STUDI TENTANG PERCAYA DIRI DAN PENANGANANNYA MELALUI PENERAPAN *SOLUTION FOCUS BRIEF COUNSELING* (SFBC) MAHASISWA STKIP ANDI MATAPPA PANGKEP

SKRIPSI

Sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling pada Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan (STKIP) Andi Matappa Pangkep

OLEH

RUSMIANA
NPM: 916862010052

P A N G K E P

2020

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

LEMBAR PENGESAHAN

Judul : Studi Tentang Percaya Diri Dan Penanganannya Melalui Penerapan *Solution Focus Brief Counseling* (SFBC) Mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep

Atas nama saudara:

Nama : Rusmiana

NPM : 916862010052

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Setelah di periksa/diteliti ulang, telah memenuhi persyaratan untuk dipertahankan dalam ujian skripsi.

Pangkajene, 14 Agustus 2020

Disetujui Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
Putra Jaya, S.Pd.,M.Pd.	**A.Aztri Fithrayani Alam, S.Pd., S.H., M.H.**

Diketahui Oleh :

Ketua STKIP Andi Matappa	Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling
A.Zam Immawan Alam, S.H.,M.H.	**Salmiati, S.Pd. M.Pd.**

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan (STKIP) Andi Matappa Pangkep, sebagai salah persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada hari Sabtu, 24 Oktober 2020.

Disahkan Oleh:

Ketua Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Andi Matappa Pangkep

A. ZAM IMMAWAN ALAM, S.H, M.H

PANITIA PENGUJI

1. KETUA : **Putra Jaya, S.Pd.,M.Pd.**

2. SEKRTARIS **: A.Aztri Fithrayani Alam, S.Pd.,S.H.,M.H.**

3. ANGGOTA **: 1) Dr. Muh. Basri, M.Si.**

2) Hasbahuddin, S.Pd., M.Pd.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini menerapkan bahwa :

Nama : **RUSMIANA**

NPM : 916862010052

Alamat : Jl. Matahari

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa isi skripsi ini adalah karya sendiri. Apabila dikemudian hari ternyata isi skripsi ini, baik sebahagian maupun seluruhnya, tiruan, duplikat atau dibuatkan maka predikat Kesarjanaan saya dapat dinyatakan batal demi hukum.

Pangkep, 1 Agustus 2020

Mengetahui,

Ketua STKIP Andi Matappa Pangkep

A.ZAM IMMAWAN ALAM, SH. MH.

Yang membuat

Pernyataan

RUSMIANA

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

MOTTO

“HIDUP UNTUK BERBAGI”

TAWAKKAL

IKHTIAR

TAWAKKAL !

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

ABSTRAK

Rusmiana, 2020. Studi tentang percaya diri dan penanganannya melalui penerapan *solution focus brief counseling* (SFBC) mahasiswa di stkip andi matappa pangkep. Dibimbing oleh: Putra Jaya, dan A. Aztri Fithrayani Alam, Program Studi Bimbingan dan Konseling STKIP A. Matappa.

Fokus masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana gambaran tingkat percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep? 2) Apakah faktor penyebab kurangnya rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep? 3) Bagaimana gambaran penerapan SFBC untuk meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep ? penelitian ini untuk: 1) Mengetahui gambaran tingkat percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep 2) Mengetahui faktor-faktor penyebab rendahnya rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep 3) Mengetahui pengaruh layanan bimbingan dan konseling dengan menerapan SFBC dalam meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi, dengan subjek penelitian sebanyak 2 orang mahasiswa dari STKIP Andi Matappa Pangkep. Jenis penelitian yang dipergunakan yaitu jenis penelitian *kualitatif.* 1) Berdasarkan hasil penelitian maka hasil penelitian ini adalah Gambaran tingkah laku siswa kurang percaya diri terlihat pada tingkah laku dari keduanya yaitu, diri mengalami kesulitan dalam mengungkapkan pendapatnya, mecasa cemas gan grogi untuk tampil didepan kelas,tidak berani mengemukakan pendapatnya , kurang mampu bersosialisasi dan berkomunikasi dengan orang lain serta selalu bergantung kepada orang klain. 2) Faktor yang menyebabkan kurangnya rasa percaya diri mahasiswa yaitu,Pola fikir negative, Pengalaman, prestasi belajar,dan penampilan fisik.. 3) Upaya yang dapat dilakukan dalam mengentaskan masalah rendahnya rasa percaya diri mahasiswa yaitu melalui konseling individu dengan menggunakan pendekatan *Solution Focus Brief Counseling* SFBC di STKIP Andi Matappa Pangkep.

Kata Kunci : Rasa Percaya Diri Rendah, *Solution Focus Brief Counseling*

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الرحيم

Assalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatu.

Dengan rasa syukur yang tak terhingga, penulis panjatkan kehadirat Allah *subhanahu wata'ala* yang telah melimpahkan nikmat dan kasih sayangNya kepada kita semua. Shalawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabiullah *shallallahu 'alaihi wasallam,* juga kepada keluarganya, para sahabatnya, generasi tabi'in, generasi atba'ut tabi'in dan kepada orang-orang yang senantiasa berpegang teguh pada agama ini.

