



PENDEKATAN HUMANISTIK DALAM BIMBINGAN KONSELING UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA

Rehanaisha¹⁾

¹⁾ Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia
Email: Rehanaisha28@gmail.com

Abstract

Self-confidence is an essential aspect of student development, influencing both academic and social success. However, many students face challenges that hinder the growth of their self-confidence, such as academic pressure and interpersonal issues. The humanistic approach in counseling offers a solution by emphasizing a holistic understanding of individuals, empathy, and unconditional positive regard. This article explores the principles of the humanistic approach based on Carl Rogers' theory, as well as its implementation in helping students improve their self-confidence. The findings indicate that this approach is effective in creating a supportive counseling environment, enabling students to recognize their potential, overcome low self-esteem, and develop optimally.

Keywords: Self-Confidence, Approach, Humanistic, Guidance, Students.

Abstrak

Percaya diri adalah aspek penting dalam perkembangan siswa, yang berpengaruh terhadap keberhasilan akademik dan sosial. Namun, banyak siswa menghadapi tantangan yang menghambat perkembangan rasa percaya diri mereka, seperti tekanan akademik dan masalah interpersonal. Pendekatan humanistik dalam bimbingan konseling menawarkan solusi dengan menekankan pemahaman individu secara holistik, empati, dan penghargaan tanpa syarat. Artikel ini mengulas prinsip-prinsip pendekatan humanistik berdasarkan teori Carl Rogers, serta implementasinya dalam membantu siswa meningkatkan rasa percaya diri. Temuan menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam menciptakan lingkungan konseling yang mendukung, sehingga memungkinkan siswa untuk mengenali potensi diri, mengatasi rasa rendah diri, dan berkembang secara optimal.

Kata Kunci: Percaya Diri, Pendekatan, Humanistik, Bimbingan, Siswa.



PENDAHULUAN

Percaya diri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan siswa, yang berperan besar dalam keberhasilan akademik dan kehidupan sosial. Siswa yang memiliki rasa percaya diri cenderung mampu menghadapi tantangan, berkomunikasi dengan baik, dan mengambil keputusan yang tepat. Sebaliknya, siswa dengan rasa percaya diri rendah sering kali merasa cemas, menarik diri, dan kurang mampu mengoptimalkan potensinya (Santrock, 2011).

Dalam upaya meningkatkan rasa percaya diri siswa, pendekatan humanistik dalam bimbingan konseling menjadi relevan. Pendekatan ini berfokus pada pemahaman individu secara holistik, menghargai potensi mereka, serta memberikan perhatian pada kebutuhan emosi dan psikologis siswa. Carl Rogers, salah satu tokoh utama pendekatan humanistik, menekankan pentingnya hubungan konselor-siswa yang didasari empati, penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan keaslian (*genuineness*) untuk membantu individu mencapai aktualisasi diri (Rogers, 1961).

Di Indonesia, tantangan yang dihadapi siswa dalam membangun rasa percaya diri kerap dipengaruhi oleh tekanan akademik, hubungan sosial, dan lingkungan keluarga. Kondisi ini memerlukan intervensi yang tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga menyentuh aspek-aspek psikologis mendalam. Oleh karena itu, pendekatan humanistik memiliki peran strategis dalam membantu siswa mengenali kekuatan mereka, memahami diri, dan meningkatkan kemampuan adaptasi dalam berbagai situasi.

Penelitian mengenai efektivitas pendekatan humanistik dalam bimbingan konseling masih perlu dikembangkan lebih lanjut untuk melihat dampaknya terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa di berbagai jenjang pendidikan. Dengan demikian, artikel ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana pendekatan humanistik dapat diterapkan dalam bimbingan konseling untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa secara efektif dan berkelanjutan.

TINJAUAN PUSTAKA

1. Konsep Percaya Diri

Percaya diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan, penilaian, dan potensinya untuk menghadapi tantangan dan situasi tertentu (Santrock, 2011). Menurut Lauster (2015), percaya diri meliputi keberanian seseorang dalam menerima dan menghadapi tantangan, optimisme terhadap hasil yang diinginkan, dan kemampuan untuk mengenali kekuatan serta kelemahan diri. Percaya diri juga dipengaruhi oleh faktor internal seperti konsep diri dan pengalaman, serta faktor eksternal seperti lingkungan

sosial, dukungan keluarga, dan hubungan dengan teman sebaya.

