

**STUDI KASUS TENTANG PESERTA DIDIK YANG MEMILIKI
KEPERCAYAAN DIRI RENDAH KELAS XI
DI SMA NEGERI 1 TERENTANG**

SKRIPSI

**OLEH
TRIWANTI
F1141201024**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK**

2024

**STUDI KASUS TENTANG PESERTA DIDIK YANG MEMILIKI
KEPERCAYAAN DIRI RENDAH KELAS XI
DI SMA NEGERI 1 TERENTANG**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pada
Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**OLEH
TRIWANTI
NIM F1141201024**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

STUDI KASUS TENTANG PESERTA DIDIK YANG MEMILIKI KEPERCAYAAN DIRI RENDAH KELAS XI DI SMA NEGERI 1 TERENTANG

Tanggung Jawab Yuridis Material Pada

TRIWANTI

NIM F1141201024

Disetujui Oleh

Pembimbing I



Dra. Yoline, M.Pd

NIP.196103291986112001

Pembimbing II



Dr. Halida, M.Pd

NIP. 1974052220042001

Disahkan Oleh:

Dekan FKIP Universitas Tanjungpura



Dr. Ahmad Yani T, M.Pd

NIP. 196604011991021001

Lulus Tanggal : 26 Juli 2024

LEMBAR PENGESAHAN

**STUDI KASUS TENTANG PESERTA DIDIK YANG MEMILIKI
KEPERCAYAAN DIRI RENDAH KELAS XI DI SMA NEGERI 1
TERENTANG**

Tanggung Jawab Yuridis Material Pada

TRIWANTI

NIM F1141201024

Disetujui Oleh

Pembimbing I



Dra. Yulhae, M.Pd

NIP.196103291986112001

Pembimbing II



Dr. Halida, M.Pd

NIP. 1974052220042001

Penguji I



Dr. Luhur Wicaksono, M.Pd

NIP.196004291987031003

Penguji II



Amallia Putri, M.Pd

NIP. 199403292019032023

Disahkan Oleh:

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling



Amallia Putri, M.Pd

NIP. 199403292019032023

LEMBAR PENGESAHAN

**STUDI KASUS TENTANG PESERTA DIDIK YANG MEMILIKI
KEPERCAYAAN DIRI RENDAH KELAS XI DI SMA NEGERI 1
TERENTANG**

Tanggung Jawab Yuridis Material Pada

TRIWANTI

NIM F1141201024

Menyetujui :

Pembimbing I



Dra. Yuline, M.Pd
NIP.196103291986112001

Pembimbing II



Dr. Halida, M.Pd
NIP. 1974052220042001

**Mengetahui Ketua Program Studi Bimbingan dan
Konseling**



Amalia Putri, M.Pd
NIP. 199403292019032023

LEMBAR PENGESAHAN

**STUDI KASUS TENTANG PESERTA DIDIK YANG MEMILIKI
KEPERCAYAAN DIRI RENDAH KELAS XI DI SMA NEGERI 1
TERENTANG**

Tanggung Jawab Yuridis Material Pada

TRIWANTI

NIM F1141201024

Menyetujui :

Pembimbing I



Dra. Yuline, M.Pd
NIP.196103291986112001

Pembimbing II



Dr. Halida, M.Pd
NIP. 1974052220042001

**Mengetahui Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP
Universitas Tanjungpura Pontianak**



Dr. Halida, M.Pd
NIP. 1974052220042001

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Triwanti
NIM : F1141201024
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Perguruan Tinggi : Universitas Tanjungpura

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Terentang, 21 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan



Triwanti

NIM. F1141201024

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab kurangnya rasa percaya diri beserta dampak yang ditimbulkan dan upaya *Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)* untuk mengatasi rasa kurang percaya diri pada subjek kasus. Upaya *REBT* merupakan pendekatan yang berfokus pada keterampilan pengendalian emosi dengan mengubah pola pikir yang tidak sehat atau irasional menjadi lebih rasional dan positif. Penelitian dilakukan pada kelas XI SMA Negeri 1 Terentang dengan dua siswi yang menjadi subjek kasus penelitian dengan metode penelitian studi kasus, teknik wawancara menggunakan jenis penelitian deskriptif. Model konseling yang digunakan untuk mengatasi masalah dua subjek kasus yang memiliki rasa kurang percaya diri adalah pendekatan model konseling *REBT* dengan teknik *kognitif* (mempertanyakan keyakinan irasional), *teknik* emotive (bantuan berfikir rasional dan mengontrol perubahan emosi), dan *teknik behavior* (self-control untuk mengatur perubahan perilaku diri). Hasil penelitian menunjukkan faktor penyebab kurang percaya diri karena faktor internal terhadap kondisi fisik, dan eksternal dengan perasaan yang tertekan oleh lingkungan keluarga. Dampak kurang percaya diri disekolah yang ditimbulkan yaitu kurang aktif subjek kasus di kelas, dibuktikannya dengan perilaku malu bertanya dan menyampaikan pendapat didalam kelas. Hasil upaya *REBT* yang dilakukan pada penelitian ini membantu dan berhasil pada subjek kasus meningkatkan rasa kepercayaan diri, hal ini ditunjukkan oleh terjadinya perubahan pemikiran yang rasional pada diri subjek, serta mampu mengontrol emosi, perasaan, dan perilakunya setelah melakukan treatment.

Kata kunci: Kepercayaan Diri, *Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)*

MOTTO

“Terlalu rusak untuk disatukan, terlalu hancur untuk diperbaiki.

Namun aku mampu berdiri Kembali dengan kaki sendiri”

“Katakanlah, “Tuhanku menyuruhku untuk berperilaku adil. Dan hadapkanlah wajahmu (kepada Allah) pada setiap shalat, dan sembahlah Dia dengan mengikhlaskan ibadah semata-mata hanya kepada-Nya. Kamu akan dikembalikan kepada-Nya sebagaimana kamu diciptakan semula” (QS. Al-A’raf:29)

**“TERIMAKASIH UNTUK HARI INI DAN KEMARIN, MAAF
UNTUK SELAMANYA. SEBAIK-BAIKNYA MANUSIA
ADALAH MANUSIA YANG BERMANFAAT”**

TRIWANTI, S.Pd

PERSEMBAHAN

Segala puji syukur kepada Allah SWT pencipta semesta alam yang memberikan keberkahan, kemurahan rizki, ketenangan, kesehatan dan kecerdasan.

Orangtua tercinta berkat dukungan, nasihat, dan yang selalu meyakinkan bahwa saya mampu menyelesaikan skripsi. Mae yang selalu tulus berdoa dan tak henti menguatkan saya kapanpun dengan kasih sayangnya, Pae yang senantiasa mendukung dan berdoa dengan tulus. Dan seluruh keluarga yang saya sayangi, terimakasih atas doa, motivasi, serta harapan terhadap bungsu kecil ini.

Skripsi ini lancar karena ada kekasih hati yang selalu menemani, menunggu dan bersabar, mensupport hingga mendapatkan gelar Sarjana.

Kepada seluruh teman-teman Wanti cempluk yang selalu support, menerima tanpa syarat persahabatan dalam keadaan senang atau sedih.

Skripsi ini saya persembahkan kepada jiwa yang selalu diragukan dan jiwa yang hebat mampu berproses hingga menyelesaikan Pendidikan di perguruan tinggi dengan mendapatkan gelar. (Triwanti) yang selalu kuat menyelesaikan tanggung jawab dengan kesungguhan hati dan pikiran. Kebahagiaan senantiasa bersamamu, terimakasih Kerjasamanya selama ini. Semoga ilmu ini bermanfaat dan menebar benih kebaikan.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah hirobbil alamin puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia-Nya yang telah dilimpahkan kepada penulis, sehingga skripsi yang berjudul “Studi Kasus Tentang Peserta Didik Yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah di Kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang” dapat di selesaikan. Skripsi ini dibuat dan disusun untuk disidangkan dalam rangka sebagai tugas akhir perkuliahan di jurusan Ilmu Pendidikan program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak.

Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dra. Hj. Yuline, M.Pd. selaku dosen Pembimbing utama yang senantiasa membimbing, memberikan saran serta motivasi selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi dengan baik.
2. Ibu Dr. Halida M.Pd. selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan ilmu dan motivasi selama perkuliahan hingga memberikan kesempatan dalam membimbing skripsi ini.
3. Ibu Amallia Putri M.Pd. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tanjungpura dan selaku dosen pembahas kedua yang senantiasa membimbing, memberikan saran serta motivasi selama proses perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi dengan baik.

4. Bapak Dr. Luhur Wicaksono, M.Pd. selaku dosen pembimbing akademik dan dosen penguji utama yang telah memberikan motivasi selama perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Ahmad Yani T, M.Pd. selaku dekan fakultas keguruan dan ilmu Pendidikan, Universitas Tanjungpura yang telah memberikan fasilitas dan izin selama perkuliahan hingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling dan seluruh staf akademik Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak yang telah memberikan ilmu selama melaksanakan perkuliahan.
7. Bapak Drs. Sudari M.Pd. selaku kepala sekolah di SMA Negeri 1 Terentang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian terhadap judul yang menjadi isi dari skripsi ini dapat di selesaikan.
8. Ibu Indah Purnamasari S.Pd. selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 1 Terentang yang senantiasa memberikan motivasi terhadap penulis.
9. Kepada Klien yang sudah siap menjadi subjek dalam penelitian pemenuhan skripsi dengan baik.
10. Kepada Bapak Paiman, Pae ku sayangi yang selamanya menjadi penasihat dan Bapak terbaik walaupun peranannya tak penuh di dapatkan oleh penulis, terimakasih atas kekuatan ilmu kehidupan yang selalu membuat kuat hingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan ini.
11. Ibu Sari, Mae sumber kekuatan dan surga doa tempat penulis memohon kelancaran. Wanita hebat yang tak pernah berhenti memberikan kasih sayang,

selalu mendukung langkah dan meyakinkan penulis bahwa penulis mampu untuk berkuliah dan menyelesaikan perkuliahan hingga penulisan skripsi dengan sebaik-baiknya.

12. Kepada Mas To dan Mbak Siti, saudara sedarah namun tidak se pendapat yang selalu memberikan doa dan harapan untuk penulis mampu menyelesaikan perkuliahan sehingga penulisan skripsi ini selesai dengan harapan terbaik mereka kepada adik bungsu kesayangannya mampu menyelesaikan tanggung jawab sebaik-baiknya.
13. Sobat cempluk dimanapun berada yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang selalu bilang “enak bah kau ni”, terimakasih selalu menjadi tempat senang dan bersedih hingga terselesaikannya skripsi ini sesuai dengan rencana.
14. Kepada seseorang yang senantiasa bersabar menunggu dan memberikan sepenuhnya kesenangan, keharmonisan dan ketenangan kepada peneliti hingga dapat menyelesaikan perkuliahan di waktu yang tepat serta skripsi ini yang akan di baca kelak oleh calon anak kita. Semoga ya.
15. Keluarga besar HMBK dan teman seperjuangan Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 yang saya banggakan.
16. Keluarga besar IMATER yang selalu memberikan support, relasi dampak baik, dan wadah berkembangnya SDM Terentang.
17. Seluruh dewan guru dan rekan kerja SDN 11 Terentang telah memberikan memotivasi hingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

18. Seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan masukan kritik dan saran dalam penulisan skripsi ini.
 19. Yang sangat hebat dan sangat cantik. Yang selama ini kuat menyelesaikan apapun yang dimulai walaupun sambil nangis, bungsu harapan semuanya.
- Triwanti terimakasih ya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih terdapat kesalahan serta masih sangat jauh dari kesempurnaan. Hal ini terjadi karena keterbatasan yang penulis miliki. Untuk itu, segala kritik dan saran yang bersifat membangun guna memperbaiki proposal penelitian ini sangat penulis harapkan. Semoga proposal penelitian ini dapat bermanfaat baik bagi penulis maupun pihak yang berkepentingan lainnya.