Alhamdulillah penyusunan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang **"Studi Tentang Percaya Diri Dan Penanganannya Melalui Penerapan *Solution Focus Brief Counseling* (SFBC) Mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep".** Penulis menyadari bahwa penyususnan skripsi ini tentu tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, dorongan ataupun motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada Allah Swt., kepada kedua orang tua saya serta tak lupa saya ucapkan banyak rasa terima kasih kepada:

1. Ibu Hj. Zaorah Sapan, S,Pd. Selaku Ketua Yayasan Matahari Matappa yang membina STKIP Andi Matappa Pangkep.
2. Bapak A. Zam Immawan Alam, SH. MH. Selaku Ketua STKIP Andi Matappa Pangkep.
3. Ibu Salmiati, S.Pd.,M.Pd. Selaku Ketua program Studi Bimbingan dan konseling.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

4. Bapak Putra Jaya, S.Pd., M.Pd. (pembimbing I) dan Ibu A. Aztri Fithrayani Alam, S.H., S.Pd., M.H (Pembimbing II) yang selalu meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan arahan tentang penyusunan skripsi ini.
5. Bapak/ Ibu dosen STKIP Andi Matappa yang telah mendidik dan memberikan pengetahuan kepada kami.
6. Keluarga dan sahabat yang selalu memberikan semangat dan bantuan moril dan materi dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya dalam skripsi ini masih jauh dari harapan dan kesempurnaan , untuk itu penulis mohon kepada semua pihak untuk memberikan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan dan perbaikan pada skripsi ini. Semoga Allah *Subhanahu wa ta'ala* selalu memberikan keberkahan dan kemudahan kepada kita dalam melaksanakan kegiatan maupun aktifitas serta dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Assalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Pangkep, 1 Agustus 2020

Penulis

RUSMIANA

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....i

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....ii

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN.....iii

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....iv

MOTTO.....v

ABSTRAK.....vi

KATA PENGANTAR.....vii

DAFTAR ISI.....ix

DAFTAR GAMBAR xii

DAFTAR LAMPIRAN.....xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....1

B. Fokus Masalah.....9

C. Tujuan Penelitian.....9

D. Manfaat Penelitian.....10

BAB II KAJIAN PUSTAKA & KERANGKA PIKIR

A. Kajian Pustaka.....11

1. Percaya Diri.....11

a. Pengertian Percaya Diri 11

b. Karakteristik Individu Yang Percaya Diri.....13

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

c. Kondisi Remaja Yang Tidak Percaya Diri 15
d. Proses Pembentukan Rasa Percaya Diri 17
e. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri.....19
f. Aspek- aspek percada diri.....22
2. *Solution Focus Brief Counseling*.....23
a. Pengertian SFBC.....23
b. Hakikat manusia 25
c. Tehnik konseling SFBC.....26
d. Tujuan konseling SFBC.....29
e. Langkah-langkah konseling SFBC 31
B. Kerangka Pikir.....35

BAB III METODE PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian.....38
B. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....38
C. Deskripsi Fokus.....39
D. Subyek Penelitian.....40
E. Prosedur Pengumpulan Data.....41
F. Tekhnik Pengumpulan Data.....41
G. Tekhnik Analisis Data.....43
H. Pengecekan Keabsahan Data.....44

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....45

B. Pembahasan.....69

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....73

B. Saran.....74

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 37

Gambar 4.1 55

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1 Jadwal Wawancara Pra Konseling.....80
2. Lampiran 2 Jadwal Wawancara setelah konseling.....81
3. Lampiran 3 Matriks Instrumen Penelitian.....82
4. Lampiran 4 Kisis-Kisi Wawancara.....84
5. Lampiran 5 Pedoman Wawancara Siswa.....86
6. Lampiran 6 Pedoman Wawancara Teman Sebaya.....89
7. Lampiran 7 Pedoman Observasi Pendekatan SFBC 92
8. Lampiran 8 Pedoman Observasi Untuk Mengetahui tingkat percaya diri mahaiswa.....93
9. Lampiran 9 Hasil Wawancara Pra Konseling NA.....94
10. Lampiran 10 Hasil Wawancara Pra Konseling FL.....98
11. Lampiran 11 Hasil Wawancara Pra Konseling Teman NA.....102
12. Lampiran 12 Hasil Wawancara Pra Konseling Teman FL.....106
13. Lampiran 13 Hasil Observasi Pendekatan SFBC 110
14. Lampiran 14 Hasil Observasi Untuk Mengetahui Tingkat Percaya Diri Mahasiswa.....111
15. Lampiran 15 Konseling Individu Dengan Pendekatan SFBC NA..112
16. Lampiran 16 Konseling Individu Dengan Pendekatan SFBC FL...118
17. Lampiran 17 Hasil Wawancara setelah Konseling NA.....124
18. Lampiran 18 Hasil Wawancara Setelah Konseling FL.....127

