



Efektivitas Konseling Kelompok untuk Mengurangi *Feeling of Inferiority* Siswa di SMP Negeri 2 Bukittinggi

Nur Aini

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan,
UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi

Email: nurainiainii228@gmail.com

Syawaluddin Syawaluddin

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan,
UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi

Rahmi Rifalina

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan,
UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi

Abstract. *Students who have a feeling of inferiority think they will be useless and look down on their abilities. This research was conducted at SMP Negeri 2 Bukittinggi, where the students always felt inferior, were easily offended by criticism or other people's words, were afraid before trying, felt less valuable, felt less useful, thought negatively about themselves. This research was conducted to reduce feelings of inferiority experienced by students. This research uses a quantitative experimental method with a one group pre-test and post-test design. The research subjects were students who had feelings of inferiority in class IX which were obtained based on the results of observations and interviews. The population in this study was class IX students. This research sample used a purposive sampling technique of class IX students who had a feeling of inferiority. The data analysis technique uses the Wilcoxon rank test. The research instrument used a feeling of inferiority questionnaire. The results of this research can be seen from the pre-test and post-test with a decrease in each student after carrying out group counseling services showing a value of $0.027 < 0.05$, so it can be concluded that group counseling to reduce students' feelings of inferiority has proven to be effective.*

Keywords: *Feeling of Inferiority, Group Guidance, Students*

Abstrak. Siswa yang memiliki *feeling of inferiority* menganggap dirinya tidak akan berguna, memandang rendah kemampuan yang dimilikinya. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Bukittinggi yang dimana siswa tersebut selalu merasa rendah diri dengan mudah tersinggung dengan kritikan maupun perkataan orang lain, takut dahulu sebelum mencoba, merasa kurang berharga, merasa kurang berguna, berfikir negatif pada diri sendiri. Penelitian ini dilakukan untuk mengurangi *feeling of inferiority* yang dialami oleh siswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test* dan *post-test design*. Subjek penelitian yaitu siswa yang memiliki *feeling of inferiority* di kelas IX.6 yang didapatkan berdasarkan hasil observasi dan wawancara. Populasi pada penelitian ini yaitu siswa kelas IX.6. Sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* siswa kelas IX.6 yang memiliki rasa rendah diri (*feeling of inferiority*). Teknik analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon rank test*. Instrument penelitian menggunakan angket *feeling of inferiority*. Hasil penelitian ini dilihat dari *pre-test* dan *post-test* dengan adanya penurunan pada setiap siswa setelah melakukan layanan konseling kelompok dengan menunjukkan nilai $0,027 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok untuk mengurangi *feeling of inferiority* siswa terbukti efektif.

Kata Kunci: *Feeling Of Inferiority, Bimbingan Kelompok, Siswa*

PENDAHULUAN

Pada umumnya manusia memiliki kebutuhan untuk berinteraksi dengan makhluk lain karena manusia tidak dapat hidup dengan sendiri tanpa adanya interaksi dengan individu lain dalam kebutuhan sehari-hari. Hubungan individu dengan manusia lain dapat terbentuk melalui hubungan individu dengan kelompok dan individu dengan lingkungan di sekitarnya. Akan tetapi pada dasarnya tidak ada manusia yang sempurna sebagai makhluk sosial karena manusia diciptakan dengan kelebihan serta kekurangan masing-masing yang dapat menghambat proses interaksi dengan atau hubungan dengan orang lain secara sempurna, salah satu tingkah laku yang dapat menghambat proses interaksi adalah *feeling of inferiority* (Fitriani et al., 2019). Perasaan rendah diri ini juga di jelaskan di dalam al-qur'an dalam surah Ali-Imran ayat 139 yang berbunyi:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Janganlah kamu merasa lemah dan janganlah pula bersedih hati, padahal kamu paling tinggi derajatnya jika kamu orang-orang mukmin”.

Berdasarkan ayat di atas dapat dikatakan bahwa setiap individu janganlah merasa sendiri dan menganggap diri merasa lemah karena banyak permasalahan serta perkataan seseorang karena setiap manusia memiliki derajat yang paling tinggi di sisi Allah. Perasaan inferioritas merupakan sebuah perasaan lemah, kurang berharga yang dimiliki oleh individu. Perasaan inferioritas ini mengakibatkan individu merasa tidak dapat melakukan tugasnya dengan baik, selalu membandingkan dirinya dengan orang lain, dan kurang mampu beradaptasi dengan lingkungan di sekitarnya. Namun, pada hakikatnya perasaan inferioritas ini merupakan suatu langkah seseorang untuk mendorong tingkah lakunya sebagai motivasi menuju kesempurnaan (Kartika, 2016).

