ANALISIS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA (STUDI KASUS) 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

ULFAH
NPM: 916862010060

JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
STKIP ANDI MATAPPA
2020

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini berjudul : **PENERAPAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA (STUDI KASUS) STKIP ANDI MATAPPA PANGKEP**

Atas Nama Saudari :

Nama : **ULFAH**

NPM : 916862010060

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Setelah diperiksa dan diteliti ulang, telah memenuhi persyaratan untuk ujian skripsi

Pangkajene, Agustus 2020

Disetujui oleh,

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. MUH. BASRI, M.Si.	**NURHIDAYATULLAH, S.Pd.,M.Pd.**

Mengetahui,

Ketua STKIP Andi Matappa Pangkep	Ketua Jurusan/Program Studi Bimbingan dan Konseling
A. ZAM IMMAWAN ALAM, SH,MH	**SALMIATI, S.Pd.,M.Pd.**

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini berjudul : **PENERAPAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA (STUDI KASUS) STKIP ANDI MATAPPA PANGKEP**

Atas Nama Saudari :

Nama : **ULFAH**

NPM : 916862010060

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Setelah diperiksa dan diteliti ulang, telah memenuhi persyaratan untuk ujian skripsi

Pangkajene, Agustus 2020

Disetujui oleh,

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. MUH. BASRI, M.Si.	**NURHIDAYATULLAH, S.Pd.,M.Pd.**

Mengetahui,

Ketua
Jurusan/Program Studi
Bimbingan dan Konseling

SALMIATI, S.Pd.,M.Pd.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

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

Disahkan Oleh:

Ketua Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan

(STKIP) Andi Matappa Ketua,

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

Dengan susunan Panitia Ujian sebagai berikut:

Ketua : Dr. MUH. BASRI, M.Si. (.....)

Sekertaris : NURHIDAYATULLAH , S.Pd.,M.Pd. (.....)

Penguji : 1. SALMIATI, S.Pd., M.Pd. (.....)

2. PATTOLA MUHAJIR, S.E.,M.M (.....)

Pembimbing : 1. Dr. MUH. BASRI, M.Si (.....)

2. NURHIDAYATULLAH , S.Pd.,M.Pd. (.....)

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

MOTTO

"Bersikaplah kukuh seperti batu karang yang tidak putus-putusnya dipukul ombak. Ia tidak saja tetap berdiri kukuh, bahkan ia menentramkan amarah ombak dan gelombang itu (Marcus Aurelius)"

"Semua orang tidak perlu menjadi malu karena pernah berbuat kesalahan, selama ia menjadi leih bijaksana daripada sebelumnya (Alexander Pope)".

Persembahan :

Untuk kedua orangtuaku, terima kasih atas do'a, bimbingan serta limpahan kasih sayang yang telah diberikan selama ini serta dorongan semangat secara moril sehingga aku bisa menjadi seperti yang sekarang ini. Semoga togaku menjadi awalku membalas segala budi dan jasa-jasamu.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini menerangkan bahwa :

Nama	:	**ULFAH**
NPM	:	916862010060
Tempat Tanggal Lahir	:	Pangkep, 28 Juni 1998
Alamat	:	Jalan Ketimun

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa isi skripsi ini adalah karya sendiri dan segala sesuatunya dikemudian hari adalah tanggung jawab saya sendiri.

Apabila dikemudian hari ternyata isi skripsi ini, baik sebahagian maupun seluruhnya, tiruan atau duplikat, maka predikat Kesarjanaan saya dapat dinyatakan batal demi hukum.

Pangkajene,15 Agustus 2020

Mengetahui,

Ketua STKIP Andi Matappa

A. ZAM IMMAWAN ALAM, SH, MH

Yang Membuat Pernyataan

ULFAH

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

ABSTRAK

Ulfah, 2020. Penerapan teknik *self management* untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa (studi kasus) STKIP Andi Matappa Pangkep. Skripsi. Dibimbing oleh Muh. Basri dan Nurhidayatullah. Program studi Bimbingan dan Konseling STKIP Andi Matappa.

Penelitian ini menelaah penerapan teknik *self management* untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa (studi kasus) STKIP Andi Matappa Pangkep. Masalah utama peneliti ini adalah (1) Bagaimanakah gambaran kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep, (2) Faktor- faktor apa sajakah yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep, dan (3) Upaya apa sajakah yang dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep dengan teknik *self management*, dari rumusan masalah diatas dapat disimpulkan (1) Gambaran kepercayaan diri mahasiswa takut mengemukakan pendapat,ragu berbicara didepan umum,serta sering cemas terhadap dirinya sendiri hal tersebut menandakan bahwa mahasiswa sedang mengalami kepercayaan diri yang rendah. (2) Faktor yg mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswa adalah faktor dari luar maupun dari dalam individu tersebut,seperti tekanan-tekanan sejak lahir sehingga anak tersebut tidak berani bertindak jika hal tersebut belum jelas kepastiannya serta faktor lingkungan sejak kecil seperti sering mendapatkan cemohan dengan temannya, hal tersebut pasti sudah menjadi tekanan bagi anak tersebut. (3) Upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa,harus membutuhkan sebuah proses agar mahasiswa sedikit demi sedikit merubah dirinya sehingga harus adanya rutinitas bantuan konseling untuk dirinya sehingga pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik *self management.*

Tujuan penelitian ini yaitu : (1) Untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep, (2) Untuk mengetahui faktor- faktor yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep, dan (3) Untuk mengetahui upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep dengan teknik *self management*. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif terhadap 2 orang siswa yang merupakan mahasiswa dari jurusan PGSD dan jurusan BK. Pengumpulan data dengan menggunakan instrumen observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan reduksi data dan *display* data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) Gambaran kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep, yaitu takut mengemukakan pendapat, pasif dalam belajar, menganggap diri orang lain lebih baik daripada dirinya sendiri, pasif dalam kegiatan organisasi, dan selalu menutup diri, merasa cemas ketika ingin mengemukakan pendapat, sering merasa terabaikan dalam proses pembelajaran, lebih senang menghabiskan waktu sendirian, menolak untuk bergabung dalam suatu organisasi, dan tidak nyaman dengan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

keramaian. (2) Faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep, yaitu kepedulian keluarga, tekad yang kurang untuk menjadikan diri lebih percaya diri, sikap pemanjaan dan pembatasan berinteraksi yang berlebih, seringnya mendapat cemoohan, dan kurang menghargai dirinya sendiri, adanya trauma yang pernah dialami, dan pesimis terhadap diri sendiri. (3) Selama pelaksanaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, ada beberapa upaya meningkatkan kepercayaan diri yang diberikan oleh peneliti, yaitu 1) Tahap Monitor Diri. Pada tahapan ini peneliti mengupayakan kepada subjek untuk mampu menyadari sendiri gambaran kepercayaan diri yang dia miliki dengan tujuan agar subjek mampu mengubah kepercayaan dirinya yang rendah setelah ia mengetahui sendiri kekurangan yang ada pada dirinya, 2) Tahap Mengatur Lingkungan. Pada tahapan ini subjek diusahakan mampu untuk mengemukakan bahwa pada lingkungan mana saja ia bisa lebih percaya diri. Pada lingkungan itu subjek diharapkan dapat terus melatih diri untuk meningkatkan kepercayaan dirinya dan sedikit demi sedikit juga diharapkan dapat membiasakan diri untuk menerapkannya pada lingkungan yang lain. Awalnya subjek hanya bisa lebih percaya diri di lingkungan keluarga karena anggota keluarga khususnya kakaknya sering memberikan dorongan dan semangat untuk bisa menjadi pribadi yang percaya diri , 3) Tahap Evaluasi Diri. Pada tahapan ini, subjek telah mampu untuk memberikan target kepada dirinya perilaku-perilaku yang harus ia lakukan selama beberapa hari ke depannya dengan berbagai upaya untuk bisa meningkatkan kepercayaan dirinya. Dengan bantuan penelitian yang terus memberikan *support* untuk selalu mengingatkan target yang telah disepakati antara subjek dengan peneliti, dan 4) Tahap pemberian penguatan, penghapusan, dan pemberian hukuman. Pada tahapan ini subjek beberapa kali belum mampu untuk melakukan hal yang telah ia jadikan sebagai target tapi sebagai sanksinya target diminta terus untuk mengulang target yang telah disepakatinya. Membiasakan kepada subjek untuk bisa mengangkat tangan untuk menyampaikan pendapatnya dan perlahan subjek pun mampu untuk melakukannya.

