**HUBUNGAN ANTARA KRITIK DIRIDENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA**

**Veronika1**

 1Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

1veronikaekot@gmail.com

0895378131451

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kritik diridengan kepercayaan diri pada remaja. Hipotesis penelitian ini ada hubungan yang negatif antara kritik diri dengan kepercayaan diri pada remaja. Subjek penelitian berjumlah 108 orang remaja berusia 15-18 tahun. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Skala Kritik Diri dengan Skala Kepercayaan Diri pada remaja. Teknik analisis yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi rxy= -0,373 (p< 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kritik diri dengan kepercayaan diri pada remaja. Semakin tinggi tingkat kritik diri remaja maka semakin rendah tingkat kepercayaan diri pada remaja. Peran atau sumbangan efektif kritik diriterhadap kepercayaan diri sebesar 10,8% terhadap tidak percaya diri dan 89,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

**Kata Kunci:** Kepercayaan Diri, Kritik Diri, Remaja.

***RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CRITICISM WITH SELF-CONFIDENCE IN ADOLESCENTS***

 **Veronika1**

 1Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

1veronikaekot@gmail.com

0895378131451

***Abstract***

*This study aims to determine the correlation between self-criticism and self-confidence in adolescents. The hypothesis of this study is that there is a negative correlation between self-criticism and self-confidence in adolescents. Research subjects numbered 108 adolescents aged 15-18 years. Collecting data was using a scale of Self-Criticism and a scale of Confidence in adolescents. The analysis technique used is the Product Moment Correlation of Karl Pearson. The results showed that the value of the correlation coefficient rxy = -0.373 (p <0.05). These results indicate that there is a negative correlation between self-criticism and self-confidence in adolescents. The higher the level of self-criticism in adolescents , the lower the level of self-confidence in adolescents. The role or effective contribution of self-criticism to self-confidence is 10.8% of self-confidence and the remaining 89.2% is influenced by other factors.*

 ***Keywords:*** *Self-Criticism, Self-Confidence, Adolescents.*

**PENDAHULUAN**

*Adolescence* atau masa remaja berasal dari Bahasa Latin yang artinya *adolescere* kata bendanya *adolescentia* berarti tumbuh menjadi dewasa yang mencapai kedewasaan (Hurlock, 2010). Masa remaja dimulai berumur antara 12 tahun sampai dengan 21 tahun untuk perkembangan wanita, berawal dari 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja dapat dibagi menjadi dua bagian pertama usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah masa remaja akhir (Ali & Asrori, 2017).

Masa remaja adalah masa dimana remaja mengalami konflik dan perubahan suasana hati. Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Masa remaja ini masa dimana anak-anak mengalami perubahan fisik dan psikologis (Hall dalam Santrock, 2012). Pada masa remaja, banyak terjadi perubahan dan perkembangan besar, baik secara biologis maupun psikologis. Terjadinya perubahan-perubahan besar tersebut akan mempengaruhi tahapan perkembangan individu berikutnya.

Perubahan psikologis pada masa remaja meliputi kognitif, perubahan sosial dan emosional (Diananda, 2018). Perubahan kognitif pada masa remaja menurut Santrock (2007) adalah perubahan dalam pola pikir, meningkatnya kemampuan berpikir abstrak, idealistik, logis, berpikir secara egosentris, dan sering menganggap dirinya seolah-olah berada di atas pentas, unik, dan tak terkalahkan. Perubahan dalam kognitif remaja yang sedang berkembang pesat diantaranya, pengambilan keputusan dan pengendalian diri. Sebagian besar perubahan dalam kognitif remaja berhubungan perkembangan kognitif, dan proses sosial emosional.

Perubahan sosial dan emosional yang terjadi pada remaja adalah sering mengalami perubahan suasana hati, tuntutan untuk mandiri, konflik dengan orang tua, mulai melakukan penyesuaian sosial, keinginan untuk meluangkan lebih banyak waktu dengan teman sebaya, lebih membuka diri, meningkatnya tantangan akademis dan keinginan berprestasi, serta munculnya keinginan memiliki hubungan pertemanan (Santrock, 2007).