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

19. Lampiran 19 Hasil Wawancara Setelah Konseling teman NA.....130

20. Lampiran 20 Hasil Wawancara Setelah Konseling Teman FL.....133

21. Permohonan Judul Skripsi ……..……..136

22. Surat keterangan validasi instrument ……137

23. Surat Uji Validasi Observasi ……138

24. Surat Uji Validasi Wawancara ……..……142

25. Undangan Ujian ……..……...…146

26. Surat Keputusan Pengangkatan Penguji ……...…147

27. Catatan Perbaikan Nilai Seminar ……..……148

28. Catatan Perbaikan Nilai Ujian Skripsi ……..……149

29. Catatan Perbaikan Nilai Ujian Tutup ..……..……150

30. Surat keterangan perbaikan seminar …… …151

31. Surat keterangan perbaikan ujian skripsi ……..……152

32. Surat keterangan perbaikan ujian tutup ……..……153

33. Surat Keterangan Bukti enelitian ……...……...…..154

34. Riwayat Hidup ……..155

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Individu dalam perkembangannya akan menemukan serangkaian tugas perkembangan yang harus dilalui sesuai dengan tahap perkembangannya. Pemenuhan terhadap tugas perkembangan tersebut dapat dibantu dengan proses pendidikan. Secara khusus proses pendidikan pada tingkat universitas diharapkan membuat setiap mahasiswa dalam hal ini individu yang tergolong remaja, mampu memperoleh pendidikan secara wajar menuju proses pendewasaan. Hakekatnya tugas mendewasakan sebenarnya ada pada keluarga dengan lingkungan yang kondusif, namun melihat fenomena yang ada pada saat ini, institusi pendidikan merupakan salah satu lembaga yang membantu dalam proses pendewasaan dan mempersiapkan serta membentuk manusia muda menuju kematangan.

Kegiatan belajar mengajar di lingkungan universitas atau perguruan tinggi merupakan salah satu poin dalam tri dharma perguruan tinggi yakni aspek pendidikan dan pengajaran. Dalam aspek tersebut tugas dosen bukan hanya tugas *transfer of knowledge*, tetapi hingga ranah *transfer of value*. Hal tersebut bermakna agar mahasiswa mampu tumbuh dan berkembang dengan baik, termasuk perkembangan kepribadiannya.

Keberhasilan pendidikan seseorang salah satunya ditentukan oleh tingkat percaya diri peserta didik, artinya seorang mahasiswa yang duduk dibangku kulia akan lebih berprestasi apabila memiliki tingkat percaya diri yang tinggi, baik

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

berprestasi dalam bidang akademik maupun ekstrakurikuler. Selain itu individu dengan tingkat percaya diri yang tinggi akan merasa yakin ketika berinteraksi dengan orang lain, dan dapat menunjukkan eksistensi dirinya di dalam kelas. Oleh karena itu, upaya menumbuhkan rasa percaya diri harus dilakukan untuk mencapai suatu keberhasilan individu dalam menjalani hidupnya. Individu yang memiliki rasa percaya diri tinggi akan memiliki kelebihan dalam beberapa hal, yaitu lebih mandiri, tidak bergantung pada orang lain, mampu mengembangkan tanggung jawab yang diberikan, menghargai diri sendiri, tidak mudah frustasi, siap menerima tantangan dan tugas baru, memiliki emosi yang stabil, dan mudah berkomunikasi dengan orang lain.

Kepercayaan diri merupakan salah satu unsur kepribadian yang memegang peranan penting bagi kehidupan manusia. Sebagai mahasiswa yang dipersiapkan untuk sebuah profesi yang banyak membangun hubungan interaksi dengan orang lain, dipandang perlu memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Rasa percaya diri memegang peranan penting dalam membantu individu melakukan interaksi yang baik dengan orang lain. Semakin pandai ia membaur di suatu lingkungan, semakin tinggi kepercayaan diri yang ia miliki.

Menurut Perry (2005:1) kepercayaan diri memberikan kemampuan individu untuk mengatasi tantangan baru, meyakini diri sendiri dalam situasi sulit, melewati batasan yang menghambat, menyelesaikan hal yang belum pernah dilakukan, mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya, dan tidak mengkhawatirkan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

kegagalan. Ciri individu yang percaya diri adalah lebih fokus pada apa yang bisa dilakukan dan hasil positif yang akan diraih, bukan apa yang tidak bisa dilakukan dan apa yang mungkin salah.

Menurut Al Uqshari (2005:6) percaya diri adalah salah satu kunci kesuksesan hidup individu. Karena tanpa adanya rasa percaya diri, individu tidak akan sukses dalam berinteraksi dengan orang lain. Di samping itu, tanpa adanya rasa percaya diri, individu niscaya tidak akan bisa mencapai keinginan yang diidam-idamkan. Karena pada prinsipnya rasa percaya diri secara alami bisa memberikan individu efektifitas kerja, kesehatan lahir batin, kecerdasan, keberanian, daya kreatifitas, jiwa petualang, kemampuan mengambil keputusan yang tepat, kontrol diri, kematangan etika, rendah hati, toleran, rasa puas dalam diri maupun jiwa, serta ketenangan jiwa.

Tingkat kepercayaan diri pada seseorang dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal dapat berupa konsep diri, harga diri, kondisi fisik, dan pengalaman hidup. Sedangkan untuk faktor eksternal dapat berupa tingkat pendidikan, pekerjaan, dan tentu saja lingkungan. Kedua faktor ini lah yang dapat mempengaruhi tingkat percayaan diri setiap individu berbeda. Artinya, tidak semua individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Untuk menumbuhkan *self-confidence* diperlukan situasi yang memberikan kesempatan untuk berkompetisi, karena seseorang belajar tentang dirinya sendiri melalui interaksi langsung dan komparasi sosial. Untuk beberapa orang perlu diberikan motivasi agar meningkatkan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

kepercayaan diri yang dimilikinya. motivasi dapat memberikan pandangan-pandangan yang positif dalam diri seseorang.

