



## Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Klasikal Berbasis Hubungan Sosial Teman Sebaya

Palma Pasolang<sup>1\*</sup>, Alfrida Padang<sup>2</sup>, Yosafat Rerung Pagirik<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Toraja, Indonesia

Email : [pasolangpalma@gmail.com](mailto:pasolangpalma@gmail.com)<sup>1</sup>, [alfridapadang17@gmail.com](mailto:alfridapadang17@gmail.com)<sup>2</sup>, [yserungpagirik@gmail.com](mailto:yserungpagirik@gmail.com)<sup>3</sup>

\*Penulis Korespondensi: [pasolangpalma@gmail.com](mailto:pasolangpalma@gmail.com)

**Abstract.** *This study aims to synthesize various research findings regarding the role of peer support in increasing adolescent self-confidence and synthesize various guidance and counseling interventions and the role of social support in increasing self-confidence. The method used is a comprehensive review of the results of action research (PTBK), experiments, and correlational studies from various levels of education. The findings show that classical guidance services with Problem-Based Learning (PBL) and brainstorming methods, group guidance with creative media, peer support significantly increase students' courage in expressing opinions using a literature review from several scientific journals, this study analyzes how social interaction, peer counseling, and social support from peers contribute to the formation of positive self-concepts in students. The results can be seen that peer support plays a significant role in increasing adolescent self-confidence through various forms of support, such as respect for opinions, social acceptance, and positive interactions in groups. Adolescents who receive high social support from peers often have better courage and confidence than those with low support. This study provides implications that schools need to develop peer-based interaction programs to create an environment that supports students' psychological development. In conclusion, a holistic approach that combines professional services and strengthening the social environment is very effective for students' personal development.*

**Keywords:** *Adolescents; Classical Guidance; Peer Support; Self-Confidence; Social Support.*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk menyintesis berbagai temuan penelitian mengenai peran dukungan teman sebaya dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja dan mensintesis berbagai intervensi bimbingan dan konseling serta peran dukungan sosial dalam meningkatkan kepercayaan diri. Metode yang digunakan adalah tinjauan komprehensif terhadap hasil penelitian tindakan (PTBK), eksperimen, dan studi korelasional dari berbagai jenjang pendidikan. Temuan menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan metode Problem-Based Learning (PBL) dan brainstorming, bimbingan kelompok dengan media kreatif, dukungan teman sebaya secara signifikan meningkatkan keberanian siswa dalam mengemukakan pendapat menggunakan tinjauan pustaka dari beberapa jurnal ilmiah, studi ini menganalisis bagaimana interaksi sosial, konseling sebaya, dan dukungan sosial dari rekan sejawat berkontribusi pada pembentukan konsep diri positif pada siswa. Hasil tersebut bisa dilihat bahwa dukungan teman sejawat berperan signifikan dalam meningkatkan rasa percaya diri remaja melalui berbagai bentuk dukungan, seperti penghargaan terhadap pendapat, penerimaan sosial, serta interaksi positif dalam kelompok. Remaja yang mendapatkan dukungan sosial tinggi dari teman sejawat yang sering kali memiliki keberanian dan percaya diri yang lebih baik dibandingkan mereka dengan dukungan yang rendah. Penelitian ini memberikan implikasi bahwa sekolah perlu mengembangkan program interaksi berbasis teman sebaya untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan psikologis siswa. Kesimpulannya, pendekatan holistik yang menggabungkan layanan profesional dan penguatan lingkungan sosial sangat efektif untuk pengembangan pribadi siswa.

**Kata Kunci:** Bimbingan Klasikal; Dukungan Sosial; Dukungan Teman Sebaya; Kepercayaan Diri; Remaja.

### 1. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa krisis dalam pembentukan identitas diri dan kepercayaan diri. Kepercayaan diri adalah keyakinan akan kemampuan diri sendiri dalam menghadapi tantangan dan melaksanakan tugas dengan baik (Yuliet, Silvy, Trisnani, Restu Pamungkas, & Setyowati, 2024). Pendidikan di sekolah tidak hanya bertujuan mengasah kecerdasan intelektual, tetapi juga membentuk karakter dan aspek psikologis yang krusial bagi

