

Pengaruh bimbingan kelompok dengan social skill training terhadap kecemasan bicara di depan umum pada siswa

Khairika Mahrani ^{1*)}, Nefi Darmayanti¹

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara¹

*) Correspondence regarding this article should be addressed to: Author address e-mail: Khairika303212020@uinsu.ac.id

Abstract: Kecemasan berbicara di depan umum merupakan tantangan signifikan bagi remaja, terutama saat diminta melakukan presentasi di kelas. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas bimbingan kelompok berbasis Social Skill Training (SST) dalam menurunkan kecemasan berbicara siswa. Metode yang digunakan adalah kuasi-eksperimen dengan desain non-equivalent control group. Populasi terdiri dari 70 siswa kelas XI-F dan XI-G di MAN 2 Langkat, dengan purposive sampling memilih 14 siswa dengan tingkat kecemasan tinggi. Kelompok eksperimen (n=7) menerima empat sesi bimbingan kelompok menggunakan SST, sedangkan kelompok kontrol (n=7) hanya mengikuti kegiatan kelas reguler tanpa intervensi SST. Kecemasan diukur menggunakan angket 30-item Likert yang menilai aspek fisik, kognitif, dan emosional, dengan reliabilitas Cronbach's $\alpha = 0,872$. Analisis data dilakukan menggunakan Wilcoxon signed-rank test dan Cohen's d untuk ukuran efek. Hasil menunjukkan penurunan signifikan pada kelompok eksperimen ($P = 0,018$), sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami perubahan signifikan ($P = 1,000$). Temuan ini mengindikasikan bahwa bimbingan kelompok berbasis SST secara efektif mengurangi kecemasan berbicara di depan umum dengan efek yang besar pada siswa.

Keywords: Bimbingan Kelompok, Social skill Training, kecemasan berbicara didepan umum

Article History: Received on 7/6/2025; Revised on 8/7/2025; Accepted on 9/8/2025; Published Online: 24/8/2025.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2025 by author.

PENDAHULUAN

Kemampuan berbicara di depan umum merupakan keterampilan penting dalam pendidikan dan kehidupan sosial. Kemampuan ini tidak hanya menunjang prestasi akademik, tetapi juga meningkatkan rasa percaya diri, keberanian dalam mengemukakan pendapat, dan kesiapan menghadapi tantangan di masa depan (Nurhasanah, 2021). Namun, banyak siswa mengalami kecemasan berbicara di depan umum (public speaking anxiety atau PSA), yang ditandai dengan reaksi fisik seperti peningkatan denyut jantung, gemeteran, berkeringat, serta reaksi mental berupa rasa khawatir, takut salah, dan kesulitan berkonsentrasi (Khoirur Reza, 2024). Jika dibiarkan, kondisi ini dapat menghambat performa akademik serta perkembangan sosial siswa di sekolah maupun masyarakat.

Observasi awal di MAN 2 Langkat menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami kesulitan saat diminta melakukan presentasi di depan kelas, dengan gejala kecemasan yang nyata, seperti tangan gemetar, suara bergetar, dan kesulitan menyampaikan materi (Rahim et al., 2024). Kondisi ini sejalan dengan temuan Nurhasanah (2021) yang menyatakan bahwa tidak semua siswa memiliki kepercayaan diri untuk berbicara di depan umum, sehingga diperlukan intervensi yang sistematis untuk mengatasi masalah tersebut.

Berbagai penelitian internasional telah menunjukkan efektivitas pendekatan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan sosial dan meningkatkan keterampilan komunikasi. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif adalah Social Skills Training (SST), yang bertujuan melatih individu dalam keterampilan sosial, komunikasi efektif, kerja sama, dan penyelesaian konflik (Basyari et al., 2023; Rika Widianita, 2023). Bimbingan kelompok menggunakan SST memanfaatkan dinamika kelompok untuk memberikan latihan komunikasi dalam suasana mendukung, serta memungkinkan pemberian umpan balik dan praktik langsung (Hartanti, 2022). Teknik ini membantu siswa membangun kepercayaan diri melalui pengalaman positif dan penguatan diri.