Hubungan positif antara rasa percaya diri dengan motivasi berprestasi siswa sangat erat. Korelasi yang positif yang terjadi tersebut diakibatkan oleh adanya interaksi yang sangat erat didalamnya. Menurut Burns (Iswidharmanjaya dan Agung, 2005) mengatakan dengan kepercayaan diri yang cukup, seseorang individu akan dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan yakin dan mantap. Kepercayaan yang tinggi sangat berperan dalam memberikan sumbangan yang bermakna dalam proses kehidupan seseorang, karena apabila individu percaya dirinya mampu untuk melakukan sesuatu, maka akan timbul motivasi pada diri individu untuk melakukan hal-hal dalam hidupnya. Selain itu menurut Mastuti dan Aswi (2008), percaya diri dapat membuat individu untuk bertindak dan apabila individu tersebut mampu mengambil keputusan dan menentukan pilihan yang tepat, akurat, efisien dan efektif. Percaya diri akan membuat individu menjadi lebih mampu dalam memotivasi untuk mengembangkan dan memperbaiki diri serta melakukan berbagai inovasi sebagai kelanjutannya. Menurut Franke & Bogner (2013) Kepercayaan diri yang dimiliki siswa dalam mengerjakan tugas maupun dalam mengikuti pembelajaran merupakan modal yang sangat utama dalam pembentukan motivasi berprestasi. Menurut Hambly (2004) Rasa percaya diri yang terbentuk pada diri siswa membuat siswa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga menjadikan hal tersebut modal untuk motivasi untuk berprestasi siswa. Rasa percaya diri yang terbentuk tersebut merupakan manifestasi dari berbagai tahapan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

pembelajaran berupa pengalaman belajar yang telah dilaluinya. Pengalaman yang didapatkan tersebut membuat siswa menjadi lebih percaya diri dalam mengerjakan tugas maupun menghadapi proses pembelajaran di kelas (Effendi, Mursilah, & Mujiono, 2018; Ibrahim & Suardiman, 2014), Sehingga menjadi modal pemicu berprestasi siswa di sekolah. Dengan kepercayaan diri, individu dapat memotivasi dirinya mengenai pola pikirnya, sikap dalam mengambil keputusan, nilai-nilai moral, sikap dan pandangan, harapan dan aspirasi serta ketakutan dan kesedihannya

Fenomena yang terjadi di lapangan adalah seringkali ditemukan mahasiswa dihadapkan pada berbagai permasalahan, yang berkaitan dengan terjadinya hambatan dalam proses pengembangan diri antara lain kurang konsentrasi, takut, perasaan tegang yang tiba-tiba datang jika ia dihadapkan untuk mengemukakan pendapat atau gagasan didepan teman sekelasnya. Berbagai sikap dan perilaku yang ditunjukkan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling tersebut mengindikasikan bahwa mahasiswa program studi bimbingan dan konseling di STKIP ANDI MATAPPA PANGKEP mempunyai tingkat kepercayaan diri yang belum maksimal. Hal ini bukanlah masalah yang sederhana karena mahasiswa harus yakin akan pendapatnya, agar tidak tergantung pada orang lain. Apabila masalah ini tidak segera diatasi, tidak mustahil mahasiswa tidak dapat meraih cita-citanya dengan baik dan dia akan selalu tergantung kepada orang lain.

Berdasarkan hasil observasi kebanyakan mahasiswa semester awal biasanya memiliki rasa percaya diri yang rendah dikarenakan mereka baru saja mengalami masa peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa awal yang masi dalam proses

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas maka dapat diketahui fokus masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran tingkat percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep ?
2. Apakah faktor penyebab kurangnya rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep?
3. Bagaimana gambaran penerapan *Solution Focus Brief Counseling* (SFBC) untuk meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep ?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui gambaran tingkat percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep
2. Untuk mengetahui faktor-faktor penyebab rendahnya rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep
3. Untuk mengetahui bagaimana gambaran penerapan *Solution Focus Brief Counseling* (SFBC) untuk meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

BAB II

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA FIKIR DAN HIPOTESIS

A. KAJIAN PUSTAKA

1. Percaya Diri

a. Pengertian percaya diri

Percaya diri(*Self Confidence*) merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahwa ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berfikiran positif dan dapat menerimanya.

Menurut Fatimah (2010:149) 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.

Menurut Surya (2007:2) rasa kurang percaya diri muncul karena adanya ketakutan, keresahan, kekhawatiran, rasa tak yakin yang diiringi dengan dada berdebar-debar kencang dan tubuh gemetar yang bersifat kejiwaan atau masalah kejiwaan anak yang disebabkan oleh rangsangan dari luar. Siswa yang mempunyai rasa percaya diri tinggi mampu memahami kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya.

Percaya diri ialah kemampuan individu untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat dipergunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Orang yang percaya diri biasanya mempunyai inisiatif, kreatif, dan optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

kelebihan diri sendiri, berfikir positif, menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya.

Menurut Indari (2008:13) Percaya diri adalah sikap positif seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk mengembangkaan penilaian positif baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Dimana individu merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa ia bisa karena didikung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistik terhadap dirinya sendiri.

Menurut hakim (2005:6) rasa percaya diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap aspek kelebihan dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya. Jadi orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Menurut Angelis (2003:10) percaya diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tanatangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Percaya diri itu lahir dari sebuah kesadaran bahwa jika memutuskan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan.

Disimpulkan bahwa percaya diri ialah seseorang yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, mampu mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan, mampu memahami kelebihan dan kelemannya sehingga mereka merasa mampu untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

b. Karakteristik individu yang percaya diri

Beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri (Fatimah, 2008:149), di antaranya adalah berikut ini.

1) Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat orang lain.
2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain atau berani menjadi diri sendiri.
4) Punya pengendalian diri yang baik
5) Memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, begantung pada usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung atau mengharapkan bantuan orang lain) .
6) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi di luar dirinya.
7) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu
8) Melihat sisi ketika hrapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

Berdasarkan pendapat di atas karakteristik individu yang percaya diri ialah percaya akan kemamapuan diri, berani menerima dan menghadapi penolakan, mempunyai pengendalian diri yang baik, tidak mudah menyerah dan memiliki harapan yang realistik terhadap dirinya sendiri.

Pemahaman kepribadian percaya diri dapat dilihat dengan mengamati ciri-ciri orang yang percaya diri. Menurut Lauster (2004:24) gejalah tingkah laku percaya diri antara lain:

1) Tidak mementingkan diri sendiri
2) Cukup toleran
3) Tidak membutuhkan dukungan dari orang lainsecara berlebihan
4) Bersikap optimis dan gembira
5) Tidak perluh merisaukan diri untuk memberikan kesan yang menyenangkan dimata orang lain
6) Tidak ragu pada diri sendiri

Berdasarkan pendapat Lauster orang yang percaya diri memiliki sikap peduli kepada oarang lain atau toleransi, mandiri, menjadi diri sendiri. Orang yang percaya diri bukan berarti hanya memahami dirinya sendiri sehingga mangabaikan orang lain, melaikan menghargai dan peduli kepada orang lain.

c. Kondisi individu yang Tidak Percaya Diri

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

Ada berbagai macam tingkah laku yang mencerminkan adanya gejala rasa tidak percaya diri menurut Hakim (2011:72-88) antara lain :

1) Takut menghadapi ulangan
2) Menarik perhatian dengan cara kurang wajar
3) Tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat
4) Grogi saat tampil di depan kelas
5) Timbulnya rasa malu yang berlebihan
6) Timbulnya sikap pengecut
7) Sering mencontek saat menghadapi tes
8) Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi
9) Salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis
10) Tawuran dan main keroyok

Menurut pendapat di atas gejala tingkah laku yang mencirikan siswa kurang percaya diri seperti tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat, sering mencontek saat menghadapi tes atau ulangan, mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi, tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya dan selalu berfikir negatif terhadap dirinya. Menurut Mastuti (2008:14-15) individu yang kurang percaya diri, ada beberapa ciri-ciri seperti :

1) Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok.
2) Menimpan rasa takut terhadap penolakan.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

masalah-masalah masa lalu dengan cara siswa/ konseli didorong dan diarahan untuk menemukan solusi atas permasalahan yang dialaminya.



Gambar 2.1. Bagan kerangka pikir

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di kampus II STKIP Andi Matappa pangkep, letaknya di JL. A Mauraga , Kecamatan Pangkajene. Alasan pengambilan lokasi tersebut didasarkan pada pandangan hasil observasi awal bahwa pentingnya menangani kasus seperti ini bagi para calon pendidik. Disamping itu, bagi para calon pendidik khususunya guru BK yang kelak akan membantu para peserta didik dalam memberikan bimbingan serta membantu menangani sejumlah permasalahan peserta didik, maka hendaknya para calon pendidik ini belajar menangani permasalahanya sendiri dengan cara meningkatkan rasa percaya diri terlebih dahulu. Selain itu sebagai salah satu mahasiswi di STKIP Andi Matappa saya ingin menerapkan ilmu yang telah saya dapatkan di kampus tercinta untuk para junior yang masih memiliki rasa percaya diri yang rendah.

B. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus (*case studies*). Dalam penelitian studi kasus ini dipergunakan studi kasus eksploratories. Robert K Yin (2011: 4) menyatakan bahwa "Studi kasus eksploratories adalah suatu jenis penelitian dengan menggunakan survei dan historis serta memperoleh keuntungan yang optimal dari penggunaan strategi studi kasus". Dengan pendekatan ini peneliti merumuskan masalah lebih rinci, menggali lebih dalam

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

informasi atau fakta-fakta agar peneliti memberikan interpretasi yang tepat dari fakta-fakta yang terjadi berkaitan dengan tingkat percaya diri.

Dalam proses penelitian ini, peneliti tidak berangkat dari suatu kesimpulan pertama untuk menguji perlakuannya di lapangan melainkan peneliti langusng masuk ke lapangan dan berusaha mengumpulkan data selengkap mungkin sesuai fokus penelitian, sehingga data yang diperoleh merupakan data deskriptif yang akan dituangkan dengan kata-kata yang jelas, tepat dan mudah dipahami.

C. Deskripsi Fokus

1. Percaya diri ialah seseorang yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, mampu mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan, mampu memahami kelebihan dan kelemannya sehingga mereka merasa mampu untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai.
2. Faktor-Faktor Penyebab Siswa merasa kurang percaya diri yaitu 1) Pola asuh (otoritrer, deskriptif dan permisif), 2) Pola pikir negatif.
3. Pendekatan SFBC adalah bentuk terapi singkat yang dibangun diatas kekuatan klien dengan membantunya memunculkan dan mengkontruksikan solusi pada problem yang dihadapinya, dengan langkah-langkah dalam pelaksanaannya, yaitu: 1) *Identifying a solvable complaint*, 2) *Establishing goals*, 3) *Designing an*

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

intervention, 4) *Strategic task that promote change*, 5) *Identifying dan emphazing new behavior and changes*, 6) *Stabilization*, 7) T*ermination.*

D. Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan sumber data yang dimintai informasinya sesuai dengan masalah penelitian, maksud dari sumber data dalam sebuah penelitian adalah subjek dari mana data itu diperoleh. Untuk mendapat data yang tepat maka perlu ditentukan informan yang memiliki kompetensi dan sesuai dengan kebutuhan data. Sesuai dengan fokus penelitiaan maka diperlukan subjek yang memenuhi parameter yang dapat mengungkap hal yang menjadi fokus penelitian sehingga memungkinkan data dapat diperoleh. Parameternya adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui gambaran tingkah laku siswa yang kurang percaya diri dalam kesehariannya.
2. Terlibat langsung dalam proses layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan SFBC.
3. Ikut terlibat langsung dan berkoordinasi dalam proses layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan SFBC .
4. Melihat perubahan tingkah laku yang terjadi dari sebelum dan setelah mengikuti proses dalam proses layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan SFBC**.**

Dari parameter diatas, maka subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

1) 2 orang mahasiswa yang terindikasi memilki rasa percaya diri yang rendah, berdasarkan hasil observasi di lapangan.
2) 2 orang teman dekat sebagai sumber data sekunder yang melihat perubahan tingkah laku yang dialami siswa sebelum dan setelah mengikuti proses pelaksanaan layanan bimbingan konseling dengan penerapan SFBC.

E. Prosedur Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini yang menjadi instrumen atau alat penelitian adalah peneliti sendiri karena penelitian ini adalah jenis studi kasus, yang mengamati perilaku manusia, maka peneliti sendiri yang terlibat langsung ke lokasi penelitian untuk mengumpulkan data selama proses penelitian dengan menggunakan pedoman observasi dan pedoman wawancara, yang dirangkum dalam bentuk catatan lapangan. Karena tujuan penelitian ini studi mendalam tentang penerapan layanan bimbingan konseling dengan menggunakan pendekatan SFBC untuk membantu konseli mengatasi masalah percaya diri yang rendah di STKIP Andi Matappa Pangkep. Peneliti menggunakan teknik wawancara dan observasi kepada subyek dan teman sekelas subyek. Dokumentasi dari guru pembimbing.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam mengumpulkan data meliputi tekhnik observasi, wawancara dan dokumentasi.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

1. Observasi

Sunaryo Kartadinata, dkk. (1999: 34) mengatakan bahwa observasi adalah cara untuk mengamati suatu keadaan atau tingkah laku dengan panca indera. Observasi dilakukan secara terfokus dan terstuktur. Observasi terfokus adalah pengamatan terfokus pada aspek-aspek tertentu dalam pembelajaran. adapun aspek-aspek yang diukur dalam observasi ini sebagai berikut:

a) Kejelasan petunjuk dalam mengerjakan instrumen
b) Kejelasan item pernyataan dengan indikator dan deskriptor
c) Kesesuaian item pertanyaan dengan pemahaman observer
d) Kelayakan jumlah butir pernyataan
e) Kejelasan bahasa item pernyataan

2. Wawancara

Suharsimi Arikunto (2002: 212) menyatakan bahwa "Wawancara adalah penyusun bebas menanyakan segala hal atau sesuatu kepada kepala sekolah, guru bimbingan dan konseling, wali kelas dan siswa , orangtua siswadengan didasari pedoman wawancara yang telah dibuat sebelumnya sebagai garis besar tentang hal-hal yang hendak ditanyakan kepada mereka". Maka dengan wawancara ini penyusun berharap dapat memperoleh data secara langsung dari kepala sekolah dari guru bimbingan dan konseling, wali kelas, orangtua siswa ataupun para siswa-siswi. adapun aspek-aspek yang diukur dalam wawancara ini sebagai berikut:

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini diperoleh berdasarkan hasil data penelitian melalui wawancara dan observasi terhadap narasumber mengenai rendahnya rasa percaya diri dengan penanganannnya melalui konseling individu dengan pendekatan *Solution Focus Brief Counseling* (SFBC) yaitu mahasiswa kasus 1 berinisial NA dan mahasiswa kasus 2 berinisial FL. Kemudian hasil wawancara dengan mahasiswa kasus dikonfirmasikan kepada sumber data sekunder yaitu teman. Setelah itu peneliti melakukan treatmen berupa konseling individu kepada 2 mahasiswa kasus dengan penerapan *Solution Focus Brief Counseling* (SFBC) untuk meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep. Hasil penelitian tersebut disajikan sebagai berikut.

1.Gambaran Bentuk Tingkah Laku Mahasiswa Yang Memiliki Rasa Percaya Diri Yang Rendah

Gambaran bentuk tingkah laku mahasiswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah ditunjukkan dengan tingkah laku dalam kesehariannya, seperti mengalami kesulitan dalam mengungkapkan pendapatnya, tidak berani tampil didepan kelas,selalu bergantung kepada orang lain, kurang mampu bersosialisasi dan berkomunikasi dengan orang lain.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

Dalam kasus 1 maupun kasus 2. Ciri/ tingkah laku yang ditunjukkan sebagai berikut:

a. Kasus 1 : mahasiswa NA

pada kasus NA bisa terlihat dari tingkah lakunya dalam kesehariannya di lingkungan kampus. Tingkah laku yang biasa terlihat yaitu, merasa takut dan cemas untuk tampil didepan kelas, sulit untuk mengemukakan pendapatnya, selalu bergantung dengan orang lain, sulit bersosialisasi dengan lingkungan kampus.