Kata kunci : *Teknik Self Management*, *Kepercayaan Diri.*

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

PRAKATA

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dan dirampungkan sebagai persyaratan untuk menyelesaikan studi pada jurusan Ilmu Pendidikan STKIP Andi Matappa.

Dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai hambatan dan kesulitan yang pada dasarnya memberikan hikmah tersendiri bagi penulis, walau hanya berbekal kemampuan yang terbatas, namun tidak melemahkan semangat dijiwa untuk berusaha menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa semasa kuliah sampai selesainya skripsi ini berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu sepantasnya pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih setinggi-tingginya kepada :

1. Ibu Hj. Zaorah Sapan selaku ketua Yayasan Matahari yang membina STKIP Andi Matappa dan memberikan aspirasi dan insipirasi serta ide-ide kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Andi Zam Immawan Alam, SH,MH selaku ketua STKIP Andi Matappa beserta staf yang senantiasa memberi kemudahan kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan
3. Ibu Salmiati, S.Pd.,M.Pd. selaku ketua Jurusan Program Studi Bimbingan dan Konseling yang senantiasa menjadi penasehat bagi seluruh mahasiswa bimbingan dan konseling

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

4. Bapak Dr. Muh. Basri, M.Si. selaku Pembimbing I yang memberikan bimbingan dan arahan yang baik demi kelengkapan dalam penyelesaian skripsi ini
5. Ibu Nurhidayatullah, S.Pd.,M.Pd.. selaku Pembimbing II yang memberikan bimbingan dan arahan yang baik demi kelengkapan dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Segenap dosen STKIP Andi Matappa, khususnya Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah mendidik dan mengajarkan ilmunya.
7. Kedua orang tuaku tercinta yang senantiasa mencurahkan kasih sayang, serta doa yang tiada henti demi keberhasilan dan kebaikan penulis di dunia maupun diakhirat kelak.
8. *Rekan-rekan mahasiswa/mahasiswi* Program Studi Bimbingan dan Konseling atas segala bantuan, kerjasama, tenggang rasa dan perhatian selama perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
9. Kepada semua pihak yang tidak sempat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis tidak dapat membalas bantuan dan kebaikan semua pihak. Oleh karena itu, penulis berdoa semoga Allah SWT memberikan imbalan dan pahala serta balasan yang berlipat ganda. Penulis sadar bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga penulis mengharapkan saran dan kritikan dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat khususnya dalam rangka mutu pendidikan.

Pangkep, Agustus 2020

ULFAH

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
PERSETUJUAN PEMBIMBING ii
PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI iii
MOTTO iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI v
ABSTRAK vi
PRAKATA vii
DAFTAR ISI x
DAFTAR GAMBAR xii
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 7
C. Tujuan Penelitian 7
D. Manfaat Penelitian 8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PIKIR
A. Teknik *Self Management* 9
1. Pengertian Teknik *Self Management* 9
2. Aspek-aspek *Self Management* dalam Belajar 10
3. Faktor-faktor yang memengaruhi *self management* 13
4. Tahap-tahap *Self Management* dalam Belajar 15
B. Percaya Diri 16
1. Pengertian Percaya Diri 17
2. Aspek Percaya Diri 18
3. Faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri 20
4. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Kepercayaan Diri 23
C. Penelitian yang Relevan 24
D. Kerangka Pikir 26

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

BAB III METODE PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian 29
B. Pendekatan dan Jenis Penelitian 29
C. Deskripsi Fokus 30
D. Subjek dan Objek Penelitian 31
E. Metode Pengumpulan Data 32
F. Teknik Analisis Data 34
G. Pengecekan Keabsahan Data 36
H. Tahap-tahap Penelitian 37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian 38
1. Gambaran Kepercayaan Diri Mahasiswa 41
2. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kepercayaan Diri 47
3. Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri 64
B. Pembahasan 68

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan..... 73
B. Saran..... 75

KEPUSTAKAAN 76

DAFTAR LAMPIRAN 78

RIWAYAT HIDUP

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab II pasal 3 (Lidya Puspa Sari, 2010) dijelaskan bahwa :

> Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan 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, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Belajar tidak pernah terlepas dari proses pembelajaran. Makna pembelajaran dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah proses cara perbuatan menjadikan orang atau makhluk hidup belajar. Lebih lanjut Rustaman (2001: 461) mengemukakan bahwa proses pembelajaran adalah proses yang didalamnya terdapat interaksi antara guru dan peserta didik dan komunikasi timbal balik yang berlansung dala situasi edukatif untuk mencapai tujuan pembelajaran. Setiap guru perlu memahami proses dan sistem pembelajaran karena dengan pemahaman sistem ini, setiap guru akan memahami tentang tujuan pembelajaran untuk hasil yang diharapkan. Dalam proses belajar mengajar guru dituntut untuk dapat mewujudkan dan menciptakan situasi yang memungkinkan peserta didik untuk aktif dan kreatif. Pada sistem ini peserta didik diharapkan dapat secara optimal melaksanakan aktivitas belajar sehingga tujuan instruksional yang telah ditetapkan dapat tercapai secara maksimal.

Achmad (2004: 51) mengemukakan tujuan pembelajaran yaitu membantu peserta didik agar memperoleh berbagai pengalaman dan perubahan tingkah laku, dengan pengalaman itu tingkah laku yang dimaksud meliputi pengetahuan, keterampilan, dan nilai atau norma yang berfungsi sebagai pengendali sikap dan perilaku mahasiswa.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

Tujuan ini menggambarkan kemampuan atau tingkat penguasaan yang diharapkan dicapai oleh peserta didik setelah mereka mengikuti suatu proses pembelajaran. Berbeda halnya dengan Meager dalam (Sumiati dan Asra, 2009: 10) yang memberi batasan lebih jelas tentang tujuan pembelajaran yaitu maksud yang dikomunikasikan melalui pernyataan yang menggambarkan tentang perubahan yang diharapkan dari peserta didik. Dalam pencapaian tujuan pembelajaran terkadang terdapat masalah yang dihadapi seorang guru dalam proses pembelajaran, salah satunya peserta didik memiliki daya tangkap yang berbeda-beda. Ada peserta didik dengan kemampuan menerima pelajaran secara cepat dan ada pula yang lambat. Ada peserta didik yang cenderung aktif dan ada yang slow respons dan bahkan ada yang tidak aktif sama sekali. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi keaktifan peserta didik dalam kelas, salah satunya yaitu kepercayaan diri.