keberhasilan belajar, yaitu kepercayaan diri. Di lingkungan sekolah, hal ini sangat memengaruhi keberanian siswa dalam mengemukakan pendapat dan berinteraksi secara sosial (Akmal, Ikhsan Maulana, 2023). Namun, realitanya banyak siswa masih merasa malu, cemas, atau ragu-ragu terhadap kemampuannya (Astuti, Ririn Hesti Yuliawati, Suhendri, Suhendri, & Indraswati, 2024). Fenomena rendahnya kepercayaan diri ini seringkali dipicu oleh hubungan yang kurang baik dengan teman sebaya atau kurangnya pemahaman diri (Al Isra', Annisa, & Purwoko, 2023). Hal ini memungkinkan siswa untuk berani berekspresi, berpendapat, dan mengaktualisasikan potensi mereka secara optimal. Jika dibiarkan, kondisi ini tidak hanya menghambat prestasi tetapi juga memicu gangguan kecemasan jangka panjang. Secara psikologis, pembentukan kepercayaan diri siswa sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya, terutama teman sebaya, karena remaja cenderung menghabiskan lebih banyak waktu dan berbagi cerita dengan kelompok seumurannya. Rendahnya kepercayaan diri ini seringkali dipicu oleh hubungan yang kurang baik dengan teman atau kurangnya pemahaman diri (Andriyani, Putri, Sutja, Akmal, & Sarman, 2023). Oleh karena itu, diperlukan inovasi layanan Bimbingan dan Konseling (BK) yang komprehensif untuk membantu siswa mengaktualisasikan potensi mereka secara optimal (Ramadan, Aldi, Hasibuan, Ummi Mahdiyah, & Mz, 2025).

Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada eksplorasi dukungan teman sebaya yang tidak lagi terbatas pada interaksi fisik di sekolah, melainkan juga mencakup validasi sosial di ruang digital. Di tengah maraknya fenomena perundungan (bullying) dan minimnya kepedulian antar teman, penelitian ini mengisi celah mengenai bagaimana sinkronisasi antara dukungan di dunia maya dan interaksi langsung di sekolah menentukan apakah seorang siswa akan merasa dihargai atau justru semakin tersisih. Pemahaman mendalam mengenai dinamika transisi dukungan ini menjadi sangat mendesak untuk memetakan kontribusi nyata teman sebaya dalam membangun atau meruntuhkan kepercayaan diri siswa di era modern. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan bimbingan dan konseling yang tepat, seperti bimbingan klasikal dan konseling kelompok, sebagai strategi efektif untuk menumbuhkan kepercayaan diri siswa. Program-program ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana perbaikan (remedial), tetapi juga sebagai pencegahan dan pengembangan karakter secara menyeluruh.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Landasan teoretis yang relevan dalam memahami pembentukan kepercayaan diri remaja adalah Teori Kognitif Sosial yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Bandura mengemukakan konsep determinisme resiprokal, di mana perilaku individu, faktor personal (termasuk kognisi), dan lingkungan sekitar yang saling berinteraksi dan memengaruhi satu

sama lain secara terus-menerus (Maddux, James Edward, & Volkmann, 2023). Dalam konteks ini, kepercayaan diri tidak muncul secara terisolasi, melainkan hasil dari persepsi individu terhadap kemampuan beradaptasi dalam menghadapi tantangan lingkungan. Menurut landasan ini efikasi diri (self-efficacy) merupakan elemen kunci yang merepresentasikan keyakinan seseorang terhadap kompotensinya dalam mencapai hasil yang diinginkan yang akan mendorong remaja untuk lebih berani mengambil tantangan, bertahan saat menghadapi kesulitan, dan memiliki kontrol emosional yang lebih baik. Sumber utama efikasi diri ini dapat diperoleh melalui pengalaman keberhasilan (mastery experiences) dan pengalaman perwakilan (vicarious experiences). Melalui pengalaman perwakilan, seorang remaja dapat membangun kepercayaan diri hanya dengan mengamati keberhasilan teman sebaya yang memiliki karakteristik serupa dengan dirinya.