1) **Merasa grogi dan cemas untuk tampil di depan kelas**

Dari hasil wawancara dengan NA dan narasumber lain diketahui bahwa tingkah laku yang dialami oleh NA saat di dalam lingkungan kampus adalah merasa cemas dan cemas untuk tampil di depan kelas. Hal ini diketahui dari hasil wawancara dengan NA dan temannya. Berikut ini adalah hasil wawancaranya:

> Saya tidak berani untuk tampil di depan kelas karena saya merasa grogi dan salah tingkah ketika sedang dilihat orang banyak apalagi dengan orang yang tidak terlalu akrab dengan saya.
> (wwcr01/13082020/NA/No.2)

> Ia kak saya sering merasa cemas dan grogi ketika proses tanya jawab berlangsung di kelas atapun saat sedang melakukan persentase kelompok di depan kelas.
> (wwcr01/13082020/NA/No.13)

Dari hasil wawancara dengan NA diketahui bahwa, NA merasa cemas dan grogi unntk tampil didepan kelas, hal ini juga disampaikan oleh teman NA yaitu ST, dalam kutipan wawancara berikut ini:

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

> Ia tidak berani untuk tampil didepan dan dia sering sembunyi dipojok ruangan. Saya pernah melihatnya tampil didepan kelas untuk membacakan materi persentase tetapi ia terleihat begitu cemas dan salah tingkah.
> (wwcr03/14082020/st/no.2)

Wawancara dengan ST memberikan gambaran bahwa NA memang memiliki rasa percaya diri yang rendah hal ini ditandai dengan perilaku NA di lingkungan kampus yaitu merasa cemas dan grogi untuk tampil di depan kelas serta seringkali terlihat salah tingkah oleh temannya.

2) Sulit mengemukakan pendapatnya.

Selain sering merasa grogi dan cemas untuk tampil di depan kelas NA juga mengalami kesulitan untuk mengemukakan pendapanya. Hal ini diketahui dari hasil wawancara dengan NA dan temanya, yaitu sebagai berikut:

> Saya tidak berani untuk mengemukankan pendapat karena saya takut melakukan kesalahan dan ditertawakan seperti dulu.
> Ia saya cering mersa panik ketika proses tanya jawab berlangsung dikelas saya takut ditunjuk untuk menjawab pertanyaan dosen.
> (wwcr03/13082020/st /no.14-15)

Dari pernyataan na diatas dapat diketahui bawa na tidak memilki keberanian untuk mengemukakan pendapatnya bahkan ia merasa cemas dan panik jika proses tanya jawab berlangsung dikelas. Hal ini kemudian dikonfirmasikan kepada teman dekat skm dan diperoleh fakta sebagai berikut:

> Saya jarang melihatnya mengemukanakan pendapat kecuali ia disuruh langsung oleh dosen itupun baru sekali
> (wwcr03/14082020/st /no.14)

> Ia ketika sedang belajar dikelas ia selalu diam dan tidak pernah berani menjawab ataupun bertanya kepada dosen.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

(wwcr03/14082020/st /no.14)

Dari keseluruhan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa NA sering merasa gelisa dan cemas jika proses tanya jawab berlangsung dikelas dikarenakan ia takut dan tidak berani untuk menjawab dan mengemukakan pendapatnya.

3) Selalu Bergantung Kepada Orang Lain

Gambaran tingkah laku lain yang menyatakan bahwa NA memiliki rasa percaya diri yang rendah yaitu ia sering bergantung kepada orang lain. Hal ini diketahui dari hasil wawancara dengan NA dan temanya. Berikut hasil wawancara dengan NA yaitu:

> Tidak, saya selalu bergantung dengan teman saya, ketika saya ingin pergi ke wc saya selalu meminta teman saya untuk menemani saya. Ketika teman saya sibuk saya lebih memili untuk tidak pergi ke toilet karena saya tidak ingin pergi sendirian.
> Tidak, ketika saya mengikuti ujian ataupun sedang mengerjakan tugas saya selalu menyontek pekerjaan teman saya karena di lebih pintar dan bisa diandalkan.
> (wwcr01/13082020/st /no.4-5)

Dari hasil wawawncara dengan NA diatas dapat diketahui bahwa NA sering bergantung kepada ST temannya baik didalam maupun diluar kelas, hal ini diperkuat dengan hasil wawancara dengan teman akrab NA yang menyatakan:

> Tidak, karena dia selalu meminta saya untuk menemaninya ketika ia ada keperluan. Ia tidakberani untuk melakukannya sendiri.
> Ketika mengikuti ujian ataupun mengerjakan tugas na sering terlihat gelisa dan ia sering mengontek ataupun melihat catatan.
> (wwcr03/14082020/st /no.4-5)

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

Dari hasil wawancara dengan na dan temannya diatas dapat disimpulkan bahwa na tidak berani untuk melakukan sesuatu sendirian ia selalu bergantung kepada temannya baik dalam mekalsanakan tugas maupun saat ada keperluannya lainnya.