Menurut Bandura (Hurlock, 2001: 32) kepercayaan diri *(self confidence*) adalah suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan harapan dan keinginannya. Percaya diri juga didefinisikan sebagai sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan dan situasi yang dihadapinya (Rini, 2002: 76). Lebih lanjut Iswidharmanjaya (2014: 40) menerangkan bahwa orang yang percaya diri lebih mampu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, orang percaya diri biasanya akan lebih mudah berbaur dan beradaptasi dibanding dengan yang tidak percaya diri. Karena orang yang percaya diri memiliki pegangan yang kuat, mampu mengembangkan motivasi, ia juga sanggup belajar dan bekerja keras untuk kemajuan, serta penuh keyakinan terhadap peran yang dijalaninya.

Kepercayaan diri *(self confidence*) peserta didik berbeda-beda ada peserta didik yang memiliki kepercayaan diri tinggi (*high confidence*) dan ada juga yang kepercayaan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

diri rendah (*low self confidence*). Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri tinggi (high confidence) cenderung lebih aktif dalam kelas dan lebih mudah mengemukakan pendapat di dalam kelas yang menunjang keefektifan dalam kelas. Sedangkan peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah (*low self confidence*) cenderung memiliki rasa kekhawatiran pada saat ingin mengemukakan pendapat, ada rasa was-was dalam dirinya yang menyebabkan dirinya lebih pasif dalam kelas. Kepercayaan diri rendah adalah salah satu bentuk penyimpangan yang sering terjadi pada peserta didik di dalam kelas. Adrews dalam (Itasari, 2006) mengungkapkan bahwa percaya diri rendah erat kaitannya dengan harga diri seseorang. Individu dengan harga diri rendah akan memiliki rasa percaya diri yang rendah (low self confidence) dalam menilai kemampuan dan atribut-atribut dalam dirinya. Hal ini membuat individu tidak mampu mengepsresikan diri dalam lingkungan sosialnya. Mereka kurang mampu untuk merasakan stimulus yang mengancam. Individu dengan kepercayaan diri rendah akan menarik diri dari orang lain dan memiliki perasaan tertekan secara terus-menerus. Individu dengan kepercayaan diri rendah (low self confidence) cenderung merasa tidak bebas mengemukakan pendapat, memiliki sifat ragu-ragu, perasaan rendah diri, cenderung menghindari lingkungan dan kurang percaya dengan kemampuannya. Apabila penyimpangan ini tidak di tangani dengan tepat maka akan menimbulkan dampak yang negatif yaitu : depresi yang dirasakan oleh peserta didik itu sendiri dan kemungkinan fatal yang diakibatkan adalah akan adanya tindak bulliying dari lingkungan.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di STKIP Andi Matappa Pangkep ternyata masih ada mahasiswa yang memiliki karaktererstik sebagai mahasiswa kepercayaan diri rendah dimana mahasiswa tersebut memiliki ciri-ciri cenderung memiliki rasa kekhawatiran pada saat ingin mengemukakan pendapat, ada rasa was-was dalam dirinya yang menyebabkan dirinya lebih pasif dalam kelas. Peserta didik yang memiliki

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

kepercayaan diri yang renda cenderung pasif dalam kelas dan memiliki kekhawatiran yang tinggi saat ingin mengemukakan pendapat, malu bergaul, tidak mau ikut organisasi, dan selalu menutup diri. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain : pola asuh dan interaksi sejak dini, pola pikir yang negatif, peka terhadap kritik,responsif terhadap pujian, bersikap hiperkritis, dan bersikap pesimis terhadap kompetisi.

Dengan teknik *self management* mahasiswa akan mampu mengendalikan dirinya sendiri dengan kemauan yang muncul dari keinginan mahasiswa untuk mengubah segala perilaku negatifnya menjadi perilaku positif sehingga mereka pun merasakan tentang pentingnya kepercayaan serta mengetahui dampak negatif yang ditimbulkan jika mahasiswa tidak percaya diri dalam belajar. Salah satu cara yang dianggap paling tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa yaitu memberikan teknik *self management* yang dimaksudkan agar mahasiswa dapat memahami betapa pentingnya kepercayaan diri bagi mereka dan diharapkan mahasiswa dapat memahami cara-cara memotivasi diri serta meningkatkan hasil belajar mereka dalam proses pembelajarannya.

Dengan demikian upaya untuk mengembangkan kepercayaan diri mahasiswa, tentunya membutuhkan pendekatan yang sesuai dengan perkembangan mahasiswa. Salah satu peran bimbingan dan konseling untuk membantu meningkatkan kepercayaan dirinya adalah dengan menggunakan strategi yang dipandang relevan adalah strategi *self management*. Halimatuh Sa'diyah (2016: 70) bahwa "*Self management* merupakan salah satu teknik dalam konseling behavior, yang mempelajari tingkah laku (individu manusia) yang bertujuan merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. *Self management* adalah suatu prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri". Selanjutnya, menurut Stewart dan Lewis (dalam Nursalim, 2013: 42) menyatakan bahwa "*Self management* menunjuk pada kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya atau kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah bahkan meskipun upaya-upaya itu sulit". Menurut

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

Cormier dan Cormier (2009: 231), kelebihan strategi *self-management* yaitu: 1) Penggunaan strategi pengelolaan diri dapat meningkatkan pengamatan seseorang dalam mengontrol lingkungannya serta dapat menurunkan ketergantungan seseorang pada konselor atau orang lain; 2) Strategi pengelolaan diri adalah pendekatan yang murah dan praktis; 3) Strategi pengelolaan diri mudah digunakan; 4) Strategi pengelolaan diri menambah proses belajar secara umum dalam berhubungan dengan lingkungan baik pada situasi bermasalah atau tidak. Efek positif dari intervensi *self-management* adalah meningkatkan perhatian, meningkatkan produktivitas akademik, dan mengurangi perilaku mengganggu yang telah ditunjukkan di beberapa penelitian lebih dari dua dekade yang lalu.

Berkaitan dengan usaha meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, teknik *self management* memiliki keunggulan yaitu selain dapat mengganti pandangan negatif individu menjadi positif, teknik ini juga dapat mengarahkan individu untuk mengubah konsep dirinya menjadi positif agar memperoleh konsekuensi yang efektif dari lingkungannya. Peserta didik tidak hanya diajak untuk mengubah pandangannya tetapi juga diarahkan untuk mengubah perilaku yang lebih efektif salah satunya yaitu dengan cara meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yang mengalami kepercayaan diri yang rendah.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih jauh tentang "Penerapan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa (Studi Kasus) di STKIP Andi Matappa Pangkep".

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah ini adalah:

1. Bagaimanakah gambaran kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep?
2. Faktor-faktor apa sajakah yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep?
3. Upaya apa sajakah yang dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep dengan Teknik *Self Management*?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini, adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep.
2. Untuk mengetahui faktor apa sajakah yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep.
3. Untuk mengetahui upaya apa sajakah yang dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep dengan Teknik *Self Management*.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Guru

   Sebagai bahan masukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kompetensinya agar lebih efektif dalam membimbing mahasiswa agar mampu meningkatkan kepercayaan dirinya.

2. Bagi Mahasiswa

   Sebagai umpan balik dalam belajar sehingga mahasiswa dapat meningkatkan kepercayaan dirinya, khususnya bagi mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep.