Hurlock (2010) menyatakan bahwa masa remaja ditandai dengan perubahan fisik, sikap serta perilaku yang sangat cepat. Ada beberapa macam perubahan yang umumnya dialami oleh remaja yaitu meningginya emosi terjadinya perubahan fisik, minat, sikap, dan peran yang harus dijalani pada remaja. Pada masa remaja penampilan fisik menjadi salah satu hal yang sangat diperhatikan yang dapat mempengaruhi rasa percaya diri. Kepercayaan diri pada dasarnya adalah kemampuan dasar untuk dapat menentukan arah dan tujuan hidupnya.

Perubahan yang membuat remaja menjadi tidak percaya diri salah satunya adalah perubahan fisik. Adanya perubahan fisik terkadang membuat remaja merasa tidak puas dengan kondisi dirinya dan seringkali menyebabkan keadaan menjadi tidak percaya diri (Diananda, 2018). Selanjutkanya dijelaskan oleh Diananda (2018) bahwa remaja mengalami perubahan sosial emosional juga memiliki kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima oleh teman-teman sebayanya. Sebagai akibatnya remaja akan senang apabila diterima dilingkungannya dan sebaliknya remaja akan merasa tertekan dan cemas apabila remaja diremehkan oleh teman-teman sebayanya menyebabkan rasa tidak percaya diri (Deni & Ifdil, 2016). Selanjutnya perubahan kognitif yang membuat remaja menjadi tidak percaya diri. Remaja mengalami ambisi yang tinggi, sering tidak realitis, dan pemikirannya terlalu melebih-lebihkan. Sensifitasnya terhadap penilaian orang lain sangat meninggi (Diananda, 2018). Menurut Lindenfield (1997) remaja yang mengalami ambisi yang tidak realistis karena memiliki rasa percaya diri yang rendah. Bahkan banyak anak laki-laki dan perempuan setelah masa remaja mempunyai perasaan tidak percaya diri (Hurlock 2010).

Menurut Lauster (2012) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan berinteraksi dengan orang lain memiliki dorongan prestasi serta mengenal kelebihan dan kekurangannya. Selanjutnya menurut Lauster (2012) terdapat beberapa aspek kepercayaan diri yaitu percaya pada kemampuan sendiri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistik.

Berdasarkan hasil penelitian Islamy (2018) dengan jumlah subjek sebanyak 62 remaja, menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri remaja pada kategori sangat tinggi ada 7 subjek (11,29%), kategori tinggi ada 10 (16,14%), kategori sedang ada 6 subjek (9,67%), dan kategori rendah ada 39 subjek (62,9%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian dari subjek penelitian belum mencapai kepercayaan diri yang tinggi. Data tersebut dijadikan dasar oleh peneliti untuk melakukan kajian mengenai kepercayaan diri.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 1 Desember 2019 dengan 7 responden menunjukkan dua responden merasa malu saat mengikuti presentasi saat berada di depan kelas untuk menyampaikan pendapat. Tiga responden merasa tidak mampu untuk menerima tugas dari gurunya dan merasa orang lain lebih mampu untuk menyelesaikannya. Satu responden menganggap bahwa dirinya tidak bisa melakukan sesuatu padahal belum mencoba dan responden mempunyai keinginan tetapi merasa bahwa dirinya tidak mampu. Empat responden menanggap bahwa ketika ingin melakukan sesuatu takut salah. Tiga responden kurang percaya diri karena menganggap orang lain lebih mampu dari dirinya. Dua responden kurang percaya pada kemampuan yang dimiliki dalam mengambil keputusan dan masih melibatkan orang lain seperti melibatkan orang tua dan teman dekatnya. Responden sering subjektif dalam menilai yang ada didalam diri dan lingkungannya tanpa melihat dari sisi orang lain. Merujuk pada uraian tersebut, peneliti menyatakan bahwa permasalahan mengenai belum terpenuhinya kepercayaan diri pada remaja memerlukan kajian secara mendalam melalui penelitian. Responden kadang kurang mampu dalam menganalisis sesuai dengan realita yang ada. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat dilihat bahwa ke 7 responden tersebut menunjukkan adanya ciri-ciri ketidakpercayaan diri.

Harapannya remaja yang percaya diri lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, remaja yang percaya diri biasanya akan lebih mudah beradaptasi dibandingkan dengan remaja yang tidak percaya diri. Selain itu juga remaja yang memiliki kepercayaan diri dapat mengubah individu yang biasanya tidak berani menjadi lebih yakin dan mampu dalam menghadapi atau mengerjakan sesuatu. Remaja yang percaya diri memiliki pegangan yang kuat, mampu mengembangkan motivasi, sanggup belajar dan bekerja keras untuk kemajuan, serta penuh keyakinan terhadap peran yang dijalaninya (Monnalisza & Neviyarni 2018).

