



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMANEGERI 1 KARANGANYAR
Jl. Kemakmuran 51 Karanganyar. Telp (0287) 551094 Kode Pos : 54364

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KLASIKAL DARING
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2020/2021
PERTEMUAN 1

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik / Tema Layanan	Meraih sukses dengan konsep “Membangun Percaya Diri”
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pemeliharaan
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli memahami pentingnya cara untuk meraih kesuksesan serta mampu memahami konsep membangun rasa Percaya Diri untuk menerapkan semangat meraih sukses masa depan
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik (A) dapat memahami (C2) pengertian konsep Membangun Percaya diri 2. Peserta didik dapat menerapkan (C3) suasana (B) serta tingkatan Percaya Diri (D) 3. Menciptakan (C6) motifasi sukses (C) dalam diri dan memiliki Rasa Percaya Diri
G	Sasaran Layanan	Kelas XI
H	Materi Layanan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Masa Remaja 2. Konsep “Rasa percaya diri” 3. Tingkatan rasa percaya diri 4. Ciri- ciri memiliki rasa Percaya Diri 5. Proses pembentukan dan membangun rasa percaya diri
I	Waktu	1 Kali Pertemuan x 45 Menit
J	Sumber Materi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Triyono, Mastur, 2014, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling bidang pribadi</i>, Yogyakarta, Paramitra 2. https://www.youtube.com/watch?v=EXsvXAUg5b0 3. https://www.youtube.com/watch?v=f8NrrAqsvTg
K	Metode/Teknik	Metode diskusi Problem base learning
L	Media / Alat	Google meet/Whatsapp
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pedahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran daring) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik 2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan dan cakupan materi

	d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2. Tahap Inti	
	Kegiatan peserta didik	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengamati tayangan https://www.youtube.com/watch?v=EXsvXAUg5b0 2. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing 3. Menyelesaikan tugas tugas kelompok masa remaja
	Kegiatan Guru BK/Konselor	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menayangkan media youtube, Power Point rasa percaya diri 2. Mengajak peserta didik mengamati materi video dan PPT 3. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (6 kelompok) 4. Memberi tugas (untuk diskusi kerja kelompok) 5. Menjelaskan dalam mengerjakan tugas 6. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik 7. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan
	3. Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan 2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan 3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 4. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan menutup web.
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengamati proses pembukaan dan login 2. Mengamati sikap peserta didik dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Melakukan Refleksi hasil penyampaian diskusi setiap kelompok
	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi tentang suasana pertemuan : menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. 2. Evaluasi terhadap topik dan Produk yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting/ 3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam memfasilitasi materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami 4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti

Karanganyar , 22 Juni 2020

Mengetahui
Kepala Sekolah



Drs. Eko Sutanto, M.Pd
Pembina Tingkat I
NIP. 19610415 198803 1 005

Guru BK

Yoga Purnama, S.Psi
NIP.

Membangun Percaya diri

A. Pengertian Percaya Diri

Definisi Percaya Diri Ada berbagai pendapat dari beberapa ahli tentang pengertian PD, yaitu sebagai berikut :

1. Menurut ahli psikologi Sigmund fred, kepercayaan diri adalah satu tingkatan rasa sugesti tertentu yang berkembang dalam diri seseorang sehingga merasa yakin dalam berbuat sesuatu.
2. Menurut thantaway dalam kamus istilah bimbingan dan konseling (2005:87), percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan.
3. Menurut Lie, seseorang yang percaya diri dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tahapan perkembangan dengan baik. Merasa berharga, mempunyai keberanian, dan kemampuan untuk meningkatkan prestasinya. Mempertimbangkan berbagai pilihan, serta memmbuat keputusan sendiri merupakan perilaku yang mencerminkan PD.
4. Menurut Lauster (2004:4), Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya. Sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi). Tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira.
5. Menurut pendapat Angelis (2003:10), percaya diri berawal pada tekad diri sendiri, untuk melakukan segala yang kita inginkan dan kita butuhkan dalam hidup. Percaya diri tebina pada keyakinan diri sendiri, sehingga kita mampu mengnhadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu.
6. Menurut rahmat (2000;109) kepercayaan diri dapat diartikan sebagai sesuatu kepercayaan terhadap diri sendiri yang dimiliki oleh setiap orang dalam kehidupannya serta bagaimana orang tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep diri.