3. Bagi Lembaga

   Sebagai bahan informasi bagi peneliti untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang strategi guru bimbingan dan konseling dalam membimbing mahasiswa dalam belajar.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PIKIR

A. Teknik *Self Management*

1. Pengertian Teknik *Self Management*

Menurut Suhartini (dalam Makhfud, 2011: 33) menjelaskan bahwa "*Self Management* adalah suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau mengatur tingkah lakunya sendiri". Halimatuh Sa'diyah (2016: 70) bahwa "*Self management* merupakan salah satu teknik dalam konseling behavior, yang mempelajari tingkah laku (individu manusia) yang bertujuan merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. *Self management* adalah suatu prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri". Selanjutnya, menurut The Giang Lie (2000: 77) menyatakan bahwa "*Self management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna". Sedangkan, menurut Dian Novita (2010: 13) bahwa :

> *Self management* merupakan suatu kemampuan untuk mengatur berbagai unsur di dalam diri individu seperti pikiran, perasaan,dan perilaku. Selain itu, *self management* juga bermanfaat untuk merapikan diri individu seperti pikiran, perasaan, perilaku individu dan juga lingkungan sekitarnya lebih memahami apa yang menjadi prioritas, tidak membedakan dirinya dengan orang lain. Menetapkan tujuan yang ingin dicapai dengan menyusun berbagai cara atau langkah demi mencapai apa yang menjadi harapan dan belajar mengontrol diri untuk merubah pikiran menjadi lebih baik dan efektif.

Self management diperlukan bagi seseorang agar mampu menjadikan dirinya sebagai manusia yang berkualitas dan bermanfaat dalam menjalankan misi kehidupannya. *Self management* membuat orang mampu mengarahkan setiap tindakannya kepada hal-hal positif. Secara sederhana *self management* dapat diartikan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

suatu upaya mengelola diri sendiri ke arah yang lebih baik sehingga dapat menjalankan misi yang diemban dalam rangka mencapai tujuan.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *self management* terjadi karena adanya suatu usaha individu untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya, berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan pribadinya agar menjadi lebih baik. Ketika individu dapat mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya yang meliputi pikiran, perasaan, dan tingkah laku maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah memiliki kemampuan *self management.*

2. Aspek-aspek *Self management* dalam Belajar

Menurut The Giang Lie (2000: 78-80) menyatakan bahwa ada sekurang-kurangnya 4 aspek bentuk perbuatan *self management* dalam belajar bagi siswa yaitu pendorongan diri (*self motivation),* penyusunan diri (*self organization*), pengendalian diri (*self control*), dan pengembangan diri (*self development*).

1) Pendorongan Diri (*Self Motivation*)

Syarat pertama seorang siswa untuk mencapai tujuan pendidikannya ialah pendorongan diri. Pendorongan diri ialah dorongan batin dalam diri seseorang yang merangsangnya sehingga mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan didambakannya. Dorongan itu berasal dari dalam diri individu dan juga bisa berasal dari luar individu. Dorongan untuk belajar pada diri seorang siswa bersumber dari diri individu misalnya pada kesenangan membaca, keingintahuan terhadap pengetahuan baru, dan hasrat pribadi untuk maju. Sedangkan dorongan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

yang datang dari luar ialah misalnya perintah dari orang tua untuk belajar atau ikut-ikutan teman untuk kursus.

2) **Penyusunan Diri (*Self Organization*)**

Penyusunan diri adalah pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda dan semua sumber daya lainnya dalam kehidupan seorang siswa sehingga tercapai efisiensi pribadi. Misalnya penyimpanan semua dokumen pribadi (dari akte kelahiran, ijazah, dan lain-lai). Bisa dikatakan juga pengorganisasian diri merupakan suatu usaha dalam mengatur dan megurus segala hal yang menyangkut pikiran, waktu, tempat, benda, dan sumber daya lainnya yang menunjang pembentukan *self management* apabila segala sesuatunya telah diatur sebaik mungkin, maka akan tercapai kehidupan individu menjadi lebih efisien.

3) **Pengendalian Diri (*Self Control*)**

Pengendalian diri adalah perbuatan manusia membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat mengikis keseganan, dan mengarahkan tenaga untuk benar-benar melaksakan apa yang harus dikerjakan di sekolah. Adanya pengendalian diri yang kuat tentunya akan muncul sebuah tekad atau keinginan yang kuat untuk melaksanakan apa yang harus dikerjakan. Keinginan yang kuat akan memacu munculnya semangat untuk bisa memberikan penguatan diri pada individu agar bisa menghindari dirinya pada hal-hal yang tidak penting dan lebih mengutamakan apa yang menjadi prioritasnya yaitu sebagai seorang siswa adalah belajar.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

4) Pengembangan Diri (*Self Development*)

Pengembangan diri adalah perbuatan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal. Pengembangan diri yang lengkap dan penuh mencakup segenap sumber daya pribadi dalam diri seorang siswa, yaitu:

a) Kecerdasan pikiran untuk menambah kearifan pengetahuan dan keterampilan yang berguna dalam hidup.
b) Watak kepribadian untuk membina budi yang luhur dan perilaku yang susila.
c) Rasa kemasyarakatan untuk menumbuhkan hasrat memajukan masyarakat dan membantu orang lain yang kurang beruntung dalam kehidupan.
d) Untuk memelihara kesehatan jasmani maupun kesehatan rohani.

Berdasarkan keempat aspek *self management* dalam belajar tersebut dapat disimpulkan bahwa *self management* dalam belajar terbentuk dari adanya sikap pendorongan diri, pengendalian diri, penyusunan diri, dan pengembangan diri. Adanya sikap pendorongan diri akan mendorong individu agar memiliki tekad yang besar untuk belajar untuk mengatur berbagai sumber daya yang diperlukan untuk mendukung kegiatan belajar individu dengan tujuan untuk mencapai koefisien pada hidupnya.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Self Management* dalam Belajar

Ahmad Abdul Jawwad (2007: 25-36) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* dalam belajar adalah sebagai berikut.

1) Perhatian Terhadap Waktu

Kemampuan *self management* dalam belajar juga dipengaruhi oleh waktu dengan tujuan agar segala yang ingin dikerjakan dapat berjalan secara teratur dan lancar seperti yang diinginkan. Apabila kita dapat mengatur waktu dengan baik, maka kita akan memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang baik.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

2) **Kondisi Sosial**

Apabila kondisi sosial seseorang baik, tentunya dia bisa memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang baik. Karena dengan hubungan yang baik dengan sesama dan tidak membedakan antara yang satu dengan yang lainnya akan mendukung pada pembentukan *self management* dalam belajar.

3) **Tingkat Kondisi Ekonomi**

Jika individu dapat mengatur segala keperluannya, mengutamakan suatu hal yang lebih penting, maka individu akan mampu menuntaskan berbagai urusannya yang berkenaan dengan belajarnya dan dapat memenuhi segala kebutuhannya demi mencapai tujuan yang ingin diraihnya.

4) **Tingkat Pendidikan**

Tingkat pendidikan memengaruhi pemahaman seseorang pada pentingnya *self management* dalam belajar bahwa dengan danya kemampuan *self management* dalam belajar yang baik, dia bisa melalui proses pendidikannya dengan baik.