Lebih lanjut, Bandura menekankan peran penting pembelajaran observasional (observational learning) melalui proses pemodelan (modeling). Remaja cenderung meniru perilaku, sikap, dan reaksi emosional dari model yang ada di lingkungan sosialnya, terutama teman sebaya. Dukungan sosial yang positif dari rekan sejawat berfungsi sebagai penguatan luar (external reinforcement) yang memvalidasi kemampuan diri remaja. Ketika seorang remaja menerima apresiasi dan dukungan dari kelompoknya, proses regulasi diri mereka akan cenderung mengarah pada pembentukan konsep diri yang positif (Sarafino, Edward Paul, & Smith, 2017). Oleh karena itu, intervensi bimbingan dan konseling yang memanfaatkan dinamika teman sebaya, seperti konseling sebaya, secara teoretis selaras dengan pandangan Bandura bahwa modifikasi perilaku dan peningkatan kepercayaan diri dapat dicapai melalui manipulasi lingkungan sosial dan pemberian model perilaku yang adaptif.

### **3. METODE PENELITIAN**

Artikel ini menggunakan metode tinjauan pustaka (literature review) dengan menganalisis hasil-hasil penelitian dari berbagai jurnal bimbingan dan konseling. Penelitian ini mengintegrasikan data dari berbagai pendekatan, termasuk Penelitian Tindakan dalam Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilakukan dalam beberapa siklus metode kuantitatif dengan desain one group pretest-posttest, serta studi deskriptif korelasional (Akmal, Ikhsan Maulana, 2023). Instrumen yang digunakan meliputi angket kepercayaan diri, Daftar Cek Masalah, serta observasi dan analisis kebutuhan peserta didik (AKPD) untuk mengukur efektivitas layanan pada tingkat SD, SMP, hingga SMA. Fokus analisis adalah pada menitikberatkan pada korelasi antara dukungan teman sebaya dan fluktuasi kepercayaan diri siswa di Indonesia (Sabella, Amalia Shafira, Meiningsih, Sri, & Christiana, 2024).

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data yang diperoleh memberikan bukti bahwa bimbingan klasikal dengan model Problem-Based Learning (PBL) optimal meningkatkan keaktifan siswa melalui pemecahan masalah nyata (Astuti, Ririn Hesti Yuliawati, Suhendri, Suhendri, & Indraswati, 2024). Di sisi lain, bimbingan kelompok dengan media kartu Truth or Dare terbukti meningkatkan keterbukaan siswa. Selain layanan formal, faktor sosial memegang peranan krusial. Semakin kuat dukungan teman sebaya, semakin tinggi pula rasa percaya diri yang dimiliki siswa (Hasanah, Nur, Saputri, Ni Made Indah, & Dela, 2025). Dukungan emosional dari sebaya memberikan rasa aman, terutama pada siswa perantau seperti siswa Papua di Salatiga. Penggunaan konseling sebaya (peer counseling) juga menjadi strategi efektif yang dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di kelas VII serta membantu siswa yang terisolasi secara sosiometris (Triani, 2017). Konseling sebaya memanfaatkan kedekatan hubungan antar siswa sebagai media bantuan, di mana siswa yang telah dilatih sebagai konselor sebaya mampu memberikan dukungan yang lebih mudah diterima oleh teman-temannya dibandingkan dengan bantuan dari orang dewasa. Siswa yang terisolasi secara sosiometris seringkali enggan membuka diri kepada konselor atau guru, namun lebih nyaman berbicara kepada teman sebaya yang memahami situasi mereka secara langsung (Ratifah, Nurul, Andini, Maya, Widianti, Niken Intan, & Putri, 2024). Hamidah dan Hasanah menambahkan bahwa efektivitas konseling sebaya dalam meningkatkan kepercayaan diri terletak pada kemampuannya menciptakan hubungan yang setara, empatik, dan bebas dari penilaian hierarkis, sehingga siswa merasa lebih aman untuk mengekspresikan diri dan secara bertahap membangun kepercayaan diri yang lebih kokoh.

Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal adalah Layanan bimbingan klasikal terbukti efektif dalam menjangkau siswa secara luas untuk meningkatkan pemahaman diri. Penggunaan model Problem Based Learning (PBL) dalam bimbingan klasikal membantu siswa menjadi lebih aktif dan berani mengekspresikan pendapat karena fokus pada pemecahan masalah nyata (Ramadan, Aldi, Hasibuan, Ummi Mahdiyah, & Mz, 2025). Selain itu, teknik brainstorming atau curah pendapat dalam bimbingan klasikal juga memberikan ruang bagi siswa untuk belajar menyesuaikan diri dan bersosialisasi tanpa rasa takut salah (Yuliet, Silvy, Trisnani, Restu Pamungkas, & Setyowati, 2024). Teknik brainstorming dan penggunaan media inovatif seperti website "Ruangku" serta crossword puzzle terbukti memberikan ruang bagi siswa untuk belajar bersosialisasi tanpa rasa takut. Inovasi Bimbingan Kelompok dan Konseling Sebaya, bimbingan kelompok memberikan suasana yang lebih intensif bagi siswa untuk berlatih keterampilan sosial. Penggunaan media kreatif, seperti kartu Truth or Dare, dalam sesi

kelompok terbukti dapat mencairkan suasana dan meningkatkan keterbukaan siswa. Selain bimbingan kelompok, metode konseling sebaya (peer counseling) juga menjadi alternatif yang kuat. Karena berada pada usia yang relatif sama, siswa merasa lebih nyaman untuk saling membantu, sehingga membantu siswa yang semula terisolasi menjadi lebih percaya diri.

Peran Vital Dukungan Teman Sebaya, Interaksi sosial dengan teman sebaya merupakan faktor eksternal yang paling dominan dalam membentuk identitas remaja. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri siswa. Dukungan emosional dan penerimaan dari kelompok teman sebaya memberikan rasa aman yang memicu keberanian siswa untuk tampil di lingkungan sekolah (Andriyani, Putri, Sutja, Akmal, & Sarman, 2023). Hal ini juga berlaku pada kelompok siswa perantau, di mana dukungan teman senasib menjadi faktor protektif dalam proses adaptasi dan peningkatan kepercayaan diri mereka. Siswa perantau menghadapi tantangan ganda, yaitu tuntutan akademik sekaligus tekanan adaptasi budaya dan lingkungan sosial yang baru dan asing. Dalam kondisi yang penuh ketidakpastian ini, kehadiran teman sebaya yang memiliki pengalaman serupa menjadi sumber kekuatan yang tidak ternilai. Jenusi dan Kristianingsih menemukan bahwa siswa Papua di Salatiga yang mendapatkan dukungan kuat dari teman sebaya menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang kurang mendapatkan dukungan tersebut. Rasa senasib dan sepenanggungan yang terbangun di antara sesama siswa perantau menciptakan ikatan emosional yang kuat, yang berfungsi sebagai fondasi psikologis dalam menghadapi berbagai tantangan adaptasi. Mardiyah, Ermawan, Aulia, dan Marpaung menambahkan bahwa komunitas teman sebaya yang suportif terbukti mampu mempercepat proses adaptasi siswa di lingkungan baru sekaligus memperkuat kepercayaan diri mereka untuk berpartisipasi aktif dalam kehidupan sosial dan akademik di sekolah.

Berdasarkan analisis lainnya terhadap beberapa sumber penelitian, ditemukan hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri siswa (Jenusi, Natalia Agustina Gracia, & Kristianingsih, 2025). Sebagai contoh, penelitian pada siswa Papua di Salatiga menunjukkan nilai korelasi yang sangat kuat ( $r=0,868$ ), yang mengindikasikan bahwa adanya ikatan pertemanan yang suportif dan empirik yang bertindak sebagai pelindung dalam dinamika adaptasi psikososial remaja di lingkungan sekolah. Bentuk dukungan teman sebaya yang paling berpengaruh meliputi: Dukungan Emosional: Memberikan empati, perhatian, dan rasa aman sehingga remaja berani mengekspresikan diri tanpa takut dinilai negatif. Dukungan Penghargaan: Validasi terhadap pendapat dan pengakuan dalam kelompok yang meningkatkan harga diri. Konseling Sebaya: Pelatihan bagi siswa

favorit untuk membantu rekan yang terisolasi terbukti efektif meningkatkan kepercayaan diri secara langsung di lingkungan sekolah.