Jika di sederhanakan, PD itu adalah asa yang ada dalam jiwa. Penuh keyakinan dan rasa mampu untuk mewujudkan sesuatu dengan segala kemampuan yang dimiliki dan menyajikannya dengan yang terbaik. Plus prosesnya baik dan mengharap hasil yang terbaik. Ana yakin semuanya pasti bisa walau awalnya g bisa lama-lama bisa dan jadilah luar biasa tapi tidak biasa diluar.

B. Tingkatan rasa Percaya Diri

Menurut Fauzi Adhim dalam bukunya “cara islami mengembangkan karakter pada anak” sebagai berikut :

1. Rasa percaya diri Semu atau Pseudoself- confidence

Ini jenjang percaya diri terendah tetapi justru paling banyak diburu. Mereka percaya diri tampil dengan sangat menyakinkan dan tampil dengan sangat menyakinkan apabila bersama mereka ada hal hal atau benda benda yang dapat membuat mereka terangkat. Misalnya HP bermerek

2. Percaya diri karena orang lain memiliki kekurangan dan kelebihan

Terhadap yang memiliki kelebihan dia tidak berkutik, terhadap yang memiliki kelemahan dia menepuk dada.

3. Percaya diri karena kelebihan kelebihan yang dimilikinya

Tingkatan yang lebih tinggi dari sebelumnya. dia akan mudah menyesuaikan diri dengan orang orang yang memiliki kelebihan yang sama tetapi kurang nyaman dengan kekurangan yang dimiliki

4. Tumbuhnya rasa percaya diri karena bisa menerima kekurangannya. Ia menyadari apa yang menjadi kekurangannya sebagaimana ia menyadari kelebihan kelebihannya

5. Percaya diri karena menjiwai , merasakan dan memandang semua manusia sama. Tak ada yang membedakan kecuali takwa.

C. Proses terbentuknya PD

1. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
2. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau sulit menyesuaikan diri.
4. Pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada diri sendiri.

Terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses :

1. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
2. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan – kelebihannya tersebut.
3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.
4. Pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya. The experienxe is the best teacher, dari berbagai pengalaman itulah , sahabat bisa memantapkan langkah , untuk percaya diri dalam berbagai hal, jadi sudah ada bekalnya

D. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya PD

Kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua faktor :

1. Faktor Internal, yang termasuk dalam faktor ini adalah ;
 - a. Konsep diri terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok. Menurut Centi (1995). Konsep diri merupakan gagasan tentang dirinya sendiri. Seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negatif. Sebaliknya orang yang mempunyai konsep diri positif.
 - b. Harga diri meadow (dalam kusuma, 2005) harga dirin yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang mempunyai harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benarbagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain. Orang yang mempunyai harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar-benar dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain. Orang yang mempunyai harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil percaya bahwa usahanya mudah menerima orang lain sebagaimana menerima dirinya sendiri. Akan tetapi orang yang mempunyai harga diri rendah bersifat tergantung, kurang percaya diri dan biasanya terbentur pada kesulitan sosial serta pesimis dalam pergaulan.
 - c. Kondisi fisik. perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Anthony (1992) mengatakan penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang. Lauster (1997) juga berpendapat bahwa ketidak mampuan fisik dapat menyebabkan rasa rendah diri yang kentara.

- d. Pengalaman hidup, Lauster (1997) mengatakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan, yang sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Lebih-lebih jika pada dasarnya seseorang memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang kurang perhatian.

2. Faktor eksternal

- a. Pendidikan, pendidikan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Anthony (1992) lebih lanjut mengungkapkan bahwa tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi akan cenderung mandiridan tidak perlu tergantung pada orang lain. Individu tersebut akan memenuhi keperluan hidup dengan rasa percaya diri dan kekuatannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.
- b. Pekerjaan Rogers (dalam kusuma, 2005) mengemukakan bahwa bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Lebih lanjut dikemukakan bahwa rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan. Selain materi yang diperoleh, kepuasan dan rasa bangga didapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.
- c. Lingkungan dan pengalaman hidup. Lingkungan disini merupakan lingkungan dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota yang sering berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat, semakin lancar harga diri berkembang (centi, 1995). Sedangkan pembentukan kepercayaan diri juga bersumber dari pengalaman pribadi yang dialami seseorang dalam perjalanan hidupnya. Pemenuhan kebutuhan psikologis merupakan pengalaman yang buruk pada masa kanak-kanak akan menyebabkan individu kurang percaya diri (drajat, 1995).