4) Mengalami Kesulitan Untuk Bersosialisasi Dengan Teman Dan Lingkungan Sekitar

Gambaran tingkah laku NA dikampus yang menggambarkan bahwa ia termasuk mahasiswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah selain ditandai dengan perikalu yaitu merasa cemas dan grogi untuk tampil didepan kelas, tidak berani mengemukakan pendapatnya dan juga selalu bergantung dengan orang lain hal ini juga ditandai dengan perilaku NA yaitu NA mengalami kesulitan untuk bersosialisasi dengan teman dan lingkungan sekitar. Informasi ini diperoleh dari hasil wawancara dengan NA yaitu sebagai berikut:

> Saya memiliki kesulitan untuk menyesuaiakan diri dengan lingkungan baru, saya selalu merasa minder sehingga saya lebih suka tempat yang sunyi. (wwcr01/13082020/na /no.3)

Dari hasil wawancara dengan na diatas diketaui bahwa na merasa minder sehingga sulit menyesuiakan diri dengan lingkungan dan ia lebih suka menyendiri. hal ini juga didsampaikan oleh teman dekat NA dalam sebuah wawancara yaitu:

> Dia hanya bergaul dengan orang terdekatnya saja dan dia merasa minder bergaul dengan orang lain, selain itu dia juga selalu memili untuk tetap didalam ruangan saat jam istirahat.
> (wwcr03/14082020/na /no.3)

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Gambaran tingkah laku mahasiswa yang memilki rasa percaya diri yang rendah yaitu merasa cemas dan grogi untuk tampil di depan umum serta untuk mengemukakan pendapatnya, tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya dan selalu bergantung kepada orang lain, serta merasa minder untuk bergaul dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.
2. Faktor yang menyebabkan mahasiswa menjadi kurang percaya diri yaitu pola fikir negatif, pola asuh permisif (pengalaman, prestasi belajar yang rendah), dan pola asuh otoriter (penampilan fikis yang kurang menarik).
3. Gamaran proses penerapan *Solution Focus Brief Counseling* (SFBC) untuk meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep dengan langkah-langkah dalam pelaksanaannya, yaitu: 1) *Identifying a solvable complaint***,** 2) *Establishing goals***,** 3) *Designing an intervention,* 4) *Strategic task that promote change*, 5) *Identifying dan emphazing new behavior and changes*, 6) *Stabilization*, 7) T*ermination.*

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

B. Saran

Sehubungan dengan kesimpulan diatas maka penulis perlu menyampaikan saran-saran sebagai bahan pertimbangan untuk dilaksanakanoleh pihak yang terkait, yaitu :

1. Diharapkan karya ini dapat bermanfaat untuk dimanfaatkan sebagai bahan untuk menambah tsaqofah atau ilmu pengetahuan terkhusus untuk bidang bimbingan dan konseling.
2. Agar mahasiswa lebih percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya. Serta mampu untuk senantiasa berfikir positif baik terhadap dirinya maupun terhadap orang lain.
3. Agar mahasiswa lainnya bisa mengubah kebiasaan buruk seperti mengejek ataupun mencap seseorang yang bisa membuat orang lain merasa tidak percaya diri.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

Daftar Pustaka

Ade, Syarfah. (2013). *Upaya Peningkatan Percaya Diri Siswa Melalui Metode Experiental Leaning Pada Siswa Kelas X Kayu A Smk Negeri 1 Kalasa*. http://journal.student.uny.ai.id/jurnal/artikel/1851/90/206

Anita Lie. (2004). *101 Cara Meningkatkan Percaya Diri Anak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Dwi, Yusika. (2015). *Upaya Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Out Bound Pada Sisswa Smp*. Http://usd.ac.id/546/2/1011114062full.pdf

Geral corey. (2013). *Teori dan praktik konseling dan psikoterapi*. Bandung: refika aditama.

Hakim, Thursan. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Pustaka Swara.

Hellen. (2005). *Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta. Quantum teaching.

Lauster. (2002). *Tes Kepribadian* (Ahli Bahasa): D.H Gulo. Edisi Bahasa Indonesia. Cetakan Ketrigabelas. Jakarta: Bumi Aksara

John Mcleod. (2008). Pengantar konseling: teori dan sudi kasus. Jakarta.

Michael S. Kelly, Dkk.(2009). *Solusion Fokus Brief Therapy In Schools*. Surakarta: Perpustakaan Program Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Ununersitas Sebelas Maret

Mulawarman. (2014). *Brief Counseling In School: A Solution-Focused Brief Counseing (SFBC). Approach For School Counselor In Indonesia. Journal Of Educationand Practice.*

Nelson-Jones, Richard. 2011. *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi,* Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

Prayitno, Erman. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta. Ikrar Mandiri Abadi

Robert K Yin, 2011, *Studi Kasus Desain dan Metode*, Rajawali Pers, Malang

Sugiyono, 2013, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D,* Alfabeta, Bandung

Suharsimi Arikunto, 2002, *Prosedur Penelitian,* PT Asdi Mahasatya. Bandung

T., Erford Bradley, 2015. *40 Tehnik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ

RIWAYAT HIDUP



RUSMIANA dilahirkan di To Cemba pada tanggal 22 April 1997 di Enrekang. Putri ke 7 dari 8 bersaudara, anak dari pasangan almarhum Lulu dan Russa. Alamat Desa Mata Allo Kecamatan Allah Kabupaten Enrekang.

Awal pendidikan dimulai pada tahun 2003 diterima sebagai siswa SDN 90 To'cemba pada tahun 2003 dan lulus pada tahun 2009.

Pendidikan berikutnya dilakukan di SMP Negeri 3 Alla pada tahun 2009 dan dinyatakan lulus pada tahun 2012

Dan melanjutkan pendidikan di SMK Negeri 1 Enrekang dengan jurusan Akuntansi pada tahun 2012 dan lulus pada tahun 2016

Pada tahun 2016 diterimah sebagai mahasiswa Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (STKIP ANDI MATAPPA PANGKEP) pada jursan Ilmu Pendidikan, Program Study Bimbingan Dan Konseling untuk jenjang Strata Satu (S1)

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/O6ZaIGmLgg-prheEzkanvQ