Terentang, ... Juli 2024

Triwanti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
ABSTRAK	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Definisi Operasional	7
B. Konseptual Fokus Penelitian	8
1. Pengertian Kepercayaan Diri	8
2. Karakteristik Kepercayaan Diri	10
3. Aspek-aspek Kepercayaan Diri	11
4. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri Yang Rendah	12
5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	15
6. Dampak Kepercayaan Diri	17
C. Model Konseling Rational Emotive Behavioral Therapy	18
1. Pengertian Dasar Konseling REBT	18
2. Tujuan Konseling REBT	20
3. Langkah-Langkah Konseling REBT	20
4. Teknik-Teknik Konseling REBT	22

D. Hasil Penelitian Yang Relevan	25
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	26
A. Subjek Penelitian.....	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Prosedur Penelitian.....	28
1. Metode Penelitian.....	28
2. Bentuk Penelitian	29
D. Sumber Data.....	30
1. Data Primer	31
2. Data Sekunder	31
E. Teknik dan Alat Pengumpul Data	32
1. Teknik Wawancara.....	32
2. Teknik Dokumentasi	32
F. Alat Pengumpul Data	33
G. Teknik Analisis Data.....	34
H. Diagnosis.....	36
I. Prognosis	36
J. Pemberian Bantuan/ Treatment.....	37
K. Evaluasi dan Tindak Lanjut	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
A. Hasil Penelitian	40
B. Pembahasan	64
1. Faktor Penyebab Kurang Percaya Diri	64
2. Faktor Penyebab Kurang Percaya Diri	71
BAB V PENUTUP	80
A. Kesimpulan	80
1. Subjek Kasus I	80
2. Subjek Kasus II	81
B. Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	85

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Izin Penelitian dari Universitas Tanjungpura.....	88
Lampiran 2.	Surat Izin Penelitian dari Badan Penelitian dan Pengembangan	89
Lampiran 3.	Surat Kembali Penelitian dari SMA Negeri 1 Terentang	91
Lampiran 4.	Lembar Wawancara Klien	92
Lampiran 5.	Lembar Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling.....	95
Lampiran 6.	Lembar Wawancara Teman Sekelas	96
Lampiran 7.	Lembar Wawancara Wali Kelas	97
Lampiran 8.	Kisi-Kisi Wawancara	98
Lampiran 9.	Kisi-Kisi Pelaksanaan Proses Konseling Behavioral	99
Lampiran 10.	Rencana Layanan Teknik konseling Individu untuk Klien	102
Lampiran 11.	RPL Konseling Individual	104
Lampiran 12.	Hasil Wawancara Klien	107
Lampiran 13.	Hasil Wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling Identifikasi Kasus	126
Lampiran 14.	Hasil Wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling Tahap Evaluasi	129
Lampiran 15.	Hasil Wawancara dengan Wali Kelas Identifikasi Kasus.....	132
Lampiran 16.	Hasil Wawancara dengan Wali Kelas Setelah Pemberian Evaluasi.....	135
Lampiran 17.	Wawancara Dengan Teman Sekelas Identifikasi Kasus.....	138
Lampiran 18.	Lembar Persetujuan Responden (Wali Kelas).....	141
Lampiran 19.	Lembar Persetujuan Responden (Guru BK)	142
Lampiran 20.	Lembar Persetujuan Responden (Subjek I)	143
Lampiran 21.	Lembar Persetujuan Responden (Subjek II)	144
Lampiran 22.	Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	145

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Memberikan surat izin penelitain kepada Kepala Sekolah di SMA Negeri 1 Terentang.....	146
Gambar 2. Wawancara bersama Guru BK melakukan Identifikasi subjek kasus I dan II	146
Gambar 3. Wawancara bersama Walikelas subjek kasus I dan II untuk Identifikasi Kasus.....	147
Gambar 4. Wawancara teman sekelas untuk Identifikasi subjek kasus I dan II .	147
Gambar 5. Wawancara I dengan subjek kasus I	148
Gambar 6. Wawancara ke II dengan subjek kasus I	148
Gambar 7. Wawancara ke III dengan subjek kasus I.....	149
Gambar 8. Wawancara ke IV dengan subjek kasus I.....	149
Gambar 9. Wawancara I dengan subjek kasus II	150
Gambar 10.Wawancara ke II dengan subjek kasus II.....	151
Gambar 11.Wawancara ke III dengan subjek kasus II.....	152
Gambar 12.Wawancara ke IV dengan subjek kasus II	152
Gambar 13.Wawancara bersama guru BK, guna evaluasi subjek kasus I dan II.	153
Gambar 14.Wawancara bersama Wali Kelas guna evaluasi terhadap subjek kasus I dan II	153