E. Ciri ciri orang yang mempunyai raa Percaya Diri

1. Berani tampil beda
2. Berani menerima tantangan
3. Asertif
4. Mandiri
5. Selalu bereaksi positif dalam mengahapi masalah

F. Proses pembentukan Percaya diri

Proses terbentuknya Rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses

1. Terbentuknya kepribadian yang baik. Proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu
2. Pemahaman terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan tersebut
3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau kesulitan penyesuaian diri
4. Pengalaman dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

G. Akibat yang ditimbulkan dari sikap tidak Percaya Diri

1. Tidak memiliki suatu (keinginan, tujuan, target) yang di perjuangkan secara sungguh-sungguh).
2. Tidak memiliki keputusan melangkah yang decisive (ngambang).
3. Mudah frustrasi / give up ketika menghadapi masalah atau kesulitan.
4. Kurang termotivasi untuk maju, malas-malasan atau setengah-setengah.
5. Sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal).
6. Canggung dalam menghadapi orang.
7. Tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara dan kemampuan mendengarkan yang meyakinkan.
8. Sering memiliki harapan yang tidak realistis.
9. Terlalu perfeksionis.
10. Terlalu sensitif (perasa).

H. Tips agar memiliki Percaya Diri

1. Kuatkan niat atau azzam (berdoa)
2. Perhatikan postur tubuh. Mungkin ini kedengarannya tidak ada hubungannya dengan PD yang kita bicarakan ini, tetapi sebenarnya bagaimana sikap duduk atau berdiri anda, menirimkan pesan tertentu pada orang-orang yang ada di sekeliling anda. Jika pesan tersebut memancarkan pesan PD anda akan mendapatkan tanggapan positif dari orang lain dan tentu saja akan memperbesar rasa PD anda sendiri.
3. Bergaullah dengan orang-orang yang Pd.
4. Ingat kembali saat anda merasa PD adalah sebuah perasaan.
5. Latihan kapanpun anda ingin merasakan rasa PD.
6. Kenali diri sendiri.
7. Jangan terlalu keras pada diri sendiri jangan terlalu mengkritik diri sendiri.
8. Jangan takut mengambil resiko.

Kepercayaan Diri

- **Pengertian Kepercayaan Diri**
- Kepercayaan Diri Menurut Hygiene
Kepercayaan Diri adalah penilaian yang relatif tetap tentang diri sendiri, mengenai kemampuan, bakat, kepemimpinan, inisiatif, dan sifat-sifat lain, serta kondisi-kondisi yang mewarnai perasaan manusia (Iswidharmanjaya & Enterprise, 2014:20-21).

Karakteristik Kepercayaan Diri

Terdapat 7 karakteristik individu yang mempunyai rasa kepercayaan diri yang proposional antara lain sebagai berikut (Fatimah, 2010:149-150):

1. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau hormat orang lain.
2. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima orang lain atau kelompok.
3. Berani menerima penolakan orang lain berani menjadi diri sendiri.
4. Punya pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil).
5. Memiliki internal Locus of Control(memandang keberhasilan atau kegagalan, bergantung pada usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung mengharap bantuan orang lain).
6. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi diluar dirinya.
7. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Bentuk Kepercayaan Diri

Bentuk seseorang memiliki rasa kepercayaan diri meliputi sebagai berikut :

- Bertanggung jawab terhadap keputusan yang telah dibuat sendiri,
- Mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.
- Pegangan hidup yang cukup kuat, mampu mengembangkan motivasi,
- Mau bekerja keras untuk mencapai kemajuan,
- Yakin atas peran yang dihadapi,
- Berani bertindak dan mengambil setiap kesempatan yang dihadapinya,
- Menerima diri secara realistis,
- Menghargai diri secara positif, tanpa berfikir negatif, yakin bahwa ia mampu,
- Yakin atas kemampuan sendiri dan tidak terpengaruh oleh orang lain, dan
- Optimis, tenang dalam menghadapi tantangan dan tidak mudah cemas.