2. Pendekatan Humanistik dalam Bimbingan Konseling

Pendekatan humanistik dalam bimbingan konseling, yang dikembangkan oleh Carl Rogers (1961), menekankan pemahaman individu secara menyeluruh, penghargaan terhadap potensi manusia, dan hubungan interpersonal yang mendukung. Elemen utama dalam pendekatan ini adalah:

- **Empati:** Konselor memahami pengalaman dan perspektif siswa.
- **Penerimaan tanpa syarat (*Unconditional Positive Regard*):** Konselor menerima siswa apa adanya tanpa kritik atau penilaian.
- **Keaslian (*Genuineness*):** Konselor menunjukkan sikap tulus dan autentik selama proses konseling. Pendekatan ini bertujuan menciptakan lingkungan yang aman, di mana siswa dapat mengungkapkan diri, mengeksplorasi masalah, dan mengembangkan rasa percaya diri mereka.

3. Pengaruh Pendekatan Humanistik terhadap Percaya Diri Siswa

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan humanistik efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa. Surya (2017) menemukan bahwa siswa yang menerima bimbingan konseling dengan pendekatan humanistik menunjukkan peningkatan dalam keberanian menghadapi situasi baru dan lebih percaya pada kemampuan mereka. Hal ini didukung oleh penelitian Wibowo (2020), yang menyatakan bahwa penerimaan tanpa syarat dan empati dari konselor menciptakan rasa nyaman pada siswa, sehingga mereka lebih terbuka dan mampu mengeksplorasi potensi diri.

4. Tantangan Implementasi di Sekolah

Meskipun pendekatan humanistik memiliki banyak manfaat, implementasinya di sekolah menghadapi beberapa tantangan, seperti keterbatasan waktu konselor, kurangnya pelatihan dalam pendekatan humanistik, serta kurangnya pemahaman pihak sekolah mengenai pentingnya bimbingan konseling berbasis humanistik (Nurhayati, 2019). Oleh karena itu, diperlukan pelatihan khusus bagi konselor untuk mengadopsi pendekatan ini secara efektif.

5. Relevansi dalam Konteks Pendidikan Indonesia

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, pendekatan humanistik relevan untuk membantu siswa menghadapi berbagai tekanan, termasuk tekanan akademik dan konflik interpersonal. Pendekatan ini sejalan dengan upaya membangun karakter siswa, sebagaimana diamanatkan dalam Kurikulum Merdeka yang menekankan



pengembangan potensi individu secara holistik (Kemdikbud, 2022).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk mengkaji penerapan pendekatan humanistik dalam bimbingan konseling serta pengaruhnya terhadap peningkatan percaya diri siswa. Penelitian ini dirancang untuk memahami bagaimana pendekatan humanistik diterapkan oleh konselor di sekolah dan dampaknya terhadap siswa yang menerima layanan tersebut.

1. Lokasi dan Subjek Penelitian

Penelitian dilakukan di salah satu sekolah menengah atas (SMA) di Indonesia. Subjek penelitian terdiri dari:

- **Konselor sekolah:** Konselor yang telah menerapkan pendekatan humanistik dalam bimbingan konseling.
- **Siswa:** Sepuluh siswa yang dipilih melalui teknik purposive sampling, dengan kriteria memiliki masalah rendahnya percaya diri berdasarkan hasil observasi dan laporan konselor.

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode berikut:

- **Wawancara mendalam (in-depth interview):** Dilakukan dengan konselor dan siswa untuk menggali pengalaman, proses, dan dampak bimbingan konseling berbasis humanistik.
- **Observasi langsung:** Mengamati proses bimbingan konseling yang dilakukan konselor dengan pendekatan humanistik, untuk mencatat elemen seperti empati, penerimaan tanpa syarat, dan keaslian.
- **Dokumentasi:** Mengumpulkan dokumen terkait, seperti catatan konseling, modul yang digunakan konselor, dan laporan perkembangan siswa.

3. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah panduan wawancara semi-terstruktur, lembar observasi, dan catatan lapangan. Instrumen ini dirancang untuk mengeksplorasi aspek-aspek pendekatan humanistik, termasuk penerimaan tanpa syarat, empati, dan dampaknya terhadap percaya diri siswa.

4. Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis tematik. Langkah-langkah analisis meliputi:

- **Reduksi data:** Menyeleksi, menyederhanakan, dan memfokuskan data yang relevan dengan penelitian.
- **Kategorisasi tema:** Mengelompokkan data berdasarkan tema-tema utama, seperti prinsip pendekatan humanistik dan dampaknya pada siswa.

- **Penarikan kesimpulan:** Menyimpulkan temuan untuk menjawab tujuan penelitian.