Menurut Adler *feeling of inferiority* merupakan perasaan kurang berharga yang dimiliki dalam diri individu. Perasaan ini dapat muncul karena adanya ketidakmampuan psikologis, social maupun jasmani yang kurang sempurna. Adler meyakini bahwa setiap individu dilahirkan dengan “*Feeling Of Inferiority* “(Rasa Rendah Diri), akan tetapi dibalik itu adanya rasa untuk menjadi *superioritas* (rasa diri lebih) maka dari itu adanya *feeling of inferiority* muncul karena adanya keinginan untuk menjadi *superioritas*. Menurut Gerald Corey setiap orang mencoba mengatasi *inferiority* dengan kekuatannya maupun kekuasaan sehingga akan berusaha untuk mencapai superioritas, yang mana individu ingin mengubah kelemahan dengan

kekuatan dan mencoba mencapai keunggulan pada suatu bidang sebagai kompensasi dari kekurangan pada bidang-bidang lain..(Faturrahman et al., 2023)

Menurut James D. Page menyatakan bahwa *feeling of inferiority* adalah “bentuk kritikan diri pribadi yang biasanya merasa takut terhadap perkataan orang lain, dibebani diri dengan perasaan tidak mampu, sulit dalam mengungkapkan perasaan yang sedang dialaminya serta pendapat yang dapat memperlihatkan perbuatan”. Definisi tersebut mengandung perspektif yaitu adanya perasaan takut terhadap perkataan orang lain, serta sulit dalam mengemukakan perasaan dan pendapat (Kadek et al., 2014)

Kerhamonisan keluarga dan susunan dalam keluarga dapat memperkuat perasaan rendah diri anak, anak yang melihat keluarganya bertengkar yang dapat mengembangkan kebenciannya kepada orang lain dan merasa bahwa dirinya tidak aman karena merasa kasihan dan merasa sakit ketika mendengarkan apa yang terjadi. Menurut Yusuf dalam Nurihsan menyatakan bahwa perasaan *inferior*, maka mereka akan melakukan usaha untuk mengatasi *inferiority feeling* yang dimilikinya. Individu yang memiliki sikap *feeling of inferiority* pada umumnya akan menimbulkan sikap dan perilaku dan perilaku yang tidak senang dengan adanya kritikan orang lain, sangat senang dengan pujian dan penghargaan, pemalu dan penakut (Fetriana et al., 2018)

Ketika individu memiliki perasaan inferior, maka mereka akan melakukan kompensasi sebagai usahanya untuk mengatasi *feeling of inferiority* yang dimilikinya seperti membuat alasan, bersikap agresif, dan menarik diri dari lingkungan sekitar. Pada umumnya juga individu akan menimbulkan suatu sikap dan perilaku peka (merasa tidak suka) terhadap kritikan orang lain, sangat suka terhadap pujian atau penghargaan, suka dengan kompetensi, cenderung menyendiri, pemalu dan penakut (Yusuf, 2012)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Nadia Naila Nurazizah 2021 dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok Gestalt Dengan Teknik Pembalikan Untuk Mengurangi Inferioritas Remaja” dapat disimpulkan bahwa adanya penurunan setelah dilakukannya konseling kelompok gestalt dengan teknik pembalikan yang terbukti efektif dalam mengurangi inferioritas remaja yang dibuktikan dengan adanya skor penurunan dari *pre-test* menuju *post-test* (Nurazizah et al., 2021)

Remaja seharusnya bisa menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap potensi maupun kemampuan yang dimilikinya sendiri sehingga *inferiority feeling* yang ada dalam dirinya bisa terkendalikan, akan tetapi adanya remaja yang kurang mampu dalam melakukan hal itu dengan baik. Individu yang kurang mampu dalam mengendalikan *feeling of inferiority* yang kurang mempunyai kepercayaan terhadap kemampuan dirinya sendiri yang

berakibat munculnya perilaku agresif dalam dirinya. Dalam membantu individu/konseli dalam mengatasi *feeling of inferiority* dengan menggunakan layanan konseling kelompok (Larasati, 2021).