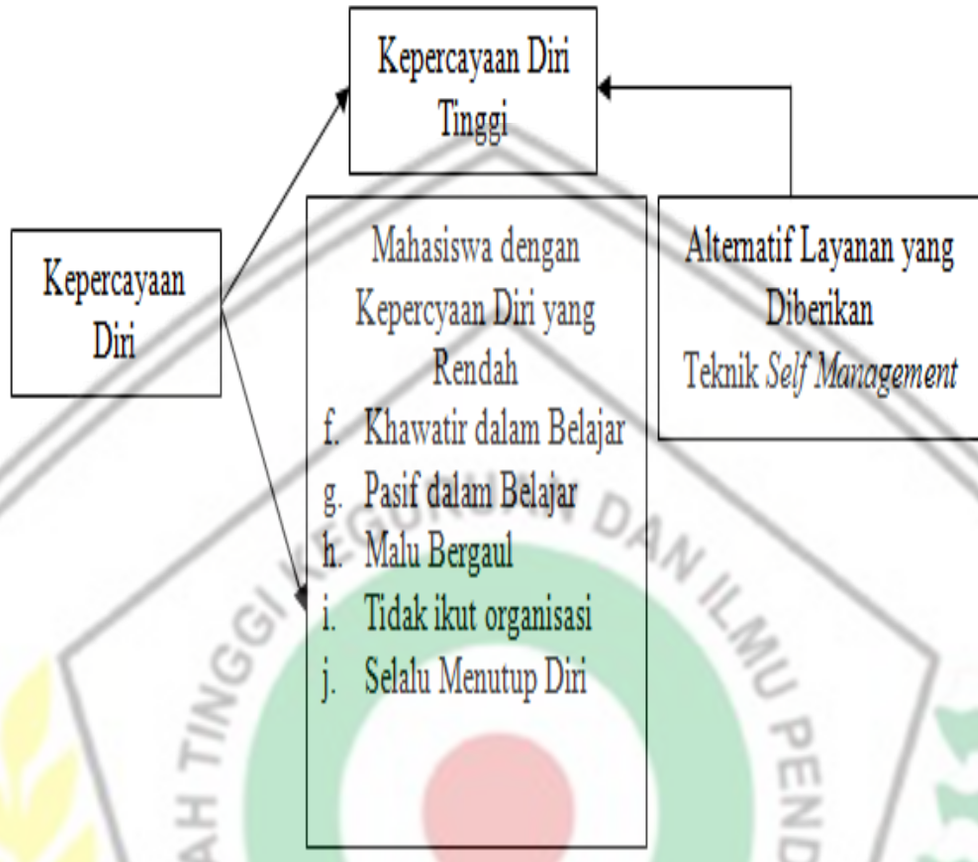
5) **Kendala Lingkungan Sekitar**

Lingkungan sekitar menjadi faktor terbentuknya *self management* dalam belajar seperti terbentuknya pola pikir, perbuatan, dan pengalaman yang terbentuk dari lingkungan yang ditempati. Segala pola pikir maupun perbuatan yang muncul akan menentukan bagaimana kemampuan *self management* dalam belajar terbentuk.

Berdasarkan pendapat ahli di atas maka disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi *self management* dalam belajar adalah perhatian terhadap waktu, kondisi sosial, tingkat kondisi ekonomi, tingkat pendidikan, dan kendala lingkungan sekitar. Faktor-faktor *self management* dalam diri siswa maka akan membuat siswa mampu untuk mengontrol dirinya serta mengembangkan kemampuan dalam dirinya.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir



Gambar Kerangka fikir 2.1

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di STKIP Andi Matappa Pangkep yang beralamat di Jalan Andi Mauraga. Peneliti memilih STKIP Andi Matappa Pangkep sebagai lokasi penelitian karena di sekolah tersebut ditemukan masalah yang perlu mendapatkan perhatian, seperti kurangnya kepercayaan diri mahasiswa. Itu terlihat ketika peneliti melakukan observasi awal ke lokasi penelitian.

B. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian kualitatif adalah suatu pendekatan yang juga disebut pendekatan investigasi karena biasanya peneliti mengumpulkan data dengan cara bertatap muka langsung dan berinteraksi dengan orang-orang di tempat penelitian (Apipah, 2012). Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus, maka penelitian ini berusaha mendeskripsikan suatu latar subjek atau peristiwa tertentu secara rinci dan mendalam. Ada beberapa alasan peneliti menggunakan metode studi kasus yaitu pertama, peneliti ingin pemahaman tentang gambaran mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, faktor penyebab kurangnya kepercayaan diri mahasiswa, catatan-catatan tingkah laku dan kata-kata responden. Kedua penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep. Penelitian ini diawali dengan eksplorasi yang bersifat luas kemudian dilanjutkan dengan teknik pengumpulan dan analisis data.

C. Deskripsi Fokus

Penelitian ini berusaha mendeskripsikan suatu latar subyek atau peristiwa tertentu secara rinci dan mendalam. Peneliti ingin mengetahui gambaran, faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri, dan upaya meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa,

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

catatan-catatan tingkah laku dan kata-kata responden. Strategi yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi. Fenomenologi dipilih karena didalamnya peneliti mengidentifikasi tentang suatu fenomena tertentu, serta mengharuskan peneliti mengkaji subjek dengan terlibat langsung untuk mengembangkan pola dan relasi yang bermakna. Peneliti akan mengamati kepercayaan diri mahasiswa. Adapun variabel dalam penelitian ini, yaitu:

1. Strategi yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi. Fenomenologi dipilih karena didalamnya peneliti mengidentifikasi tentang suatu fenomena tertentu, serta mengharuskan peneliti mengkaji subjek dengan terlibat langsung untuk mengembangkan pola dan relasi yang bermakna. Peneliti akan mengamati kepercayaan diri mahasiswa. *Self management* adalah suatu usaha individu untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya, berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan pribadinya agar menjadi lebih baik. Ketika individu dapat mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya yang meliputi pikiran, perasaan, dan tingkah laku maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah memiliki kemampuan *self management.*
2. Percaya diri adalah kesadaran individu akan kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya dan kesadaran tersebut membuatnya merasa yakin pada kemampuan yang dimiliki, menerima diri, bersikap optimis dan berpikir positif sehingga dapat bertindak sesuai dengan kapasitasnya serta mampu mengendalikannya. Adapun indikator kepercayaan diri yang rendah mahasiswa, yaitu 1) Enggan mengeluarkan pendapat 2) Malu bergaul, 3) Jarang ikut organisasi, dan 4) Tidak mampu membuka diri kepada orang lain. Untuk menangani kurangnyab kepercayaan diri yang dimiliki oleh mahasiswa, maka alternatif layanan yang diberikan, yaitu teknik *self management*.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

D. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa prodi PGSD dan mahasiswa prodi BK yang memiliki indikator kepercayaan diri yang rendah, yang berjumlah 2 orang. Mahasiswa, teman sebaya, orang tua, dan dosen mahasiswa menjadi informan dan pelaksana suatu kegiatan yang diteliti untuk menggali data-data yang berkaitan dengan penelitian ini. Untuk menjaga rahasia identitas mahasiswa, maka penulis hanya memberi inisial dalam proses wawancara. Penulis hanya mengambil 2 subjek dalam penelitian ini untuk mengefisienkan waktu dalam penelitian yang hanya 2 bulan.

2. Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini adalah gambaran mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa dan upaya meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dengan teknik *self management* di STKIP Andi Matappa Pangkep.

E. Metode Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi merupakan pengamatan langsung dan pencatatan secara sistematis terhadap fenomena-fenomena yang diselidiki. Dalam hal ini penulis mengamati mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah Kemudian penulis mencatat peningkatan kepercayaan diri siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengamatan terbuka yaitu pengamatan yang dilakukan secara terbuka diketahui oleh subyek, sedangkan sebaliknya para subyek dengan suka rela memberikan kesempatan kepada pengamat.