SST pertama kali dikembangkan oleh Arnold P. Goldstein (1997) melalui program Skillstreaming dan didukung oleh teori kognitif sosial Albert Bandura (1977), yang menyatakan bahwa individu dapat belajar perilaku sosial melalui modelling, observasi, dan penguatan diri (Yanuardianto, 2019). Pendekatan ini relevan dalam konteks pendidikan karena memungkinkan siswa mengembangkan keterampilan berbicara dan mengatasi kecemasan melalui latihan langsung dan pengaturan diri. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa SST efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial dan mengurangi masalah sosial pada individu yang mengalami kesulitan interaksi (Amran & Widayat, 2020; Martiningsih et al., 2024).

Kecemasan berbicara di depan umum biasanya muncul sejak masa remaja, terutama ketika siswa sering mendapatkan tugas presentasi di kelas. Semakin lama dibiarkan, kecemasan ini cenderung meningkat dan dapat memengaruhi keberanian siswa untuk berbicara dalam situasi sosial hingga dewasa (Khoirur Reza, 2024). Oleh karena itu, penerapan intervensi berbasis SST sejak dini menjadi penting untuk membekali siswa dengan keterampilan komunikasi yang efektif dan rasa percaya diri yang kuat.

Penelitian ini dilakukan di MAN 2 Langkat, Tanjung Pura, Kabupaten Langkat, Sumatera Utara, dengan populasi 1.135 siswa pada tahun ajaran 2024/2025, terbagi dalam 34 rombongan belajar. Dua rombongan kelas XI dipilih secara acak sebagai sampel penelitian, dengan total 70 siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh bimbingan kelompok dengan SST terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada siswa MAN 2 Langkat. Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan program bimbingan di sekolah, serta menjadi referensi bagi guru dan konselor dalam meningkatkan keterampilan berbicara siswa.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini mengangkat judul: "Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Social Skill Training terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa di MAN 2 Langkat."

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis kuasi-eksperimen, menggunakan desain non-equivalent control group design. Desain ini melibatkan dua kelompok yang tidak dipilih secara acak, yaitu kelompok eksperimen yang menerima intervensi Social Skills Training (SST) dan kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi SST. Kedua kelompok diberikan pretest dan posttest untuk mengukur perubahan kecemasan berbicara di depan umum (Arib et al., 2024). Meskipun desain ini memungkinkan perbandingan perubahan antar kelompok, terdapat ancaman validitas internal, seperti bias seleksi akibat purposive sampling dan kemungkinan perbedaan awal antar kelompok. Untuk memitigasi hal ini, peneliti melakukan pretest untuk menilai kesetaraan awal tingkat kecemasan, serta menggunakan analisis delta skor (post-pre) untuk meminimalkan pengaruh variabel perancu.

Populasi penelitian terdiri dari 70 siswa kelas XI MAN 2 Langkat pada tahun ajaran 2024/2025. Sampel diambil menggunakan purposive sampling, yaitu siswa dengan tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang tinggi berdasarkan observasi guru dan angket awal (Reza, 2024). Dari populasi tersebut, sebanyak 14 siswa dipilih sebagai sampel penelitian, terdiri dari 7 siswa untuk kelompok eksperimen dan 7 siswa untuk kelompok kontrol. Kriteria inklusi meliputi siswa yang mengalami kecemasan saat diminta berbicara di depan umum dan menunjukkan gejala fisik maupun emosional seperti gemetar, berkeringat, atau suara bergetar. Perlu dicatat bahwa ukuran sampel yang kecil menjadi keterbatasan penelitian sehingga hasil bersifat eksploratif dan tidak dapat digeneralisasi secara luas.