Konselin kelompok merupakan salah satu bentuk konseling yang dilakukan secara berkelompok dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberikan upan balik (*feed back*) dengan pengalaman belajar, yang mana dalam kelompok ini menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (Latipun, 2006). Menurut Winkel konseling kelompok merupakan bentuk khusus yang ada dalam layanan konseling dengan beberapa orang yang tergabung di dalam sebuah kelompok kecil yang dilakukan dengan berhadapan muka dengan sejumlah orang yang tergabung di dalam kelompok yang saling memberikaan bantuan psikologis (Wikel, 2007) (Jannah & Syawaluddin, 2023). Konseling kelompok ini bertujuan yang dimana masing-masing konseli memahami dirinya dengan baik, mampu mengembangkan komunikasi antara satu sama lain sehingga dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan permasalahan, para konseli dapat mengatur kemampuan mengatur dirinya sendiri serta dapat mengarahkan hidupnya, para konseli dapat saling menghargai satu sama lain dan dapat saling memiliki rasa perhatian (Asmani, 2010).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah peneliti lakukan selama PPL di SMP Negeri 2 Bukittinggi terdapat sebagian peserta didik yang lebih suka sendiri, mudah tersinggung dengan perkataan orang lain dan hal ini di dukung dengan pengisian angket yang telah di isi oleh konseli, yang mana dapat disimpulkan bahwa konseli selalu merasa rendah diri dengan mudah tersinggung dengan kritikan maupun perkataan orang lain, takut dahulu sebelum mencoba, merasa kurang berharga, merasa kurang berguna, berfikiran negatif pada diri sendiri. Berdasarkan permasalahan di atas membuat peneliti teratik untuk melakukan penelitian untuk mengatasi *feeling of inferiority* sehingga membuat siswa lebih menghargai dirinya sendiri serta dapat meningkatkan potensi yang dimilikinya. Maka peneliti tertarik mengangkat judul penelitian **“Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Mengurangi *Feeling Of Inferiority* Siswa Di SMP Negeri 2 Bukittinggi”**.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian yang peneliti gunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian yaitu pra eksperimen (*pre eskperimental desigs*), yang hanya melibatkan satu kelas sebagai kelas eksperimen tanpa adanya kelas kontrol. Jenis pra eksperimen yang digunakan (*pre eskperimental desigs*) yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *One Group Pretest-Postest Design*. Penelitian ini

dilakukan di SMP Negeri 2 Bukittinggi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX.6. Sampel penelitian ini menggunakan *teknik purposive sampling* siswa kelas IX.6 yang memiliki rasa rendah diri (*feeling of inferiority*). Pemilihan subjek penelitian dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan cara memilih subjek penelitian yang merasa rendah diri yang ada di seluruh IX.6.

Hasil test awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-tset*) yang hasil tersebut akan diperoleh oleh masing individu, setiap skor memiliki kategori yakni skor 0 sampai 20 kategori sangat rendah, skor 21 sampai 40 kategori rendah, skor 41 sampai 60 kategori cukup, 61 sampai 80 kategori tinggi, dan skor 81 sampai 100 kategori sangat tinggi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *statistic non parametric*. *Statistik non parametrik* yang menggunakan 30 item pernyataan yang akan diberikan. Data yang nanti diperoleh sesuai dengan yang di isi oleh responden akan diolah menggunakan uji *Wilcoxon ranks test*.

TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan konseling selama tiga kali pertemuan yang disampaikan mengatasi perasaan rendah diri siswa. Berikut hasil tabel serta grafik *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dengan 30 pernyataan, yang mana *pre-test* diberikan sebelum adanya perlakuan sedangkan *post-test* diberikan sesudah adanya perlakuan konseling kelompok.

Tabel 1

Hasil *pre-test*

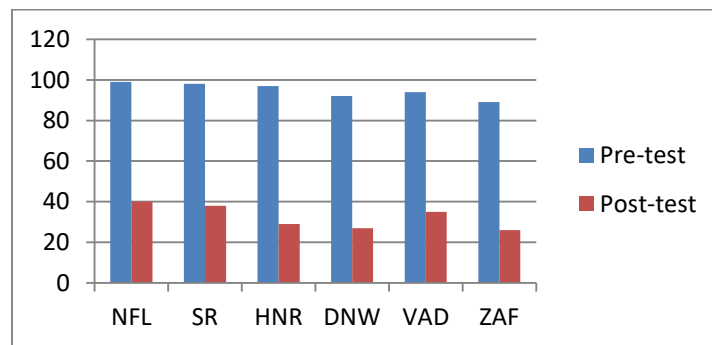
No	Inisial	Skor	%	Kategori
1.	NFL	99	82	Sangat Tinggi
2.	SR	98	81	Sangat Tinggi
3.	HNR	97	80	Tinggi
4.	DNW	92	76	Tinggi
5.	VAD	94	78	Tinggi
6.	ZAF	89	74	Tinggi