- 1 Mengembangkan Mindset Sukses
- 2 Memupuk Motivasi berprestasi
- 3 Patuh dengan proses belajar
- 4 Berdoa pada Tuhan



Kemampuan
menetapkan kesuksesan besar
dalam ujian sangat
dipengaruhi pula oleh
mindset
Anda tentang kesuksesan tersebut

Clip slide

Bagaimana ?
mengembangkan mindset sukses

Clip slide



Clip slide



Clip slide

2

Memupuk Motivasi Berprestasi

Clip slide



Clip slide

Motivasi diartikan sebagai kekuatan jiwa
atau daya dorong
untuk melakukan suatu tindakan

Clip slide

Motivasi Berprestasi
adalah kekuatan jiwa atau daya dorong
untuk melakukan suatu tindakan berprestasi

Clip slide

Bagaimana ?

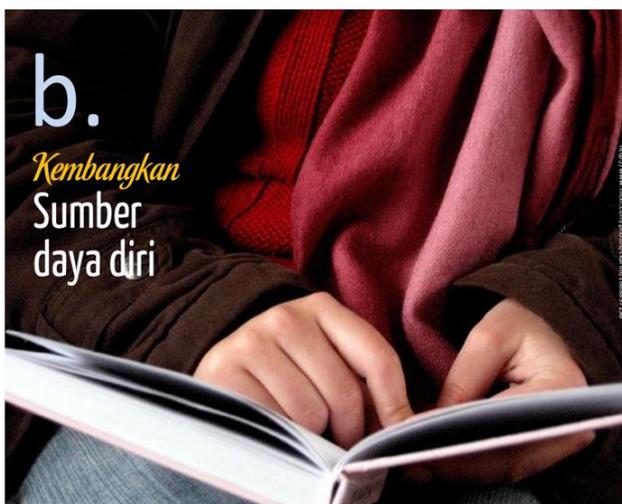
memupuk motivasi berprestasi

a. *Visualisasi tujuan* Dengan jelas



Clip slide

b. *Kembangkan* Sumber daya diri



Clip slide

Clip slide



C. *Dekatkan diri dengan*
Dengan hal-hal yang
memotivasi
dan meinginspirasi

<http://www.majalahexcellent.com>

Clip slide

Orang hebat adalah orang yang dalam hidupnya selalu ingin memberikan yang terbaik untuk diri sendiri dan orang lain. dan mereka sadar untuk menjadi yang terbaik mereka membutuhkan motivasi beprestasi yang kuat dan tumbuh subur dalam dirinya

Clip slide

*Patuh terhadap
Proses Belajar*

4

Berdoa Kepada Tuhan

Clip slide



Clip slide

3 syarat utama dalam berdoa...

Datang
Merendahkan diri
Meminta

Clip slide

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Link

<https://forms.gle/YWDnzV8ZkgUuqiZr9>

<https://drive.google.com/drive/folders/1XZ2icPyiqMUeV DcMKCUAKenys7xY9PmK?usp=sharing>

LKPD 1:

Diskusi 1

Topik: Membangun percaya diri

Tujuan:

1. Peserta didik (A) dapat memahami (C2) pengertian konsep Membangun Percaya diri
2. Peserta didik dapat menerapkan (C3) suasana (B) serta tingkatan Percaya Diri (D)
3. Menciptakan (C6) motifasi sukses (C) dalam diri dan memiliki Rasa Percaya Diri

Langkah :

1. Menayangkan media youtube, Power Point rasa percaya diri
2. Mengajak peserta didik mengamati materi video dan PPT
3. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok
4. Memberi tugas (untuk diskusi kerja kelompok)
5. Menjelaskan dalam mengerjakan tugas
6. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik
7. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan

LKPD 1

1. Percaya Diri adalah

.....
.....
.....
.....
.....

2. Tingkatan Percaya Diri

No	Masa remaja
1.
2.
3.
4.