Instrumen utama penelitian adalah angket kecemasan berbicara di depan umum yang dikembangkan berdasarkan teori Rogers (2004). Angket ini mengukur tiga aspek kecemasan, yaitu fisik (denyut jantung cepat, gemetar, berkeringat), kognitif (kekhawatiran, takut salah), dan emosional (gugup, cemas). Angket terdiri dari 30 item dengan skala Likert 4 poin: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Hasil uji validitas menunjukkan 29 item valid dengan koefisien 0,317–0,768 ($P < 0,05$), dan reliabilitas angket sebesar 0,872 ($P < 0,05$).

Penelitian dilakukan dalam empat pertemuan. Pertemuan pertama digunakan untuk memberikan pretest kepada kelompok eksperimen dan kontrol. Selanjutnya, kelompok eksperimen menerima intervensi SST selama tiga pertemuan, sedangkan kelompok kontrol hanya mengikuti bimbingan kelompok biasa tanpa SST. Protokol SST yang diterapkan meliputi: sesi 1 Introduction & Modeling, menjelaskan konsep berbicara di depan umum dan role-play model perilaku; sesi 2 Skill Practice, latihan berbicara singkat dengan umpan balik positif; sesi 3 Role Play & Feedback, simulasi berbicara di depan teman dengan koreksi guru; dan sesi 4 Consolidation & Reflection, evaluasi teknik dan latihan terakhir. Fidelity intervensi dicatat untuk memastikan semua langkah dijalankan sesuai protokol. Setelah intervensi selesai, semua siswa diberikan posttest untuk mengukur perubahan kecemasan berbicara.

Analisis data dilakukan menggunakan SPSS 22. Peneliti menggunakan uji Wilcoxon signed-rank test untuk analisis within-group, membandingkan skor pretest dan posttest masing-masing kelompok. Selain itu, analisis between-group menggunakan Mann-Whitney U test dilakukan pada delta skor (post-pre) untuk membandingkan perubahan

kecemasan antara kelompok eksperimen dan kontrol. Analisis ini bertujuan memastikan apakah intervensi SST secara signifikan lebih efektif dibandingkan bimbingan kelompok biasa, dengan level signifikansi $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penyebaran angket kecemasan berbicara di depan umum kepada 70 siswa kelas XI-F dan XI-G di MAN 2 Langkat, mayoritas siswa menunjukkan tingkat kecemasan tinggi, dengan skor total 4.986. Dari populasi ini, dipilih 14 siswa dengan kategori kecemasan sangat tinggi dan tinggi sebagai sampel penelitian melalui purposive sampling, kemudian dibagi menjadi dua kelompok: 7 siswa untuk kelompok eksperimen dan 7 siswa untuk kelompok kontrol. Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum merupakan masalah nyata yang membutuhkan intervensi khusus (Lailiyah & Afandi, 2020; Yuswatiningsih & Rahmawati, 2020).

Tabel 1 reliability statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.872	30

Uji validitas dan reliabilitas instrumen menunjukkan bahwa 29 dari 30 item valid dengan nilai *r*-hitung antara 0,317–0,768, dan Cronbach's Alpha sebesar 0,872, mengindikasikan alat ukur konsisten dan mampu mengukur fenomena kecemasan berbicara secara memadai (Rindiasari, 2021).

Berikut ini adalah kriteria penilaian tingkat kecemasan berbicara di depan umum berdasarkan informasi dilampirkan dalam tabel 2.

Tabel 2 Kriteria penilaian tingkat kecemasan berbicara di depan umum

Interval	Kategori	F	%
96-116	Sangat tinggi	3	4.3
74-95	Tinggi	29	41.4
52-73	Sedang	33	47.1
29-51	Rendah	5	7.1
Total		70	100

Distribusi kategori kecemasan awal menunjukkan 4,3% siswa sangat tinggi, 41,4% tinggi, dan 47,1% sedang (Tabel 2), mempertegas relevansi perlunya intervensi.