Dampak dari remaja yang tidak memiliki kepercayaan diri, yang pertama mengalami kegagalan, remaja yang tidak memiliki rasa percaya diri biasanya akan mudah mengalami kegagalan, karena tidak yakin akan kemampuan atau keahlian yang dimiliki dirinya dalam melakukan suatu tindakan maupun mengambil suatu keputusan dalam memecahkan suatu masalah yang sedang dihadapinya. Kedua, remaja yang tidak memiliki rasa percaya diri akan selalu mengeluh dan merasa tidak nyaman setiap kali diminta untuk melakukan suatu pekerjaan, sikap seperti ini terjadi karena menganggap bahwa dirinya itu tidak mampu, dan merasa terbebani bila mengerjakan tugas atau pekerjaan yang dilakukannya. Ketiga, jika remaja termasuk orang yang mudah putus asa, berarti remaja memang tidak memiliki kekuatan untuk percaya diri dari dalam dirinya. Keempat, gelisah dan tidak percaya diri memang sudah menyatu untuk mengganggu tujuan hidup seseorang. Dua perasaan inilah yang selalu menghambat setiap kali remaja ingin melakukan atau menyelesaikan tugas dan pekerjaannya. Remaja yang tidak punya rasa percaya diri akan mudah gelisah dan pada akhirnya akan mengalami kegagalan (Monnalisza & Neviyarni 2018).

Kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Fatimah (2006) faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri individu ada dua yaitu pola asuh dan pola pikir. Pola asuh orang tua yang menunjukkan perhatian kepada anak akan membuat bahwa dirinya dihargai dan menganggap dirinya penting. Penerimaan orangtua akan mempengaruhi perkembangan anak dimasa yang akan datang. Cinta dan kasih sayang serta kelekatan emosional yang tulus dengan anak akan membangkitkan rasa percaya diri pada anak.

Selanjutnya pola pikir, reaksi individu terhadap orang lain atau suatu masalah atau peristiwa sangat dipengaruhi oleh cara berpikirnya. Individu dengan kepercayaan diri yang rendah cenderung mempersepsi segala sesuatu dari sisi negatif. Individu tidak menyadari bahwa dari dalam dirinya semua negativisme tersebut berasal. Pola pikir individu yang kurang percaya diri, memiliki ciri antara lain: menekankan keharusan-keharusan pada diri sendiri, cara berfikir yang totalitas dan dualisme, pesimistik dan futurustik, tidak kritis dan selektif terhadap *self-criticism* yaitu suka mengkritik diri sendiri dan percaya bahwa memang dirinya pantas dikritik, *labeling* diri sendiri, sulit menerima pujian yang positif dari orang lain, suka mengecilkan kesuksesan diri sendiri (Fatimah, 2006).

Menurut Hakim (dalam Siregar, Bahri, dan Nurbaity 2018) menyatakan bahwa rasa tidak percaya diri individu muncul adanya pemikiran negatif dan cenderung mengkritik dirinya sendiri. Remaja yang tidak percaya diri didasari oleh pemikiran-pemikiran yang tidak rasional sehingga remaja cenderung mengkritik dirinya dan memunculkan kritik diri*.* Hal ini didukung oleh Welthon dan Greenberg (dalam Gilbert, Baldwin, Irons, Baccus & Palmer, 2006) yang menyatakan bahwa ketidaknyamanan individu terhadap diri sendiri selama masa remaja merupakan salah satu masalah yang rumit bagi remaja yang menyebabkan rendahnya kepercayaan diri.