Berdasarkan hasil dari *pre-test* peserta didik masih dalam kategori tinggi dan sangat tinggi, maka diberikannya layanan konseling kelompok merupakan hubungan antara konselor dengan konseli yang berfokus kepada pemikiran dan tingkah laku, yang nantinya akan di arahkan untuk mencapai kesadaran yang efektif (Namora Lamongga Lubis, 2011). Konseling kelompok ini sebagai fungsi pengentasan (Amin, 2013). Setelah diberikannya layanan konseling kelompok, lalu di berikan angket *post-test* dibawah ini

Tabel 2
Hasil *post-test*

No	Inisial	Skor	%	Kategori
1.	NFL	40	33	Rendah
2.	SR	38	31	Rendah
3.	HNR	29	24	Rendah
4.	DNW	27	22	Rendah
5.	VAD	35	29	Rendah
6.	ZAF	26	21	Rendah

Berdasarkan dari hasil tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa dari 3 kali perlakuan maka adanya perbedaan hasil *pre-test* dan *Post-test* yang dapat dilihat bahwa *feeling of inferiority* siswa mengalami penurunan setelah diberikannya layanan konseling kelompok. Hal ini dapat di lihat dari hasil *pre-test* berada pada kategori yang tinggi dan sangat tinggi sedangkan setelah dilakukannya *post-test* berada pada kategori yang rendah, yang artinya *feeling of inferiority* siswa mwnjadi menurun setelah diberikannya layanan konseling kelompok.



Gambar 1

Grafik perbandingan *pre-test* dan *post-test*

Berdasarkan dari gambar di atas dapat diketahui bahwa adanya perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test* yang dapat dilihat bahwa siswa mengalami penurunan setelah dilakukannya konseling kelompok yang mana dari 99 menjadi 40, 98 menjadi 38, 97 menjadi 29, 92 menjadi 27, 94 menjadi 35, dan 89 menjadi 26. Hasil *pre-test* dengan kategori tinggi dan sangat tinggi yang diberikan sebelum diberikannya layanan konseling kelompok dan *post-test* kategori rendah, yang berarti dengan melakukan layanan konseling kelompok dapat mengatasi *feeling of inferiority* yang dialami oleh siswa.

Tabel 3. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-test - Pre-test	Negative Ranks	6 ^a	3.50	21.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	6		

a. Post-test < Pre-test

b. Post-test > Pre-test

c. Post-test = Pre-test

Test Statistics^a

	Post-test - Pre-test
Z	-2.207 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.027

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan hasil tabel *Wilcoxon ranks* di atas dapat diketahui bahwa adanya penurunan menuju data negative (N) yaitu 6 yang berarti konseli mengalami penurunan pada perasaan rendah dirinya, yang dilihat dari nilai *pretest* ke *posttest mean rank* dengan rata-rata sebesar 3,50 dan *sum od ranks* sebesar 21,00. Maka dari hasil perhitungan uji *Wilcoxon* adanya perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Berdasarkan test statistics dapat diketahui bahwa Asymp. Sig. (2-tailed) yang bernilai 0,027, karena nilai sig P-Vallue 0,012 < 0,05 berarti adanya penurunan *feeling of inferiority* siswa yang sesuai dengan hasil *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif mengurangi *feeling of inferiority* siswa kelas IX di SMP Negeri 2 Bukittinggi.