Tabel 3 dan tabel 4 menunjukkan distribusi kecemasan berbicara di depan umum pada siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada pre test dan post test.

Rata-rata skor pretest kelompok eksperimen sebesar 94 (kategori tinggi) dan kelompok kontrol 83 (kategori tinggi) menunjukkan perbedaan awal yang moderat antara kedua kelompok. Setelah intervensi SST, rata-rata posttest kelompok eksperimen menurun menjadi 70 (kategori sedang), sementara kelompok kontrol tetap 85 (kategori tinggi).

Tabel 3 Distribusi nilai pre-test kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

KELOMPOK EKSPERIMEN			KELOMPOK KONTROL		
Responden	Skor	Kategori	Responden	Skor	Kategori
AA	103	sangat tinggi	ANA	91	Tinggi
SI	98	sangat tinggi	TMA	84	Tinggi
RD	96	sangat tinggi	NDP	84	Tinggi
DA	95	Tinggi	NP	83	Tinggi
HA	92	Tinggi	YKR	82	Tinggi
GN	91	Tinggi	KA	80	Tinggi
NAZ	86	Tinggi	F	80	Tinggi
Jumlah	661			584	
Rerata	94	Tinggi		83	Tinggi

Tabel 4 Distribusi nilai post-test kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Kelompok eksperimen			Kelompok kontrol		
Responden	Skor	Kategori	Responden	Skor	Kategori
AA	70	Sedang	ANA	88	Tinggi
SI	75	Tinggi	TMA	72	Sedang
RD	60	Sedang	NDP	83	Tinggi
DA	67	Sedang	NP	91	Tinggi
HA	77	Tinggi	YKR	87	Tinggi
GN	74	Tinggi	KA	105	sangat tinggi
NAZ	70	Sedang	F	71	Sedang
Jumlah	493			597	
Rerata	70	Sedang		85	Tinggi

Uji Wilcoxon signed-rank test menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,018 untuk kelompok eksperimen dan 1,000 untuk kelompok kontrol. Hasil ini menegaskan penurunan kecemasan signifikan pada kelompok eksperimen, tetapi tetap memperlihatkan perluasan analisis between-group karena ukuran sampel kecil dan desain non-equivalent control group menimbulkan risiko bias seleksi (Arib et al., 2024; Reza, 2024).

Tabel 5 Hasil uji wilcoxon

	Test Statistics ^a	
	PostTest Eksperimen - PreTest Ekperimen	PostTest Kontrol - PreTest Kontrol
Z	-2.366 ^b	.000 ^c
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018	1.000

Dari perspektif teori, SST memberikan latihan keterampilan sosial melalui simulasi berbicara, role-play, dan umpan balik, yang memungkinkan siswa terbiasa menghadapi situasi berbicara di depan umum secara aman dan suportif (Martiningih et al., 2024).

Penurunan gejala fisiologis (gemetar, berkeringat, jantung berdebar) dan peningkatan kemampuan mengorganisasi ide, kontak mata, serta ekspresi wajah mendukung teori kognitif sosial Bandura, bahwa individu belajar dari pengalaman, observasi, dan penguatan diri (Bandura, 1977; Yanuardianto, 2019).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi Social Skills Training (SST) efektif dalam menurunkan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa, meskipun tidak semua siswa menunjukkan respons yang seragam. Temuan ini sejalan dengan penelitian internasional yang menekankan bahwa efektivitas SST dipengaruhi oleh berbagai faktor kontekstual dan individual. Gebre (2024) menyatakan bahwa tingkat kecemasan peserta dipengaruhi oleh kesiapan individu, topik yang kurang familiar, serta penilaian atau reaksi teman sekelas, yang selanjutnya memengaruhi respons terhadap pelatihan. Hal ini menunjukkan bahwa variabilitas individu dalam situasi sosial dapat memoderasi hasil intervensi. Selain itu, Monteiro, Dias, dan Paiva (2020) menemukan bahwa dinamika audiens, termasuk keberadaan audiens virtual, juga memengaruhi tingkat kecemasan peserta dalam latihan berbicara. Dengan demikian, penting bagi praktisi pendidikan dan konselor untuk mempertimbangkan konteks sosial dan lingkungan saat merancang intervensi SST, karena respons peserta tidak homogen dan dapat berbeda tergantung kondisi eksternal yang ada.