Menurut Fitri, Zola, dan Ifdil (2018) semakin remaja kehilangan suatu kepercayaan diri, maka akan semakin sulit untuk memutuskan yang terbaik apa yang harus dilakukan kepada dirinya, dan dalam keadaan seperti ini remaja cenderung akan kehilangan motivasi untuk meraih kesuksesannya. Dapat disimpulkan bahwa remaja yang tidak percaya diri cenderung sering mengkritik dirinya mempersepsikan bahwa memang dirinya tidak mampu untuk melakukan sesuatu, selain itu beranggapan bahwa kemampuannya tidak bisa diandalkan dan orang lain lebih mampu dari dirinya. Selanjutnya kritik diri dapat mempengaruhi kepercayaan diri seorang remaja.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self criticism* dengan kepercayaan diri pada ramaja. Manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi berkaitan dengan hubungan antara *self criticism*  dengan kepercayaan diri pada remaja khususnya di bidang psikologi sosial dan psikologi klinis. Manfaat praktis Penelitian ini diharapkan dapat mendorong remaja memilih pola pikir yang sehat dan pemahaman diri yang baik serta menumbuhkan kepercayaan diri remaja.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kritik diridengan kepercayaan diri pada remaja. Semakin tinggi kritik diri pada remaja maka semakin rendah kepercayaan diri sebaliknya, semakin rendah kritik diri pada remaja maka semakin tinggi kepercayaan diri.

**METODE**

Metode penelitian ini menggunakan dua variabel yaitukepercayaan dirisebagai variabel terikat dan kritik diri sebagai variabel bebas.

Subjek penelitian adalah remaja usia 15-18 tahun di SMK N 2 Godean yang terdiri dari 108 orang subjek. Skala yang digunakan adalah skala Kritik Diri dan skala Kepercayaan Diri*.* Skala kepercayaan diri disusun oleh peneliti mengacu pada aspek-aspek kepercayaan diri Lauster (2012) yaitu *1) percaya pada kemampuan diri, 2) Optimis, 3) Objektif, 4) Bertanggung jawab, 5) rasional dan realistik.* Skala kepercayan diri terdiri dari 35 aitem dengan nilai daya beda terendah yaitu 0,303 dan nilai daya beda tertinggi yaitu 0,69 Koefisien reliabilitas dari 35 aitem sebesar 0,925. Skala kritik diripada penelitian ini disusun oleh peneliti mengacu pada aspek-aspek *self criticism* Thompson dan Zuroff (2003).a) *Comparative self-criticism, b) Internalized self-criticism.* Skala kritik diriterdiri dari 26 aitem dengan nilai daya beda terendah yaitu 0, 304 sampai 0, 628 dan nilai koefisien reliabilitas dari 26 aitem sebesar 0.892.

**HASIL PEMBAHASAN**

Hasil deskripsi statistik kepercayaan diri dan kritik diri pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

**Tabel 1**

**Deskripsi Statistik Data Penelitian**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Kepercayaan Diri | Regulasi Emosi |
| Data Hipotetik | **Min** | 90 | 35 |
| **Maks** | 126 | 79 |
| **Mean** | 87,5 | 65 |
| **SD** | 17,5 | 13 |
| Data Empirik | **Min** | 90 | 35 |
| **Maks** | 126 | 79 |
| **Mean****SD** | 105,265,809 | 60,176,816 |

Berdasarkan deskripsi data diatas, dapat dilakukan kategorisasi baik pada variabel Kritik Diri maupun variabel Kepercayaan Diri dengan mengelompokkan data kedalam 3 kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi (Azwar, 2017). Hasil kategorisasi skor skala kepercayaan diri dan skala kritik diriyang dimiliki oleh subjek penelitian dapat dilihat pada Tabel berikut ini:

**Tabel 2**

**Kategorisasi Kepercayaan Diri**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kategori | Frekuensi | Presentase |
| Tinggi | 60 |  55,6% |
| Sedang | 48 | 44,4% |
| Rendah | 0 | 0% |
| Total | **108** | **100** |

**Tabel 3**

**Kategorisasi Kritik Diri**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kategori | Frekuensi | Presentase |
| Tinggi | 1 | 0,9% |
| Sedang | 99 | 91,7% |
| Rendah | 8 | 7,4% |
| Total | **108** | **100** |

Berdasarkan hasil kategorisasi data Kepercayaan Diri dapat diketahui bahwa 60 subjek (55,6%) memiliki tingkat Kepercayaan Diri yang tinggi, sedangkan 48 subjek (44,4%) memiliki tingkat Kepercayaan Diri yang sedang, dan dapat diketahui bahwa tidak ada subjek yang memiliki tingkat Kepercayaan Diri yang rendah (0%). Sedangkan hasil kategorisasi data kritik diri dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki tingkat kritik diri tinggi ada 1 subjek (,9%), sedangkan 99 subjek (91,7%) memiliki tingkat kritik diri yang sedang, dan 8 subjek (7,4%) yang memiliki tingkat yang rendah.