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

LKPD 2:

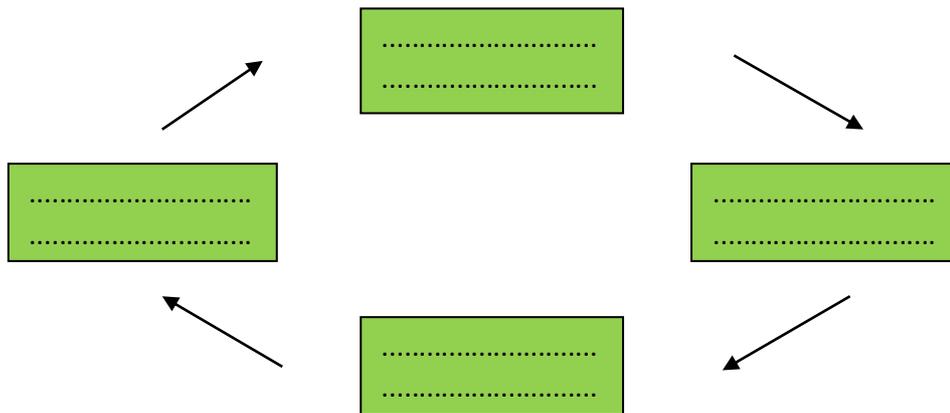
Diskusi 2

Tujuan:

1. Peserta didik (A) dapat memahami (C2) pengertian konsep Membangun Percaya diri
2. Peserta didik dapat menerapkan (C3) suasana (B) serta tingkatan Percaya Diri (D)
3. Menciptakan (C6) motifasi sukses (C) dalam diri dan memiliki Rasa Percaya Diri

LKPD

1. Buatlah Skema Proses terbentuknya rasa Percaya Diri



2. Faktor yang mempengaruhi Percaya Diri

No	Faktor Percaya Diri
1.	<i>Internal</i>
2.	<i>Eksternal</i>

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

LKPD 3:

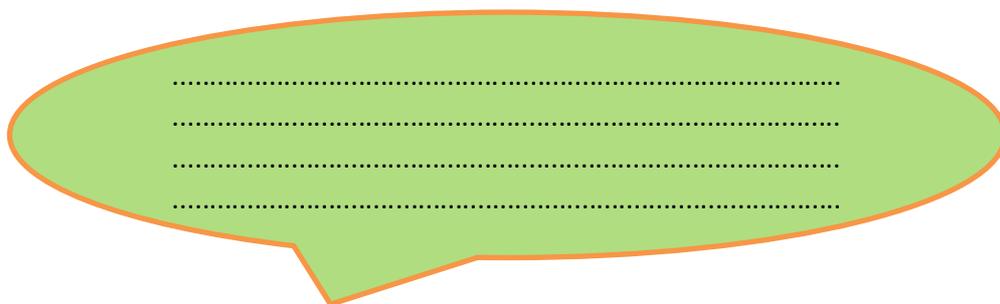
Diskusi 3

Topik: Membangun percaya diri

Tujuan:

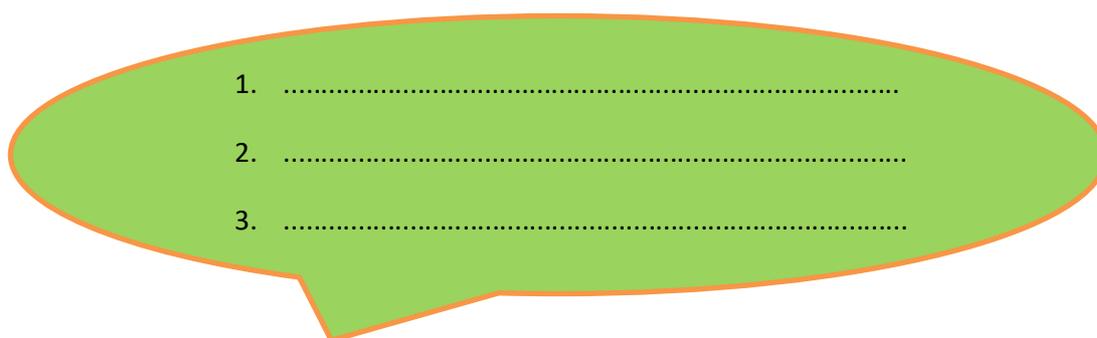
1. Peserta didik (A) dapat memahami (C2) pengertian konsep Membangun Percaya diri
2. Peserta didik dapat menerapkan (C3) suasana (B) serta tingkatan Percaya Diri (D)
3. Menciptakan (C6) motifasi sukses (C) dalam diri dan memiliki Rasa Percaya Diri

Kesimpulan anda pada Rasa percaya diri



.....
.....
.....
.....

Tips menurut anda sendiri meningkatkan Percaya Diri



1.
2.
3.