Pembahasan

Perilaku *feeling of inferiority* remaja membutuhkan tindakan yang segera karena jika dibiarkan perilaku tersebut akan terus berkembang sehingga akan berpengaruh kepada kehidupan mereka di sepanjang kehidupannya. Individu yang memiliki penghargaan diri yang rendah akan kesepian sehingga depresi, ada mencoba menutupi dengan kata-kata, perilaku yang kasar dan menarik diri (Herron dan Peter, 2010). Selain itu pada umumnya akan menimbulkan suatu sikap dan perilaku peka (merasa tidak suka) dengan kritika orang lain, suka dengan pujian maupun penghargaan, cenderung menyendiri, pemalu dan penakut (Yusuf, 2011). remaja puber memiliki tingkat prestasi yang rendah diakibatkan oleh pertumbuhan fisik yang pesat sehingga merasakan lelah dan lemah. Hal ini dapat mendorong sedikitnya motivasi untuk berusaha melakukan apa yang mereka ingin lakukan sehingga dapat menyebabkan *feeling of inferiority* mereka menjadi berkurang (Kartika & Juntika Nurihsan, 2016: 57).

Hal ini sesuai dengan yang di rasakan oleh individu yang mengikuti konseling kelompok bahwa perubahan fisik yang dialami sehingga mendapatkan ejekan dari orang lain membuat individu menjadi perasa dan menjadi sensitif, hal tersebut membuat individu menjadi menyalahkan diri sendiri membuat tidak tahan dengan keadaan yang akan membuat depresi, tidak bersemangatnya untuk pergi kesekolah, dan juga berkeinginan untuk berhenti sekolah karena menganggap orang di sekitar tidak peduli dengan keadaan maupun kondisi dirinya.

Feeling of inferiority merupakan adanya kesenjangan dan harapan yang membuat individu memiliki sedikit kekuatan. Hal ini membuat hubungan pertemanan individu yang tidak bagus pandangan yang negative kepada diri sendiri, stress, di ejek dan di caci, yang mana hal ini akan mengubah perilaku individu yang dapat mengganggu prestasi individu saat ini dan yang akan datang. *Feeling of inferiority* memberikan dampak buruk bagi individu.

Berdasarkan hasil *pre-test* siswa dapat diketahui bahwa para siswa-siswa tersebut memiliki *feeling of inferiority* yang berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Maka dengan hal itu peneliti melakukan layanan konseling kelompok untuk mengatasi *feeling of inferiority* siswa tersebut. Konseling kelompok merupakan layanan bagi siswa untuk membantu siswa dalam mengentaskan permasalahannya yang dilakukan dalam suasana kelompok yang berkaitan dengan permasalahan pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok (Erman Amti dan Prayitno, 1999). Konseling kelompok ini bertujuan supaya berkembangnya prasaan, pikiran wawasan serta sikap yang terarah kepada tingkah laku yang bertanggung jawab dengan terpecahnya permasalahan individu tersebut dan juga individu lain yang mengikuti konseling kelompok (Prayitno, 2012).

Berdasarkan hasil dari *post-test* dapat diketahui bahwa peserta didik yang memiliki perasaan rendah diri atau *feeling of inferiority* mengalami penurunan setelah melakukan layanan konseling kelompok. Hal ini didukung dengan hasil *pre-test* dan *post-test* yang memiliki perbedaan setelah melakukan uji *Wilcoxon* yang memiliki sig.p-value $0,027 < 0,05$ yang artinya adanya perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Maka adanya penurunan setelah melakukan layanan bimbingan kelompok.

Konseling kelompok ini dilakukan selama tiga kali pertemuan yang dimana mereka masing-masing saling mengenal antara satu sama lain dan konseling kelompok ini dilakukan dengan beberapa tahap yaitu : Tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran (Erman Amti dan Prayitno, 2004). Dalam pelaksanaan konseling kelompok ini sangat ditekankan asas kerahasiaan yang dapat membuat para anggota kelompok terbuka dan pentingnya bagi pemimpin kelompok untuk mengarahkan jalannya konseling kelompok dengan lancar.

Adapun beberapa kondisi anggota kelompok yang perlu diperhatikan yaitu kondisi dimana anggota kelompok dalam keadaan yang kritis, seperti tidak memiliki keterampilan berbicara di dalam kelompok, butuh banyak meminta perhatian dari orang lain sehingga mengganggu didalam kelompok (Herman et al., 2019). Maka berdasarkan hasil teori pendukung serta penelitian terdahulu yang relevan dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok untuk mengatasi *feeling of inferiority* siswa terbukti efektif setelah diberikannya layanan serta penguatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 2 Bukittinggi bahwa sebagian besar peserta didik kelas IX.6 memiliki perasaan rendah diri yang di antaranya NFL, SR, HNR, DNW, VAD, ZAF yang berdasarkan hasil obserasi dan wawancara konseli atau peserta didik selalu merasa rendah diri dengan mudah tersinggung dengan kritikan maupun perkataan orang lain, takut dahulu sebelum mencoba, merasa kurang berharga, merasa kurang berguna, berfikiran negatif pada diri sendiri. Sebelum dilakukannya layanan konseling kelompok dengan memberikan *pre-test* menunjukkan pada kategori yang tinggi dan sangat tinggi, lalu setelah diberikannya layanan konseling kelompok lalu diberikan *post-test* hasilnya menunjukkan dalam kategori yang rendah.

