ahmad, K. (2017). Implementasi Pendidikan Rekreasi Dan Outdoor Terhadap Percaya Diri Mahasiswa. *Jurnal Kependidikan*, 1(254942110), 59.
- Ahmad, S. (2015). *Bimbingan Dan Konseling*. Prenadamedia Group.
- Badu, K. (2017). Deskripsi Kemampuan Komunikasi Matematis Ditinjau Dari Rasa Percaya Diri Mahasiswa. *Jurnal Euclid*, 3(23551712), 377.
- Bastomi, H., & Tengah, J. (2021). *Menuju Bimbingan Konseling Islami*. January. <https://doi.org/10.21043/konseling.v1i1.4434>
- Deni, F. (2020). *Bimbingan dan Konseling*. CV Brimedia Global.
- Dinda, T. (2018). *Percaya Diri Sumber Kesuksesan Dan KE*. Gramedia Pustaka.
- Febrianawati, Y. (2018). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Tarbiyah*, 7(20886991), 22.
- Fuadi. (2021). *Memahami Bimbingan dan Konseling Belajar*. Adab CV.
- Hakim. (2016). *Percaya Diri Positif*. Gema Insani.
- Khoironi. (2021). Pengaruh Pemahaman Konsep Percaya Diri Dalam Al-Qur'an Terhadap Masalah Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(26572222), 81.
- Lauser. (2012). Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. *Jurnal Bimbingan Dan KOnseling*, 1(26155680), 35–36.
- Mustofa, A. (2018). *Uji Hipotesis Statistik*. Gapura Publishing.
- Prita, I. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa FKIP Universitas Balikpapan. *Jurnal Dimensi*, 7(20859996), 58.
- Puspitarini, H. (2014). *Membangun Rasa Percaya Diri*.
- Rahmad, Q. (2019). Teknik Penelusuran Analisis Data Kuantitatif Dalam Penelitian Kependidikan. *Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, 14(5227539), 14.
- Rukaya. (2019). *Aku Bimbingan dan Konseling*. Guepedia Publisher.
- S.Azwar. (2014). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Saputra Bayu, H. P. (2017). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA Di Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 1(25991221).
- Sari, I. P., & Yendi, F. M. (2018). Peran Konselor dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Disabilitas Fisik. 3, 80–88.
- Sarwan Afrina, A. N. (2018). Pengaruh Bimbingan Kelompok dan Harga Diri Terhadap Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Diversita*, 1(25806793).

- Sudardjo. (2016). Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 02158884, 70.
- Sugiyono. (2019a). Metode Penelitian Kuantitatif. *Jurnal on Software Engineering*, 5(24610690), 46.
- Sugiyono. (2019b). *Metode Riset Penelitian Kuantitati*. Yayasan Kita Menulis.
- Syafaruddin. (2019). *Dasar Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Perdana Publishing.
- Tirtasari. (2017). Uji Kalibrasi Ketidakoastian Pengukuran Neraca Analitik. *Jurnal Ilmu Kimiah*, 2(22526951), 152.
- Tsalistiani, R. (2018). Pengaruh Bimbingan Pribadi-Sosial Terhadap Peningkatan Sikap Percaya Diri. *Jurnala Pendidikan*, 1(26144131).
- Utp, B. K. F. (2016). *No Title*. 13(2).
- Wahyuni, S., Psikologi, P. S., & Samarinda, U. M. (2013). *Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi*. 1(4), 220–227.
- Widodo, H., Sari, D. P., Wanhar, F. A., Tinggi, S., Pendidikan, I., & Bakti, A. (2021). *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan dan Konseling terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa SMK*. 3(4), 2168–2175.
- Yuliani, W. (2019). Pengaruh Client Centered Therapy Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA. *Jurnal Dimensi*, 2(26144123).
- Zohri, S., Arifin, S., Khairuddin, A., Dakwah, F., Ibrahimy, U., & Situbondo, S. (2019). *UPAYA BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM TERHADAP RASA PERCAYA DIRI*. 1(2), 94–112.
- Zulkifli. (2012). Validitas dan Realibilitas Suatu Penelitian Instrumen. *Jurnal Tabularasa*, 6, 89–97.