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan sangat penting dalam kehidupan dan bertujuan untuk mewujudkan generasi bangsa yang berkualitas serta membantu individu mengembangkan kemampuan dalam dirinya. Indy et al. (2019) mengungkapkan bahwa dalam proses pelaksanaan pendidikan memberikan pengaruh terhadap perkembangan individu di lingkungan.

Pendidikan nasional memiliki fungsi sebagaimana yang termuat dalam UU. No 20 Tahun 2003 yaitu untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Masa remaja merupakan sebuah waktu dalam kehidupan yang usianya maupun peranannya seringkali merasa bingung dalam mengambil keputusan bahkan bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Perkembangan sikap dan perilaku remaja berpengaruh dalam perubahan besar pada dirinya

Percaya diri ialah kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat dimanfaatkan secara tepat (Kartono dalam Alkhofiyah, 2021). Dengan percaya diri seseorang akan mampu mengenal dan memahami dirinya sendiri. Sedangkan

orang yang kurang percaya diri cenderung menjadi seseorang yang pesimis dalam bertindak, takut terhadap tantangan, serta ragu – ragu dalam menyampaikan gagasan.

Rasa percaya diri akan memotivasi untuk berusaha mencapai tujuan yang seharusnya dimiliki oleh peserta didik dalam kehidupannya. Kesuksesan dalam segala bidang akan sulit dicapai jika seseorang tidak memiliki kepercayaan diri yang cukup. Kurang percaya diri yaitu suatu keraguan yang ada pada diri kita ketika menghadapi suatu situasi tertentu, yang bahkan kalau boleh memilih akan cenderung menghindari suatu yang penuh resiko dan tantangan. Situasi kritis seperti ini dapat menghambat perkembangan akademik dan pribadi siswa serta meningkatkan perasaan ketidaksamaan (Syam & Amri, 2017).

Beberapa hasil penelitian terdahulu yang relevan pada penelitian tentang peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah mengungkapkan bahwa rasa kepercayaan diri peserta didik kelas XI memiliki tingkatan yang kurang, dibuktikan dengan adanya peserta didik yang malu untuk berbicara didepan teman-teman saat diskusi inilah dampak rasa percaya diri yang tergolong rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Yolanda (2020) dengan judul Studi Tentang Anak Yang Kurang Percaya Diri Pada Peserta Didik Di SMA Negeri 05 Pontianak dengan hasil peserta didik hanya berbicara kepada teman dekatnya hanya seperlunya saja. Dampak dari rasa kurang percaya diri dengan adanya rasa takut dan kurang percaya diri dengan hasil yang dikerjakan ketika guru menunjukan ia untuk mengerjakan soal di depan kelas. Sejalan dengan

penelitian yang telah dilakukan oleh Harliza (2018) dengan judul Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Pendekatan REBT Pada Siswa Kelas X di SMA YP UNILA Bandar Lampung Tahun Ajaran 2022/2023 dengan hasil penggunaan salah satu upaya untuk mengatasi rasa kurang kepercayaan diri dengan menggunakan pendekatan REBT, karena kepercayaan diri tidak hanya melibatkan diri sendiri namun melibatkan orang lain agar dapat terjadi interaksi yang dinamis.

Hal ini sejalan dengan temuan Musriani (2020) yang mengungkapkan bahwa rasa percaya diri yang baik dapat mendorong peserta didik dalam berperilaku untuk mewujudkan harapan dan cita-citanya. Sebaliknya, jika peserta didik memiliki rasa percaya diri yang kurang maka akan sulit dalam berperilaku, sulit untuk menyesuaikan diri dilingkungan baru, sering merasa minder dan malu dalam bertindak.