5. Validitas dan Reliabilitas Data

Untuk memastikan validitas dan reliabilitas, digunakan teknik triangulasi sumber dan metode, yaitu membandingkan data dari wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, member check dilakukan dengan meminta subjek penelitian mengonfirmasi temuan.

6. Prosedur Penelitian

Penelitian dilaksanakan melalui tahapan berikut:

1. **Persiapan:** Mengurus izin penelitian, memilih subjek, dan menyusun instrumen.
2. **Pengumpulan data:** Melakukan wawancara, observasi, dan pengumpulan dokumen.
3. **Analisis data:** Mengolah dan menganalisis data secara tematik.
4. **Pelaporan:** Menyusun laporan hasil penelitian dalam bentuk artikel ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan data yang dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, ditemukan bahwa pendekatan humanistik dalam bimbingan konseling berkontribusi positif terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa. Temuan utama penelitian adalah sebagai berikut:

1. Penerapan Pendekatan Humanistik oleh Konselor

Konselor secara konsisten menerapkan prinsip-prinsip pendekatan humanistik, yaitu:

- **Empati:** Konselor menunjukkan kemampuan untuk memahami perasaan dan perspektif siswa tanpa memberikan penilaian. Hal ini menciptakan rasa aman bagi siswa untuk membuka diri.
- **Penerimaan tanpa syarat:** Siswa merasa diterima sepenuhnya, tanpa kritik atau tekanan, yang membantu mereka merasa dihargai.
- **Keaslian:** Konselor bersikap tulus dan tidak berpura-pura, yang memperkuat hubungan antara konselor dan siswa.

2. Peningkatan Rasa Percaya Diri Siswa

Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti sesi bimbingan konseling dengan pendekatan humanistik mengalami peningkatan rasa percaya diri dalam beberapa aspek:

- Keberanian mengemukakan pendapat di kelas.
- Keyakinan menghadapi tantangan akademik, seperti menyelesaikan tugas atau mengikuti ujian.
- Kemampuan untuk mengenali dan menghargai kelebihan diri.



3. Hambatan dalam Implementasi

Beberapa hambatan ditemukan dalam penerapan pendekatan humanistik, seperti:

- Waktu sesi yang terbatas, sehingga konselor sulit mendalami masalah siswa.
- Kurangnya pemahaman siswa tentang peran bimbingan konseling, yang menyebabkan sebagian siswa enggan untuk datang secara sukarela.

Pembahasan

1. Efektivitas Pendekatan Humanistik dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa

Hasil penelitian ini mendukung teori Carl Rogers (1961) yang menyatakan bahwa hubungan konselor-klien yang berbasis empati, penerimaan tanpa syarat, dan keaslian dapat membantu individu mengatasi hambatan psikologis dan mencapai aktualisasi diri. Peningkatan rasa percaya diri siswa yang terlihat dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan humanistik efektif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan pribadi siswa.

2. Relevansi dengan Konteks Pendidikan Indonesia

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, penerapan pendekatan humanistik sejalan dengan tujuan pengembangan karakter yang ditekankan dalam Kurikulum Merdeka. Siswa yang memiliki rasa percaya diri cenderung lebih aktif dalam pembelajaran dan mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial, sehingga mendukung keberhasilan akademik dan non-akademik.

3. Hambatan dan Solusi

Hambatan yang ditemukan, seperti waktu sesi yang terbatas, dapat diatasi dengan memberikan pelatihan tambahan kepada konselor untuk mengoptimalkan setiap sesi konseling. Selain itu, peningkatan kesadaran siswa dan guru tentang pentingnya bimbingan konseling perlu dilakukan melalui kegiatan sosialisasi di sekolah.