2. *Interview* (Wawancara)

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

Interview merupakan percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interview*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interview*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. *Interview* dalam penelitian ini menggunakan jenis wawancara pembicaraan informal. Pada jenis wawancara ini pertanyaan yang diajukan bergantung pada wawancara itu sendiri, jadi bergantung pada spontanitasnya dalam mengajukan pertanyaan kepada terwawancara. Dengan selalu didasari pedoman wawancara yang telah dibuat sebelumnya sebagai garis besar tentang hal-hal yang akan ditanyakan kepada informan. Penulis bebas menanyakan segala sesuatu hal kepada mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep tentang gambaran mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa dan upaya peningkatan kepercayaan diri mahasiswa dengan teknik *self management*. Penulis melampirkan proses wawancara terhadap mahasiswa untuk menguatkan data.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan metode pengumpulan data yang sumber datanya dari dokumen pribadi yakni otobiografi yang ditulis oleh orang-orang tertentu. Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data yang berupa : keadaan, struktur organisasi, program kerja, maupun catatan aktivitas konseling serta hal-hal lain yang berhubungan dengan obyek penelitian ini.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

F. Teknik Analisis Data

1. Reduksi Data

Sugiyono (2009: 339) menjelaskan bahwa :

> Reduksi adalah suatu proes pemilihan, pemusatan, pemerhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data mentah atau data yang muncul dari catatan-catatan tertulis dilapangan. Reduksi data berlangsung secara terus menerus selama pengumpulan data berlangsung". Data-data yang terkumpul akan semakin bertambah, oleh sebab itu laporan tersebut harus dianalisis sejak dimulainya penelitian kemudian laporan-laporan tersebut perlu direduksi yaitu dengan memilih hal-hal pokok yang sesuai dengan fokus penelitian yang diteliti, kemudian dicari tentang temannya. Data-data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih tajam tentang hasil pengamatan dan mempermudah penulis untuk mencarinya jika sewaktu-waktu diperlukan.
>
> Dalam mereduksi data, peneliti dipandu oleh tujuan yang akan dicapai yaitu menemukan sesuatu. Ketika peneliti menemukan sesuatu yang asing, tidak dikenal dan belum memiliki pola, justru itulah yang menarik bagi peneliti.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti memilah dan menyederhanakan data hasil obeservasi dan hasil wawancara ke dalam tiga pokok umum yaitu data tentang gambaran mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa, dan upaya peningkatan kepercayaan diri mahasiswa dengan teknik *self management*. Untuk itu peneliti melakukan memilah, menyederhanakan data dan informasi tersebut melalui:

a. Mengorganisasikan data

Peneliti membuat catatan-catatan lapangan dalam bentuk tertulis gambaran mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa, dan peningkatan kepercayaan diri mahasiswa setelah penerapan teknik *self management*.

b. Mengelompokkan data

Upaya peneliti mengelompokkan data dan informasi adalah dengan cara menyusun pertanyaan-pertanyaan hasil wawancara secara kronologis mulai dari pertanyaan-

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pada bab ini peneliti akan menguraikan data dan hasil penelitian tentang permasalahan yang telah dirumuskan pada bab I yaitu Analisis teknik *self management* untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa (studi kasus) di STKIP Andi Matappa Pangkep.

Hasil penelitian ini diperoleh dengan teknik wawancara yang mendalam dengan narasumber, sebagai bentuk pencarian data dan observasi langsung dilapangan yang kemudian peneliti analisis. Wawancara dilakukan pada tanggal 20 Juli 2020 sampai dengan 22 Agutus 2020, yang bertempat di kampus STKIP Andi Matappa Pangkep.

Fokus penelitian ini adalah gambaran kepercayaan diri subjek, faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri subjek, dan upaya meningkatkan kepercayaan diri dengan teknik *self management* mahasiswa dengan menggunakan metode instruksional di lapangan, yang dikaitkan kepada beberapa indikator dari peranan, dari sini dapat terlihat gambaran, faktor-faktor yang mempengaruhi, dan upaya peningkatan konselor. Jumlah yang dijadikan informan dalam data penelitian sebanyak empat orang yaitu, mahasiswa sasaran, teman sebaya, dosen mahasiswa, dan orang tua mahasiswa.

Agar penelitian ini lebih akurat dan objektif, peneliti mencari informasi-informasi tambahan dengan melakukan observasi di lapangan untuk melihat secara langsung keadaan subjek. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, yang merupakan metode untuk menggambarkan dan menjelaskan proses belajar yang terjadi untuk melukiskan fakta atau karakteristik tertentu secara *factual.* Penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data-data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan yang didasari

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

oleh orang atau perilaku yang diamati. Pendekatannya diarahkan pada latar dan individu secara utuh. Jadi, tidak dilakukan proses isolasi pada objek penelitian ke dalam variabel atau hipotesis. Tetapi memandangnya sebagai bagian dari suatu keutuhan.

Untuk tahap analisis, yang dilakukan oleh peneliti adalah membuat daftar pertanyaan untuk wawancara, pengumpulan data, dan analisis data yang dilakukan sendiri oleh peneliti. Untuk dapat mengetahui sejauh mana upaya peningkatan kepercayaan diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep. Pertama, menyusun daftar untuk pertanyaan wawancara berdasarkan dari indikator yang akan ditanyakan kepada narasumber. Kedua, melakukan wawancara mendalam dengan mahasiswa sasaran, teman sebaya mahasiswa, dosen, dan orangtua mahasiswa. Ketiga, memindahkan data penelitian yang berbentuk daftar dari semua pertanyaan yang diajukan kepada narasumber. Keempat, menganalisis hasil data wawancara yang telah dilakukan.

Setelah melakukan wawancara dengan narasumber, yaitu mahasiswa sasaran, teman sebaya, dosen, dan orangtua mahasiswa dan melakukan observasi langsung dilapangan peneliti dapat menganalisa upaya meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dengan teknik *self management*. Peneliti tidak pernah menilai benar atau salah jawaban atas pertanyaan yang diberikan. Peneliti memberikan kebebasan kepada informan untuk memberikan pemahamannya atas pertanyaan peneliti. Hal ini dilakukan dengan asumsi bahwa berdasarkan isi pembicaraan inilah akan dapat ditangkap makna komunikasi instruksional yang dipahami oleh para informan. Asumsi ini didasari pemikiran bahwa makna yang diberikan seorang individu atas suatu realitas, termasuk satu konsep atau kata, akan tergambarkan dari bagaimana mereka mengapresiasikan makna tersebut dalam hidup sehari-hari.

Saat melakukan wawancara dengan semua informan, peneliti sengaja memilih lokasi wawancara yang terpisah dari calon informan lain. Hal ini dilakukan dengan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

pertimbangan bahwa jika calon informan lain telah mendengar jawaban rekannya atas pertanyaan yang peneliti ajukan, kemungkinan besar jawaban yang akan ia berikan akan sama dengan jawaban rekannya yang telah ia dengar sebelumnya.

Jarak yang terpisah ini juga memungkinkan bagi mereka untuk memberikan jawaban yang lebih bebas dan terbuka, karena jika rekannya dapat mendengar jawabannya, tidak tertutup kemungkinan informan akan merasa sungkan menjawab apabila ia tidak yakin dengan jawabannya sendiri. Semua wawancara yang dilakukan peneliti dengan menulis jawaban pada pedoman wawancara tapi sebelumnya peneliti minta persetujuan terlebih dahulu dari para informan. Langkah pertama yang penulis lakukan sebelum mewawancarai dosen mahasiswa sasaran adalah meminta informasi/data.