Belajar Lewat Masalah (PBL) dan Diskusi Bebas: Dengan metode ini, siswa diajak aktif menyelesaikan masalah nyata sehingga mereka terbiasa bicara dan berani memberikan ide (Bakhtiar, Nur, Aryani, Farida, & Saman, 2022). Guru juga bisa menggunakan media keren seperti website "Ruangku" atau teka-teki silang supaya suasananya tidak kaku. Siswa bisa mengakses materi tentang percaya diri kapan saja secara mandiri, media digital yang menarik mengurangi rasa bosan siswa saat mengikuti bimbingan klasikal, membantu siswa yang malu bertanya langsung untuk mendapatkan informasi secara privat. Bimbingan Kelompok yang Seru: Menggunakan permainan seperti kartu Truth or Dare ternyata efektif bikin siswa lebih terbuka satu sama lain. Penggunaan Media Permainan (Game-Based Learning). Selain kartu Truth or Dare, penggunaan Crossword Puzzle (Teka-Teki Silang) dalam bimbingan klasikal juga sangat efektif (Sabella, Amalia Shafira, Meiningsih, Sri, & Christiana, 2024). Kelebihannya adalah menciptakan suasana belajar yang santai dan kompetitif secara positif, mendorong interaksi antar siswa saat mencoba menyelesaikan teka-teki bersama, yang secara tidak langsung melatih keberanian mereka untuk berkomunikasi. Kekuatan Teman Sebaya: Ternyata, teman adalah kunci! Kalau teman-teman di sekolah memberikan dukungan yang positif, siswa akan merasa lebih aman dan berani tampil. Hal ini sangat terasa bagi siswa yang merantau jauh dari orang tua, di mana teman dekat menjadi pengganti keluarga yang menguatkan mental mereka (Jenusi, Natalia Agustina Gracia, & Kristianingsih, 2025). Poin unik dari jurnal Jenusi & Kristianingsih (2025) adalah pembahasan mengenai siswa asal Papua yang merantau ke Salatiga. Tambahan ini penting untuk menunjukkan bahwa: Siswa yang jauh dari keluarga (merantau) memiliki tantangan kepercayaan diri yang lebih besar karena perbedaan budaya. Dukungan teman sebaya menjadi "keluarga baru" yang sangat kuat pengaruhnya ( $r=0,868$ ) dalam membantu mereka beradaptasi dan merasa yakin di lingkungan baru.

Curhat ke Teman (Konseling Sebaya): Terkadang siswa lebih nyaman curhat ke teman sendiri daripada ke guru. Hal ini terjadi karena hubungan antar teman sebaya bersifat horizontal dan setara, sehingga tidak ada rasa segan, takut dihakimi, atau khawatir mendapatkan sanksi seperti yang sering dirasakan siswa ketika berhadapan dengan guru atau konselor dewasa. Kedekatan emosional yang telah terjalin sebelumnya membuat siswa merasa lebih aman untuk membuka diri dan mengungkapkan permasalahan yang sesungguhnya mereka hadapi. Dalam konteks inilah konseling sebaya hadir sebagai jembatan antara siswa yang membutuhkan bantuan dengan layanan bimbingan dan konseling yang lebih formal. Program ini terbukti bisa

menolong siswa yang tadinya penyendiri jadi lebih percaya diri (Hamidah, Tutut, & Hasanah, 2021). Siswa yang cenderung menarik diri dari lingkungan sosial seringkali mengalami kesulitan untuk memulai interaksi dengan orang lain, termasuk dengan konselor sekolah. Melalui konseling sebaya, siswa penyendiri tersebut mendapatkan pendampingan dari teman yang sudah dikenal dan dipercaya, sehingga proses pembukaan diri berlangsung secara lebih alami dan tidak memaksa. Triani menambahkan bahwa program konseling sebaya yang terstruktur dengan baik mampu membantu siswa yang terisolasi secara sosiometris untuk secara bertahap membangun jaringan pertemanan yang lebih luas, yang pada akhirnya berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri mereka dalam berinteraksi di lingkungan sekolah. Keberhasilan program konseling sebaya sangat bergantung pada kualitas pelatihan yang diberikan kepada siswa yang ditunjuk sebagai konselor sebaya. Konselor sebaya yang terlatih dengan baik mampu menerapkan keterampilan mendengarkan aktif, memberikan empati, dan menjaga kerahasiaan, sehingga proses bantuan yang diberikan benar-benar efektif dan tidak menimbulkan dampak negatif. Oleh karena itu, peran konselor sekolah dalam merekrut, melatih, dan mengawasi konselor sebaya menjadi sangat krusial dalam memastikan keberlanjutan dan efektivitas program ini.