Hal tersebut tentu saja merupakan kendala yang cukup besar dalam proses pembelajaran dikelas, kendala bersosialisasi di sekolahan serta kendala dalam mengembangkan kemampuan minat bakat yang terdapat dalam dirinya. Hal serupa ditemukan pada penelitian Fitri and Masturah (2019), bahwa remaja SMA atau SMK harus memiliki kepercayaan diri yang cukup untuk melangkah karena kepercayaan diri berpengaruh dalam membentuk kepribadian siswa.

Setelah dilakukan observasi di SMA Negeri 1 Terentang khususnya pada peserta didik kelas XI yang memiliki kepercayaan diri rendah didapat dampak umum meliputi tidak tidak mampu bersosialisasi dengan optimal, cenderung memiliki pencapaian akademik yang kurang maksimal, rasa

ketidaknyamanan, galau, gelisah, rasa takut yang berlebihan, cemas yang berkepanjangan, dan memiliki rasa kecewa yang mendalam. Ditunjukkan dengan perilaku saat diskusi dan persentasi di kelas. Peserta didik yang memiliki rasa cenderung malu saat diskusi.

Dari beberapa pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri yang rendah sangat berpengaruh terhadap perkembangan siswa, hal seperti ini sangat menjadi hambatan untuk siswa dalam mengembangkan keterampilan serta kemampuan yang ada di dirinya yang dapat dikembangkan secara maksimal. Syam and Amri (2017) menjelaskan kepercayaan diri adalah suatu keyakinan dalam diri sendiri, maka individu tidak akan merasa panik dalam membuat sesuatu seperti dengan keinginannya.

Maka dampak yang akan terjadi kepada siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah yaitu akan menyebabkan sulit untuk dapat berkembang sesuai kompetensinya yang baik.

Berdasarkan fenomena dan latar belakang yang telah di paparkan diatas penelitian ini ditujukan untuk melakukan penelitian yang berjudul “Studi Kasus Tentang Peserta Didik Yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah Kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka diperoleh rumusan masalah umum dalam penelitian ini adalah “Bagaimana cara mengatasi rasa kurang percaya diri pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang?”

Dari rumusan masalah umum ini kemudian diuraikan dalam beberapa masalah khusus sebagai berikut:

1. Apa faktor yang melatarbelakangi peserta didik memiliki rasa kurang percaya diri di kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang?
2. Apa dampak bagi peserta didik yang memiliki rasa kurang percaya diri di kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang?
3. Apakah REBT dapat mengatasi rasa kurang percaya diri pada peserta didik di kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka terdapat tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengatasi rasa kurang percaya diri pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang. Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini diantaranya yaitu untuk mengetahui informasi mengenai:

1. Faktor penyebab rasa kurang percaya diri pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang.
2. Dampak rasa kurang percaya diri bagi peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang.
3. Upaya REBT untuk mengatasi rasa kurang percaya diri pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Terentang.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian tersebut hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis. Manfaat dari penelitian ini yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis dapat memberikan masukan positif dan menambah referensi bagi orang lain, pembaca, guru Bimbingan dan Konseling serta penelitian selanjutnya. Dan bermanfaat untuk pengembangan ilmu informasi yang terkait mengenai mengatasi rasa kurang percaya diri khususnya pada peserta didik di SMA Negeri 1 Terentang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Dari penelitian ini peserta didik diharapkan dapat menyelesaikan permasalahan yang dialami sehingga mampu mengatasi permasalahan khususnya pada rasa kurang percaya diri.

b. Bagi Guru Bimbingan Konseling

Penelitian ini mampu membantu guru Bimbingan dan Konseling agar dapat mengatasi permasalahan rasa kurang percaya diri pada peserta didik di SMA Negeri 1 Terentang.

c. Bagi Peneliti

Harapan dari penelitian ini dilakukan oleh peneliti guna bermanfaat dalam mendapatkan teori baru mengenai rasa kurang percaya diri peserta didik serta mempraktekkan ilmu yang telah diperoleh selama kuliah.