Selain itu, penelitian ini gagal melakukan analisis komparatif antara kelompok eksperimen dan kontrol secara robust, misalnya menggunakan uji Mann-Whitney atau ANCOVA untuk menyesuaikan perbedaan pretest awal. Hal ini membatasi kemampuan untuk mengklaim efek kausal SST secara definitif. Meskipun penurunan skor pada kelompok eksperimen signifikan secara within-group, implikasi antara kelompok masih perlu dikaji lebih lanjut.

Dengan demikian, temuan ini menegaskan efektivitas potensial SST dalam menurunkan kecemasan berbicara, tetapi harus diinterpretasikan dengan hati-hati. Penelitian lebih lanjut dengan ukuran sampel lebih besar, randomisasi, dan analisis statistik komparatif akan memperkuat generalisasi dan pemahaman mekanisme SST. Secara praktis, hasil ini tetap memberi kontribusi bagi pendidikan, menekankan perlunya latihan berbicara terstruktur dan lingkungan suportif untuk mengurangi kecemasan siswa (Hamama & Kusumaningratri, 2023; Lailiyah & Afandi, 2020).

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada kelompok eksperimen yang menerima bimbingan kelompok dengan pendekatan Social Skill Training (SST) dibandingkan kelompok kontrol. Uji Wilcoxon signed-rank test menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,018 ($P < 0,05$), yang mengindikasikan perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest kelompok eksperimen.

Meskipun demikian, kesimpulan ini harus dipahami dalam konteks keterbatasan metodologis penelitian, termasuk ukuran sampel yang kecil, teknik purposive sampling, dan desain kuasi-eksperimen tanpa randomisasi. Oleh karena itu, temuan ini hanya dapat

dianggap sebagai indikasi awal tentang potensi efektivitas SST dalam mengurangi kecemasan berbicara, bukan bukti definitif.

Sebagai implikasi praktis, guru BK atau konselor dapat mempertimbangkan SST sebagai salah satu alternatif intervensi dalam bimbingan kelompok, namun perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan sampel lebih besar, desain eksperimen yang lebih kuat, dan prosedur intervensi yang terdokumentasi dengan rinci untuk memperoleh bukti yang lebih valid dan dapat digeneralisasi.