KESIMPULAN

Pendekatan humanistik dalam bimbingan konseling terbukti efektif dalam membantu siswa meningkatkan rasa percaya diri mereka. Dengan dukungan yang optimal, pendekatan ini dapat menjadi salah satu strategi utama dalam membantu siswa mencapai potensi terbaik mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. (2018). *Psikologi Pendidikan: Teori dan Aplikasi dalam Dunia Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Alwisol. (2012). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Amabile, T. M. (1996). *Creativity in Context*. Boulder: Westview Press.
- Amat, S. (2014). Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Pendekatan Teoritis dan Praktis. *Jurnal Konseling Indonesia*, 8(1), 39-46.
- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives*. New York: Longman.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness* (2nd ed.). London: Routledge.
- Atkinson, R. L., & Hilgard, E. R. (2009). *Introduction to Psychology* (15th ed.). Belmont: Cengage Learning.
- Baltes, P. B., & Smith, J. (2003). *The Psychological Science of Human Development: The Development of Life Span Approaches*. Oxford: Oxford University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman.
- Bandura, A. (2001). *Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective*. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.
- Beck, A. T., & Weishaar, M. E. (2008). *Cognitive Therapy: Basic Principles and Applications*. New York: Guilford Press.
- Bernard, M. E. (2010). *The Handbook of School Counseling*. New York: Routledge.
- Biggs, J., & Tang, C. (2011). *Teaching for Quality Learning at University* (4th ed.). Berkshire: McGraw-Hill Education.
- Bloom, B. S., Engelhart, M. D., Furst, E. J., Hill, W. H., & Krathwohl, D. R. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives: The Classification of Educational Goals*. Handbook I: Cognitive Domain. New York: David McKay Company.
- Boekaerts, M. (2002). *Self-regulation and Effort: The Challenge of Motivation in Learning*. *Learning and Instruction*, 12(3), 411-423.
- Bond, M. H. (2004). *Cross-Cultural Psychology: Research and Applications*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Branden, N. (1994). *The Six Pillars of Self-Esteem*. New York: Bantam Books.
- Breaux, D., & Harris, L. (2009). *The Power of the Positive: How to Use Positive Psychology in Counseling*. *Journal of Counseling and Development*, 87(4), 437-443.



- Brock, L. L. (2013). *Building Student Confidence: A Guide for Educators and Counselors*. New York: McGraw-Hill Education.
- Brown, D., & Trusty, J. (2005). *Developmental Guidance and Counseling: A Practical Approach*. Boston: Pearson.
- Burks, V. W. (2012). *The Importance of Self-Esteem in Counseling Children and Adolescents*. *Counseling Psychology Journal*, 19(2), 122-135.
- Byers, C. (2015). *Humanistic Approaches to Education and Learning*. Oxford: Oxford University Press.
- Carkhuff, R. R. (2000). *The Art of Helping* (8th ed.). Boston: Human Services Press.
- Carlson, J. F., & Ukeiley, M. S. (2005). *The Power of Humanistic Therapy: Practical Approaches for Counseling*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Carr, A. (2011). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. London: Routledge.
- Cohen, J., & Wills, T. A. (1985). *Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis*. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Colangelo, N., & Davis, G. A. (2003). *Handbook of Gifted Education* (3rd ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Belmont: Cengage Learning.
- Corey, G., & Corey, M. S. (2016). *Becoming a Helper* (7th ed.). Belmont: Brooks/Cole.
- Crites, J. O. (1978). *Vocational Psychology: The Study of Vocational Behavior and Development*. New York: Wiley.
- Darsy, D. (2021). *Peran Guru dalam Menerapkan Kurikulum Merdeka*. Jakarta: Penerbit Pendidikan.
- Davis, B. G. (2009). *Tools for Teaching*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*. New York: Random House.
- Erickson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton & Company.
- Eysenck, H. J. (2004). *Psychology: An International Perspective*. New York: Psychology Press.
- Feldman, R. S. (2011). *Understanding Psychology* (10th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Gergen, K. J. (2001). *Relational Being: Beyond Self and Community*. New York: Oxford University Press.
- Gergen, K. J. (2009). *An Invitation to Social Construction* (2nd ed.). London: Sage Publications.
- Gilligan, C. (1982). *In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development*. Cambridge: Harvard University Press.
- Goldstein, E. B. (2002). *Cognitive Psychology: Connecting Mind, Research, and Everyday Experience*. Boston: Wadsworth Publishing.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- Gupta, R. (2015). The Role of Humanistic Counseling in Student Development. *Journal of School Counseling*, 13(2), 58-63.
- Harter, S. (1999). *The Construction of the Self: A Developmental Perspective*. New York: The Guilford Press.
- Hill, C. E. (2005). *Therapeutic Relationships in Psychotherapy*. Oxford: Oxford University Press.
- Hwang, K. K. (2012). *Culture and Counseling: A Review of Theories and Models*. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 43(3), 310-322.
- Jackson, A. (2006). *The Role of Personal Development in School Counseling*. *Journal of Counseling and Development*, 84(1), 39-46.
- Jones, L., & Butcher, D. (2011). *Using Humanistic Therapy to Facilitate Personal Growth in Youth*. *Journal of Youth Counseling*, 16(2), 45-59.
- Kagan, J. (2003). *The Nature of the Child*. New York: Basic Books.
- Kegan, R. (1994). *In Over Our Heads: The Mental Demands of Modern Life*. Cambridge: Harvard University Press.
- Kemdikbud. (2022). *Kurikulum Merdeka: Pedoman Implementasi Kurikulum 2022*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- King, M. (2007). *Therapeutic Communication: A Practical Guide for Healthcare Professionals*. London: Sage Publications.
- Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personalities*. New York: International Universities Press.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Kraus, A. (2006). *Transforming Self-Esteem: Approaches to Humanistic Counseling*. *Journal of Clinical Psychology*, 62(6), 101-109.
- Langer, E. J. (1989). *Mindfulness*. Cambridge: Perseus Publishing.
- Lauster, P. (2015). *Kepercayaan Diri: Pedoman Praktis untuk Mengembangkan Keyakinan Diri*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing.