1. Kasus AW

a. Gambaran Kepercayaan Diri AW

Untuk memperoleh informasi mengenai gambaran kepercayaan diri mahasiswa, dalam hal ini selaku subjek adalah AW. Peneliti akan memberikan lima pertanyaan terkait gambaran perilaku mahasiswa, yaitu :

1) Takut Mengemukakan Pendapat

Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan merasa khawatir ketika ingin menyampaikan pendapatnya. Ia akan cenderung berpikiran negatif dengan pendapatnya sendiri, lebih sering berpikiran bahwa jawaban yang akan diberikannya salah dan jawaban dari orang lain yang benar. Ia akan takut dicemooh bahkan takut ditertawakan. Berikut hasil wawancara peneliti dengan keempat infoman mengenai terganggu dalam hal apa sajakah sehingga subjek berkepercayaan diri yang rendah, yaitu :

> Terkadang saya merasa takut ketika ingin berbicara didepan umum. Saya yakin bahwa apa yang akan sampaikan itu salah kak. (Wawancara dengan AW, Halaman Kampus, 20 Juli 2020, 10.00 WITA)

> Selalunya saya lihat kak. Bahkan terkadang saya motivasi bilang beranikan diri untuk mengemukakan pendapat apalagi saya tahu kak bahwa sebenarnya AW itu

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

orangnya mampu dalam belajar. (Wawancara dengan SM (Teman AW), Halaman Kampus, 20 Juli 2020, 11.30 WITA)

Dia sangat pemalu. Jangankan di kampusnya di rumah saja AW itu jarang sekali berkomentar. Pokoknya apapun yang disuruhkan ke dia maka dia akan langsung mengerjakannya tanpa mau untuk berkomentar (Wawancara dengan Orangtua AW, Kediaman AW, 21 Juli 2020, 13.00 WITA).

Terkadang kurang berani dalam mengemukakan pendapat.
.(Wawancara dengan Dosen AW, Perpustakaan Kampus, 21 Juli 2020, 10.00 WITA).

Berdasarkan informasi dari keempat informan mengenai hal yang mengganggu mahasiswa sehingga memiliki kepercayaan diri yang rendah, yaitu adanya ketakutan ketika ingin menyampaikan pendapat, memiliki sikap pesimis terhadap pendapatnya sendiri, kurangnya motivasi untuk menghilangkan kepercayaan dirinya, kebiasaan dari rumah yang terbawa ke kampus,

2) Pasif dalam Belajar

Mahasiswa yang berkepercayaan diri yang rendah akan menjadi pasif dalam belajar. Mereka akan lebih memilih untuk menerima pendapat orang lain daripada harus ikut menyampaikan pendapatnya. Selalu ada rasa was-was bahwa apa yang akan disampaikannya salah dan apa yang disampaikan oran lain benar Berikut hasil wawancara mengenai hal yang menyebabkan sehingga subjek pasif dalam belajar, yaitu :

Saya kurang yakin sehingga saya pasif kak dalam belajar. Saya yakin bahwa apa yang akan sampaikan itu akan salah. Saya takut kak kalau saya memberikan jawaban, teman-teman yang lain akan menertawakan jawaban saya. (Wawancara dengan AW, Halaman Kampus, 20 Juli 2020, 10.00 WITA)

Iya. Sering kak. Kurangnya keberanian dalam diri AW yang menyebabkan dia seperti itu. Dia akan lebih memilih untuk merubah pendapatnya setelah mendengar pendapat dari orang lain sehingga ia lebih memilih diam daripada harus ikut mengemukakan pendapat ketika belajar. (Wawancara dengan SM (Teman AW), Halaman Kampus, 20 Juli 2020, 11.30 WITA)

Kurang memberanikan diri sehingga AW pasif. Padahal setahu saya itu nak, AW sebenarnya pintar. Waktu SD ketika saya memeriksa buku-bukunya rata-rata ia

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

mendapat nilai yang bagus.. (Wawancara dengan Orangtua AW, Kediaman AW, 21 Juli 2020, 13.00 WITA).

Karena kurangnya kepercayaan diri. (Wawancara dengan Dosen AW, Perpustakaan Kampus, 21 Juli 2020, 10.00 WITA).

Berdasarkan informasi dari keempat informan mengenai penyebab sehingga subjek pasif dalam belajar yaitu kurangnya keyakinan dan keberanian yang ia miliki. Kurangnya pembiasaan untuk menyampaikan pendapat sehingga ia lebih memilih untuk pasif dalam belajar. Ia lebih cenderung mengikuti pendapat orang lain.

3) Menganggap Diri Orang Lain Lebih Baik daripada Dirinya Sendiri

Individu yang memiliki kepercayaan diri yang rendah cenderung menutup diri dalam pergaulan. Ia lebih senang untuk menghabiskan waktunya sendiri daripada ikut dalam suatu pergaulan. Kurangnya kemampuan dalam bergaul menjadikan dirinya terasing dari individu yang lain. Berikut hasil wawancara peneliti mengenai pergaulan AW, yaitu :

Kurangnya kepercayaan diri saya akhirnya saya jarang bergaul dengan teman sebaya saya kak. Saya juga tidak tahu caranya bagaimana bisa ikut bergaul dengan teman-teman yang lain. Dan saya juga yakin teman-teman yang lain tidak akan bisa menerima kehadiran saya karena mereka tidak selevel dengan saya kak. (Wawancara dengan AW, Halaman Kampus, 20 Juli 2020, 10.00 WITA)

Karena AW mungkin cenderung memiliki sifat pemalu. Di kampus saja kak bisa dibilang temannya itu cuma saya. Itupun karena saya satu SMA dengan AW. Dari dulu kak AW tidak gampang sekali bergaul dengan orang lain. (Wawancara dengan SM (Teman AW), Halaman Kampus, 20 Juli 2020, 11.30 WITA)

Dia memiliki sifat pemalu yang tinggi. Biasanya kalau ada keluarga yang punya acara, AW pasti akan selalu menolak jika saya mengajaknya untuk ikut dalam acara tersebut. Dengan keluarga sendiri saja dia menutup diri lebih-lebih kayaknya dengan orang lain. (Wawancara dengan Orangtua AW, Kediaman AW, 21 Juli 2020, 13.00 WITA).

Kembali kepada sifat pribadi seseorang, tetapi sifat tersebut masih bisa dirubah oleh individu tersebut. (Wawancara dengan Dosen AW, Perpustakaan Kampus, 21 Juli 2020, 10.00 WITA).

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Gambaran kepercayaan diri mahasiswa STKIP Andi Matappa Pangkep, yaitu takut mengemukakan pendapat, pasif dalam belajar, menganggap diri orang lain lebih baik daripada dirinya sendiri, pasif dalam kegiatan organisasi, selalu menutup diri, merasa cemas ketika ingin mengemukakan pendapat, sering merasa terabaikan dalam proses pembelajaran, lebih senang menghabiskan waktu sendirian, menolak untuk bergabung dalam suatu organisasi, dan tidak nyaman dengan keramaian.
2. Faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa di STKIP Andi Matappa Pangkep, yaitu kepedulian keluarga, tekad yang kurang untuk menjadikan diri lebih percaya diri, sikap pemanjaan dan pembatasan berinteraksi yang berlebih, seringnya mendapat cemoohan, kurang menghargai dirinya sendiri, adanya trauma yang pernah dialami, dan pesimis terhadap diri sendiri.
3. Selama pelaksanaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, ada beberapa upaya meningkatkan kepercayaan diri yang diberikan oleh peneliti, yaitu 1) Tahap Monitor Diri. Pada tahapan ini peneliti mengupayakan kepada subjek untuk mampu menyadari sendiri gambaran kepercayaan diri yang dia miliki dengan tujuan agar subjek mampu mengubah kepercayaan dirinya yang rendah setelah ia mengetahui sendiri kekurangan yang ada pada dirinya, 2) Tahap Mengatur Lingkungan. Pada tahapan ini subjek diusahakan mampu untuk mengemukakan bahwa pada lingkungan mana saja ia bisa lebih percaya diri. Pada lingkungan itu subjek diharapkan dapat terus melatih diri untuk meningkatkan kepercayaan dirinya dan sedikit demi sedikit