**Konseling Kelompok:** Efektif dalam meningkatkan keberanian berpartisipasi, kemampuan komunikasi, serta sikap positif terhadap diri sendiri dan teman sebaya. Dalam sesi konseling kelompok, setiap anggota kelompok mendapatkan kesempatan yang sama untuk berbicara, didengar, dan memberikan tanggapan. Proses ini secara langsung melatih keberanian siswa untuk mengungkapkan pikiran dan perasaan di depan orang lain dalam lingkungan yang aman dan terkontrol. Seiring berjalannya sesi, siswa yang awalnya pasif dan enggan berbicara secara bertahap mulai berani mengangkat tangan, menyampaikan pendapat, dan bahkan memberikan dukungan kepada anggota kelompok lainnya. Dinamika yang terjadi dalam konseling kelompok juga melatih kemampuan komunikasi interpersonal siswa secara praktis dan kontekstual. Siswa belajar bagaimana menyampaikan pendapat dengan santun, bagaimana merespons pendapat orang lain dengan terbuka, dan bagaimana mengelola perbedaan pandangan tanpa menimbulkan konflik. Keterampilan komunikasi yang terlatih dalam konseling kelompok ini kemudian terbawa ke dalam interaksi sehari-hari siswa, baik di dalam kelas maupun di luar kelas.

Saputra dan Syawaluddin menemukan bahwa siswa yang secara rutin mengikuti sesi konseling kelompok menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan berinteraksi sosial dan kepercayaan diri untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah. Sikap positif terhadap diri sendiri dan teman sebaya yang berkembang melalui konseling

kelompok merupakan hasil dari proses saling mengenal, saling menerima, dan saling mendukung yang terjadi dalam kelompok. Ketika siswa menyadari bahwa teman-temannya pun memiliki kelemahan dan kesulitan yang serupa, mereka menjadi lebih mampu menerima diri sendiri dengan segala kekurangannya. Penerimaan diri inilah yang menjadi landasan tumbuhnya kepercayaan diri yang autentik dan berkelanjutan. Bimbingan Klasikal Teknik Brainstorming: Membantu siswa untuk lebih berani menyampaikan pendapat dan mengurangi ketergantungan pada orang lain.

Metode Problem-Based Learning (PBL): Layanan bimbingan klasikal dengan metode ini terbukti dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui pemecahan masalah yang aktif. Hubungan dengan Semangat Belajar Layanan BK tidak hanya meningkatkan mental, tapi juga prestasi. Penelitian Ramadan menyebutkan bahwa ketika kepercayaan diri meningkat setelah bimbingan klasikal, semangat belajar siswa juga ikut naik secara signifikan. Artinya, siswa yang percaya diri akan lebih rajin dan antusias dalam belajar (Ramadan, Aldi, Hasibuan, Umami Mahdiyah, & Mz, 2025). Efektivitas Umum: Secara keseluruhan, layanan bimbingan klasikal terbukti menjadi strategi efektif dalam pengembangan pribadi dan akademik siswa di sekolah. Pembahasan ini menegaskan bahwa interaksi sosial yang hangat dan penuh penerimaan mampu membentuk persepsi diri yang lebih positif pada remaja. Sebaliknya, kurangnya dukungan sistemik atau adanya isolasi sosial dapat memicu stres dan penurunan keyakinan diri.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan dari temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya merupakan faktor sosial esensial yang berkontribusi langsung terhadap penguatan rasa percaya diri remaja. Peningkatan kepercayaan diri siswa merupakan hasil sinergi antara intervensi guru BK dan dukungan lingkungan. Layanan bimbingan klasikal dan kelompok memberikan penguatan internal, sementara dukungan teman sebaya dan konseling sebaya menciptakan ekosistem sosial yang suportif. Guru BK diharapkan untuk terus menginovasi media layanan dan memperkuat jejaring dukungan sosial di sekolah guna memastikan perkembangan psikologis siswa yang berkelanjutan. Semakin tinggi dukungan yang diterima, baik dalam bentuk emosional maupun instrumental, maka semakin tinggi juga tingkat kepercayaan diri siswa. Oleh karena itu, guru bimbingan dan konseling disarankan untuk memanfaatkan dinamika kelompok sebaya melalui layanan konseling sebaya sebagai strategi untuk meningkatkan kesehatan psikologis dan adaptasi sosial siswa di sekolah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis memanjatkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas selesainya penyusunan artikel ilmiah ini. Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing dan bapak/ibu dosen di Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan arahan serta wawasan teoretis yang sangat berharga. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada rekan-rekan sejawat atas dukungan kerja sama yang solid, dukungan moral serta diskusi yang membangun selama proses pencarian referensi jurnal. Akhir kata, penulis berharap hasil sintesis mengenai peran dukungan teman sebaya dan teori Albert Bandura dalam artikel ini di harapkan memperkaya khazanah keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya mengenai keterkaitan antara dukungan sosial dan efikasi diri siswa.