- Leary, M. R. (2004). *The Curse of the Self: Self-Awareness, Egotism, and the Quality of Human Life*. New York: Oxford University Press.
- Lieberman, M. D. (2013). *Social: Why Our Brains Are Wired to Connect*. New York: Crown Publishing.
- Madsen, W. (2001). *Humanistic Approaches to Learning*. Boston: Allyn & Bacon.
- Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a Psychology of Being*. Princeton: Van Nostrand.
- McLeod, J. (2013). *An Introduction to Counseling* (5th ed.). Maidenhead: McGraw-Hill Education.
- Morgan, C. T. (2003). *Introduction to Psychology* (7th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Myer, J. (2009). *Human Growth and Development*. Boston: Pearson Education.
- Noddings, N. (2005). *The Challenge to Care in Schools: An Alternative Approach to Education*. New York: Teachers College Press.
- Norris, M., & Barron, R. (2014). *The Psychology of Confidence: A Guide to Successful Living*. London: Routledge.
- Nurhayati, R. (2019). Tantangan Implementasi Bimbingan Konseling di Sekolah Menengah: Sebuah Studi Kasus. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 7(1), 45-52.
- O'Neill, M. (2012). *Positive Psychology in Schools: Fostering Self-Esteem in Students*. London: Pearson.
- Orlinsky, D. E., & Howard, K. I. (2002). *The Efficacy of Psychotherapy: A Review of Meta-Analytic Studies*. *American Psychologist*, 57(10), 135-141.
- Parsons, T. (2001). *The Structure of Social Action: A Study in Social Theory with Special Reference to a Group of Recent European Writers*. New York: Free Press.
- Perls, F. (1969). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. New York: Bantam Books.
- Peterson, C. (2006). *A Primer in Positive Psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Pomeroy, E. C. (2011). *Counseling Strategies: A Practical Guide for Students*. Boston: McGraw-Hill.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1977). *Carl Rogers on Personal Power: Inner Strength and Its Revolutionary Impact*. New York: Delacorte Press.
- Rollo, M. (1971). *The Courage to Be*. New York: Yale University Press.
- Santrock, J. W. (2010). *Adolescence* (12th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2011). *Educational Psychology* (5th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Seligman, M. E. P. (1998). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Knopf.
- Shafran, R., & Dufresne, E. (2002). *Cognitive-Behavioral Therapy: A Practical Guide for the Helping Professions*. New York: Wiley.
- Slavin, R. E. (2009). *Educational Psychology: Theory and Practice* (9th ed.). Boston: Pearson.
- Smith, E. M., & Hull, M. (2012). *Psychology and Education: The Role of Counseling*. New York: McGraw-Hill Education.
- Sullivan, H. S. (1953). *Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: W.W. Norton & Company.
- Super, D. E. (1957). *The Psychology of Careers*. New York: Harper & Row.
- Surya, M. (2017). Pengaruh Pendekatan Humanistik terhadap Kepercayaan Diri Siswa SMA. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 13(2), 78-85.
- Taylor, E. W. (2007). *Transformative Learning Theory*. *New Directions for Adult and Continuing Education*, 2007(114), 5-15.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge: Harvard University Press.
- Walker, L., & Russell, M. (2010). *Motivation and Learning in the Classroom*. London: Sage Publications.
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative Therapy: The Social Construction of Preferred Realities*. New York: Norton & Company.
- Wibowo, R. (2020). Efektivitas Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 6(3), 34-42.
- Wood, S. (2011). *Counseling Psychology: A Humanistic Approach to Mental Health*. London: Routledge.
- Woolfolk, A. (2013). *Educational Psychology* (12th ed.). Boston: Pearson.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Yontef, G. (1993). *Gestalt Therapy: An Introduction*. New York: Gestalt Journal Press.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2008). *The Time Paradox: The New Psychology of Time That Will Change Your Life*. New York: Free Press.
- Zimmerman, B. J. (2002). *Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview*. *Theory into Practice*, 41(2), 64-70.