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

juga diharapkan dapat membiasakan diri untuk menerapkannya pada lingkungan yang lain. Awalnya subjek hanya bisa lebih percaya diri di lingkungan keluarga karena anggota keluarga khususnya kakaknya sering memberikan dorongan dan semangat untuk bisa menjadi pribadi yang percaya diri , 3) Tahap Evaluasi Diri. Pada tahapan ini, subjek telah mampu untuk memberikan target kepada dirinya perilaku-perilaku yang harus ia lakukan selama beberapa hari ke depannya dengan berbagai upaya untuk bisa meningkatkan kepercayaan dirinya. Dengan bantuan penelitian yang terus memberikan *support* untuk selalu mengingatkan target yang telah disepakati antara subjek dengan peneliti, dan 4) Tahap pemberian penguatan, penghapusan, dan pemberian hukuman. Pada tahapan ini subjek beberapa kali belum mampu untuk melakukan hal yang telah ia jadikan sebagai target tapi sebagai sanksinya target diminta terus untuk mengulang target yang telah disepakatinya. Membiasakan kepada subjek untuk bisa mengangkat tangan untuk menyampaikan pendapatnya dan perlahan subjek pun mampu untuk melakukannya.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan yang diperoleh, maka disarankan kepada:

1. Mahasiswa
   a. Mahasiswa harus menyadari bahwa kepercayaan diri yang rendah akan membawa pengaruh negatif terhadap prestasi belajarnya.
   b. Bagi mahasiswa yang merupakan mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah sebaiknya melakukan motivasi diri dan mulai harus belajar meningkatkan kepercayaan diri guna meningkatkan hasil belajarnya dan memperbaiki interasi sosialnya.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

2. Orang Tua

   a. Memberikan perhatian kepada anak serta meluangkan waktu mendengarkan segala permasalahan yang dihadapi oleh anak.

   b. Orang tua memberikan motivasi berupa penghargaan dalam setiap prestasi yang diraih oleh anak agar terbiasa dengan hal-hal positif sehingga anak merasa mendapatkan kepedulian dari orangtua.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

DAFTAR PUSTAKA

Alma, 2011, *Pengantar Bisnis,* Alfabeta, Bandung.

Arikunto. 2010. *Manajemen Penelitian.* Rineka Cipta. Jakarta.

Bella Puspita Sari. 2017. *Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Melalui Manajemen Kelas.* Jurnal. UPI. Bandung.

Cormier, L.J. & Cormier, L.S. (2009). Interviewing Strategies for Helper (Edisi ke-7). Montery, California: Brooks/Code Publishing Company.

Dian Novita. 2010. *Kemampuan Manajemen Diri Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling.* Skripsi. UNESA Semarang.

Ghufron dan Risnawati. 2011. *Teori-teori Psikologi.* Ar Ruzz Media. Yogyakarta.

Komalasari. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Indeks. Jakarta.

Lahmuddin. 2012. *Landasan Formal Bimbingan Konseling di Indonesia.* Citapustaka Media Perintis. Bandung.

Lidya Puspa Sari, 2010, *Resume UU SISDIKNAS Pendidikan,* (Online), http://lidyapuspasaripknr08.blogspot.co.id/, (diakses 20 Mei 2019).

Makhfud. 2011. *Pendidikan Multikultural.* Pustaka Pelajar. Yogyakarta.

Marniati, 2014, *Pengaruh Layanan Orientasi Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Baru dalam Mengikuti Proses Pembelajaran Di SMP Negeri 2 Labakkang*, *Skripsi,* Jurusan Bimbingan dan Konseling, STKIP Andi Matappa, Pangkep.

Masykur Arif Rahman. 2011. *Pentingnya Disiplin Belajar.* Rineka Cipta. Jakarta.

Mega Aria Monica. 2016. E*fektivitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self management Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung.* Skripsi. Lampung.

Muhammad Fadillah dan Lilik. 2013. *Pendidikan Karakter Anak Usia Dini: Konsep dan Aplikasinya dalam PAUD.* Ar-Ruzz Media. Yogyakarta.

Muhibbin Syah. 2013, *Psikologi Belajar,* RajaGrafindo Persada, Jakarta.

Novan Ardy Wiyani. 2013. *Manajemen Kelas.* Ar-Ruzz Media. Yogyakarta.

Nurbaiti. 2016. *Pentingnya Kedisiplinan Siswa dalam Proses Pembelajaran Demi Mendapatkan Hasil Belajar yang Optimal.* (Online). https://www.kompasiana.com/nurbaitippkn13. diakses 15 Desember 2019.

Nurnaningsih. 2011. *Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa.* Jurnal. Bimbingan Konseling. Cicalengka.

Nursalim. 2013. *Strategi Intervensi dan Konseling.* Indeks. Jakarta.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

Prayitno. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung.* FIP UNP. Padang.

Raharjo dan Gunanto. 2013. *Pemahaman Individu Non Tes.* Rineka Cipta. Jakarta.

Riyanto, 2010, *Metode penelitian Pendidikan,* SIC, Surabaya.

Sa'diyah. 2016. *Penerapan Teknik Self Management untuk Mereduksi Agresifitas Remaja.* Jurnal. Bimbingan Konseling. IKIP PGRI Madiun.

Siti Faridah Awaliyah. 2016. *Pengaruh Bimbingan Pribadi Terhadap Kedisiplinan Siswa MTs Yape Pakem Sleman Yogyakarta.* Skripsi. Yogyakarta.

Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D.* Alfabeta. Bandung.

Supriyati. 2013. "Upaya Meningkatkan Self Management Dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok" Fakultas Ilmu Pendidikan. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Tohirin, 2015, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi),* RajaGrafindo Persada, Jakarta.

Tu'u. 2004. *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar.* Grasindo. Jakarta.

Walgito, 2004, *Bimbingan + Konseling [Studi & Karier],* Andi Offset, Yogyakarta

Winkel dan Hastuti. 2012. *Bimbingan dan Konseling di Institut dan Pendidikan.* Media Abadi. Yogyakarta.

Zainal Aqib, 2013, *Model-model, Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif),* Yrama Widya, Bandung.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

DOKUMENTASI







Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA

RIWAYAT HIDUP



ULFAH, Lahir di Pangkep, pada tanggal 28 Juni 1998 dari pasangan ***Musakkir*** dan ***Salmah*** yang merupakan anak keempat dari empat bersaudara. Perjalanan hidup penulis tergambar dalam riwayat pendidikan penulis. Pada tahun 2004 memasuki pendidikan pada Sekolah Dasar Negeri 28 Tumampua II, berhasil meyelesaikan pada tahun 2010, kemudian pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan lanjutan di SMPN 1 Pangkajene dan selesai pada tahun 2013, kemudian melanjutkan di tingkat lanjutan atas pada SMKN 1 Pangkep dan selesai pada tahun 2016 dan pada tahun 2016 penulis melanjutkan keperguruan tinggi di STKIP Andi Matappa Pangkep pada jurusan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/6oc6w9MmxKdyGXRth-5ZjA