REFERENSI

- Amran, S. R., & Widayat, I. W. (2020). Pengaruh Behavioral Social Skill Training Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Pada Anak Disabilitas Intelektual Ringan. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 9(1), 74. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i1.3510>
- Arib, M. F., Rahayu, M. S., Sidorj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Experimental Research Dalam Penelitian Pendidikan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 5497–5511. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/8468>
- Basyari, W. M., Imaddudin, A., & Muhajirin, M. (2023). Efektifitas Social Skill Training Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Mahasiswa. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, 4(2), 56–68.
- Gebre, Mandefro. (2024). Assess the Factors Contributing to Students' Public Speaking Anxiety Specifically During Classroom Presentations. *American Journal of Applied Psychology*. 13. 86-97. 10.11648/j.ajap.20241305.12.
- Goldstein, A. P. (1997). *Skillstreaming: The adolescent*. Research Press.
- Hamama, S., & Kusumaningratri, R. (2023). Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Di Depan Publik dalam Public Speaking dari Sisi Psikologis dan Praktis. *Selasar KPI: Referensi Media Komunikasi Dan Dakwah*, 3(1), 76–83. <https://ejournal.iainu-kebumen.ac.id/index.php/selasar>
- Hartanti.M.Psi, D. J. (2022). Bimbingan Kelompok. In M. P. Lucky Nindi Riandika M., S.Pd. (Ed.), *Book*. UD DUTA SABLON.
- Inayah, S., Safitri, Y., Zurweni, Sarmada, Andriani, N., Maison, Anindita, M., Mardhotilah, B., Multahadah, C., Z, G., Muhammad Damris, & Karmanto, B. (2025). *Statistika Non Parametrik* (Issue June).
- Khoirur Reza, D. (2024). Bicara Tanpa Ragu: Peran Efikasi Diri Dalam Menangani Kecemasan Mahasiswa Pada Saat Presentasi (p. 9). <https://openknowledgemaps.org/map/7d3f231355784e3315e42e351cf1fb77>
- Lailiyah, N., & Afandi, M. (2020). Efektivitas Teknik Role Playing Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa. *Jurnal Administrasi Pendidikan & Konseling Pendidikan*, 1(2), 67. <https://doi.org/10.24014/japkp.v1i2.9239>
- Mahkotawati, R., Rijanto, T., & Rusimamto, P. W. (2025). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian: Angket Pengalaman Praktik Kerja Lapangan (PKL) pada

- Siswa SMK. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(2), 1830–1835. <https://doi.org/10.54371/jiip.v8i2.6990>
- Mardapi, M. (2024). Desain Instrumen Evaluasi Yang Valid Dan Reliabel Dalam Pendidikan Islam Menggunakan Skala Likert. 8(12), 855–861.
- Martiningsih, I., Susilawati, E., & Rezeki, Y. S. (2024). Students' Strategies to Overcome Public Speaking Anxiety. *Inspiring: English Education Journal*, 7(1), 66–86. <https://doi.org/10.35905/inspiring.v7i1.8766>
- Monteiro, E., Dias, P., & Paiva, A. (2020). *Virtual reality exposure for public speaking anxiety: Effects on performance and physiological responses*. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2010.06077>
- Nurhasanah, N. (2021). Self Efficacy Dan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 106–112. <https://doi.org/10.52657/jik.v10i2.1477>
- Rahim, A., Aulia Almadani, H., Ramadhan, D., Ismaul Jannah, I., Sakinah, N., Utami Wulansari, T., Ulhaq, D., & Dinul Haq, D. (2024). Penyuluhan tentang kewenangan pemerintah dalam pengembangan pendidikan berdasarkan undang-undang no 20 tahun 2003 di yayasana perkasa karunia luhur. *Jabb*, 5(2), 2024.
- Reza, K., Wahyuni, V. D., Asrofiyah, R. M., & Jannah, M. (2024). Bicara Tanpa Ragu : Peran Efikasi Diri Dalam Menangani Kecemasan Mahasiswa Pada Saat Presentasi *Speak Without Hesitation: The Role Of Self-Efficacy In Managing Student Presentation Anxiety*. 17(2), 116–124. <https://doi.org/10.30813/Psibernetika>
- Rika Widianita, D. (2023). Implementasi Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Social Skills Training Untuk Mereduksi Perilaku Withdrawal Pada Peserta Didik Di Smp Negeri 3 Tanjung Raja Lampung Utara. *At-Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(I), 1–19.
- Rindiasari, Hidayat, Yuliani, P. R., Hidayat, W., & Yuliani, W. (2021). Uji Validitas Dan Reliabilitas Angket Kepercayaan Diri. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(5), 367. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i5.7257>
- Sugiyono. (2020). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.
- Yanuardianto, E. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis Dalam Menjawab Problem Pembelajaran di Mi). *Auladuna: Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 94–111. <https://doi.org/10.36835/au.v1i2.235>
- Yuswatiningih, E., & Rahmawati, I. M. H. (2020). Terapi Social Skill Training (SST) Untuk Klien Isolasi Sosial. In E-Book Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto. <http://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/EBook/article/view/661>