## DAFTAR REFERENSI

- Akmal, I. M., & N. (2023). Hubungan interaksi teman sebaya dengan kepercayaan diri siswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 350.
- Al Isra', A., & Purwoko, B. (2023). Pengembangan media bimbingan klasikal website "Ruangku." *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling Universitas Negeri Surabaya*, 1(1), 9.
- Andriyani, P., Sutja, A., & Sarman, F. (2023). Pengaruh interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri. *Journal of Social Science Research*, 3(2), 220.
- Astuti, R. H. Y., Suhendri, S., & Indraswati, V. (2024). Upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui bimbingan klasikal model PBL. *Jurnal Ilmu Kependidikan*, 19(1), 53. <https://doi.org/10.29408/edc.v19i1.25807>
- Bakhtiar, N., Aryani, F., & Saman, A. (2022). Pengaruh layanan bimbingan klasikal berbasis PBL terhadap kepercayaan diri. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 37. <https://doi.org/10.31960/konseling.v3i2.1656>
- Hamidah, T., & Hasanah, M. (2021). Efektivitas konseling sebaya untuk meningkatkan kepercayaan diri. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(2), 64. <https://doi.org/10.26618/jbkpi.v2i01.9783>
- Hasanah, N., Saputri, N. M. I., & Dela, V. L. (2025). Hubungan dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 1 Muara Batangtoru. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(9), 1033. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2025.v10i9.1031-1033>
- Jenusi, N. A. G., & Kristianingsih, S. A. (2025). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri pada siswa Papua di Salatiga. *Journal of Social Science Research*, 5(4), 10369.
- Maddux, J. E., & Volkmann, J. (2023). *Self-efficacy, adaptation, and adjustment: Theory, research, and application*. Springer.
- Ramadan, A., Hasibuan, U. M., & Mz, K. A. S. (2025). Efektivitas layanan bimbingan klasikal dalam meningkatkan kepercayaan diri. *Mesada: Journal of Innovative Research*, 2(1), 59.

- Ratifah, N., Andini, M., Widiyanti, N. I., & Putri, R. M. (2024). Penerapan bimbingan klasikal dengan metode PBL. *Jurnal Konseling Komprehensif*, 11(2), 85.
- Sabella, A. S., Meiningsih, S., & Christiana, E. (2024). Penerapan layanan bimbingan klasikal menggunakan media permainan crossword puzzle. *Helper: Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran*, 41(1), 31.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (9th ed.). John Wiley & Sons.
- Triani, S. P. (2017). Upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui konseling sebaya (peer counseling) di SMA Negeri 9 Bandar Lampung. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 46. <https://doi.org/10.24042/kons.v4i1.2106>
- Yuliet, S., Trisnani, R. P., & Setyowati, W. (2024). Peningkatan kepercayaan diri melalui bimbingan klasikal teknik brainstorming. *Journal of Health Guidance and Counseling*, 2(1), 45.