

## ABSTRAK

**Taufiqurrahman** : menangani permasalahan menumbuhkan rasa percaya diri pada remaja melalui teknik *Client Centered Therapy* (Studi Kasus di Pusat Pembelajaran Keluarga Kota Bandung, Jalan Ibrahim Adjie No.84 Kelurahan Kebonwaru Kecamatan Batununggal Kota Bandung, Jawa Barat)

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek utama dari kepribadian yang memainkan peran penting dalam perkembangan dan kesejahteraan seseorang. Ketika kepercayaan diri tidak ada, individu cenderung mengalami berbagai masalah yang dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka yang berujung berdampak negatif. Menghadapi situasi ini, diperlukan pendekatan terapi yang efektif dengan menggunakan Teknik *Client Centered Therapy* Therapy untuk membantu individu mengatasi dampak psikologis yang ditimbulkan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai kondisi permasalahan yang dihadapi oleh para konseli di PUSPAGA Kota Bandung. Dalam upaya mencapai tujuan tersebut, penelitian ini menerapkan teknik *Client Centered Therapy* sebagai metode utama untuk membantu para konseli meningkatkan rasa percaya diri mereka. Teknik ini dipilih karena pendekatannya yang berfokus pada individu dan kemampuannya untuk menciptakan lingkungan terapeutik yang mendukung dan penuh empati.

Penelitian ini menerapkan metode deskriptif kualitatif dengan tujuan untuk menggambarkan dan mendeskripsikan secara sistematis peran konselor dalam menangani masalah ketidakpercayaan diri pada remaja di PUSPAGA Kota Bandung. Dengan menggunakan metode ini, peneliti dapat melakukan eksplorasi mendalam terhadap data lapangan, sehingga mampu memperoleh wawasan yang lebih komprehensif mengenai berbagai strategi dan teknik yang diterapkan oleh konselor selama proses konseling.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *Client Centered Therapy* terbukti efektif dalam mengurangi tingkat ketidakpercayaan diri pada individu remaja. Responden yang mengikuti sesi terapi ini melaporkan adanya peningkatan yang signifikan dalam rasa percaya diri mereka, kesejahteraan emosional yang lebih baik, serta kemampuan yang lebih besar untuk mengatasi stres dan tekanan hidup sehari-hari. Selama sesi terapi, para remaja merasa didukung dan dihargai, yang pada gilirannya membantu mereka untuk lebih percaya pada diri mereka sendiri dan menghadapi tantangan dengan lebih baik. Perubahan positif ini tidak hanya terbatas pada area tertentu dari kehidupan mereka, tetapi juga meluas ke berbagai aspek, termasuk hubungan sosial, prestasi akademik, dan aktivitas sehari-hari.

*Kata kunci:* Kepercayaan Diri, Client Centered Therapy, Remaja, PUSPAGA.