Untuk melihat hasil dari dilakukannya uji *Wilcoxon Signed rank test* dari hasil *post-test* bahwa setelah dilakukannya konseling kelompok kepada peserta didik yang menunjukkan hasil p-value sebesar $0,027 < 0,05$ yang berarti adanya perbedaan antara hasil *pre-test* dengan *post-test* sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok terbukti efektif untuk mengatasi *feeling of inferiority* siswa di SMP Negeri 2 Bukittinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, S. M. (2011). *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Kencana.
- Asmani, M. . (2010). *Panduan Efektivitas Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press.
- Erman Amti dan Prayitno. (1999). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Erman Amti dan Prayitno. (2004). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Faturrahman, F., Afrinaldi, Aprison, W., & Yusri, F. (2023). Upaya Guru Bimbingan Konseling Mengatasi Feeling Of Inferiority Siswa Di MTSN 1 Padang Pariaman. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(2), 43–51.
- Fetriana, S., Yuline, Y., & Lestari, S. (2018). Studi Kasus Tentang Siswi Minder Dalam Pergaulan Pada Kelas Viii Smp Negeri 1 Semparuk. *JPPK: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 7(4), 1–10. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/viewFile/25183/75676576409>
- Fitriani, R., Hidayati, R. N., Apriani, I. D., & Zulkifli, M. (2019). I Positive Untuk Mengurangi Inferiority Feeling. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 6(2), 42. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v6i2.2375>
- Herman, S., Studi, P., Mesin, T., Mesin, J. T., Teknik, F., Sriwijaya, U., Saputra, R. A., IRLANE MAIA DE OLIVEIRA, Rahmat, A. Y., Syahbanu, I., Rudiyanasyah, R., Sri Aprilia and Nasrul Arahman, Aprilia, S., Rosnelly, C. M., Ramadhani, S., Novarina, L., Arahman, N., Aprilia, S., Maimun, T., ... Jihannisa, R. (2019). *Jurusan Teknik Kimia USU*, 3(1), 18–23.
- Herron dan Peter. (2010). *I Love Me*. Bandung: Mizan.
- Jannah, N. M., & Syawaluddin, S. (2023). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Putri melalui Bimbingan Kelompok di Panti Asuhan Hanifa Jorong 3 Kampung Nagari Gadut Tilatang Kamang Kabupaten Agam. *Yasin*, 3(1), 139–146. <https://doi.org/10.58578/yasin.v3i1.877>
- Kadek, N., Muliarti, Y., Suranata, K., Dharsana, K., & Konseling, J. B. (2014). *Feeling of Inferiority Siswa Kelas Xi a Administrasi Perkantoran Smk Negeri 1 Singaraja*. 1(2).
- Kartika, K. (2016). Efektivitas Teknik Manajemen Diri Untuk Mengatasi Inferiority Feeling. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 16(1). <https://doi.org/10.17509/jpp.v16i1.2488>
- Larasati, A. A. (2021). *Konseling Individu dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mengatasi Inferiority Feelings Pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya*. <http://digilib.uinsby.ac.id/45981/>
- Latipun. (2006). *Psikologi konseling*. Malang: UMM Press.
- Namora Lamongga Lubis. (2011). *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana.
- Nurazizah, N. N., Japar, M., & Yuhenita, N. N. (2021). Efektivitas Konseling Kelompok Gestalt Dengan Teknik Pembalikan Untuk Mengurangi Inferioritas Remaja. *Proceeding of The 13th University Research Colloquium 2021*, 1, 229–236. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1356>

- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Wikel, W. S dan M.M, Srihastuti. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Yusuf, S. (2011). *Perkembangan Peserta didik*. Bandung: Raja Grafindo Persada.
- Yusuf, S. (2012). *Mental hygiene: terapi psikospiritual untuk hidup sehat berkualitas*. Bandung: Maestro.