Berdasarkan hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk kepercayaan diri diperoleh K-S Z = 0,200 dengan p = 0,000 (> 0,050) berarti sebaran data mengikuti sebaran data normal sedangkan untuk variabel kritik diri diperoleh K-S Z = 0,036 dengan p = 0,000 (< 0,050) berarti sebaran data variabel kritik diri mengikuti sebaran data yang tidak normal. Dalam penelitian ini, variabel kritik diri dikatakan tidak normal dengan analisis model Kolmogrov Smirnov. Akan tetapi menurut Hadi (2015) jika sampel penelitian merupakan sampel besar (>30 subjek) maka data penelitian ini bisa dikatakan distribusi normal, dikarenakan sebaran data dalam data penelitian ini berjumlah 108 orang, sehingga bisa diasumsikan normal dan biasanya dikatakan sebagai sampel besar (Hadi, 2015).

Selanjutnya, data hasil uji linearitas kedua variabel menunjukkan nilai koefisien linier sebesar F = 16,803 dan p = 0,000 (p < 0,050) yang berarti hubungan antara kritik diri dengan kepercayaan diri pada remaja merupakan hubungan yang linier. Pada hasil uji korelasi menunjukkan bahwa korelasi antara kritik diri dengan kepercayaan diri (rxy) = -0,373 dengan taraf signifikansi p = 0.000 (p<0.01) berarti terdapat hubungan yang negatif antara kritik diri dengan kepercayaan diri pada remaja. Koefisien determinasi (R²) yang diperoleh sebesar yang diperoleh sebesar 0,108 yang menunjukkan bahwa variabel kritik diri memiliki kontribusi 10,8% terhadap tidak terjadinya kepercayaan diri dan 89.2% dipengaruhi oleh faktor lain yaitu pola asuh, konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan Golestaneh (2017) bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kritik diridengan kepercayaan diri pada remaja. Menurut Golestaneh (2017) remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah karena adanya *self-criticsm* yang dapat mencangkup unsur pemikiran negatif seperti memiliki sikap negatif terhadap diri sendiri, ketidakmampuan untuk mencapai tugas dan tujuan sesuai dengan standar yang tidak realistis, dan remaja percaya bahwa sedang dinilai oleh orang lain.

Berdasarkan hasil kategorisasi kritik diri pada penelitian ini menunjukkan bahwa remaja dengan kategori kritik diri rendah 8 subjek (7,4%), remaja pada kategori sedang 99 subjek (91,7%), dan remaja pada kategori tinggi 1 subjek (,9%). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas remaja memiliki tingkat kritik diri yang sedang. Berdasarkan hasil analisis kolerasi diperoleh koefisien determinasi R2 ( *R Squre)* sebesar 0,108 yang menunjukkan bahwa variabel kritik diri memiliki konstribusi 10,8% terhadap tidak terjadinya kepercayaan diri dan 89,2% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Ghufron dan Risnawati (2012) mengemukakan bahwa faktor-faktor lain yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan. Secara umum hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kritik diri dengan kepercayaan diri pada remaja.

**KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kritik diri dengan kepercayaan diripada remaja. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kritik diri yang dimiliki oleh remaja, maka semakin rendah kepercayaan diri. Sebaliknya, semakin rendah kritik diriyang dimiliki oleh remaja, maka semakin tinggi kepercayaan dirinya. kritik diri memiliki kontribusi 10,8% terhadap kepercayaan diri yang dialami remaja dan sisanya 89,2% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan.

Berdasarkan hasil kategorisasi disimpulkan bahwa kepercayaan diri pada remaja berada pada kategori tinggi dan kritik diri remaja berada pada sedang. Selanjutnya untuk uji beda dapat ditarik kesimpulan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kritik diri pada remaja.

Adapun saran penelitian bagi para remaja hendaknya tidak melakukan kritik diri dengan menginginkan hasil diluar kemampuannya. Karena ketika remaja sering melakukan kritik diri*,*  hal tersebut akan mendorong remaja untuk dapat mengalami tidak percaya diri.Mengenali kemampuan diri dan menerima diri apa adanya salah salu cara untuk meningkatkan kepercayaan diri. Bagi peneliti yang berminat untuk penelitian sejenis atau mengembangkan penelitian, sebaiknya peneliti selanjutnya dapat juga memperhatikan faktor-faktor lain seperti faktor konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan, karena dalam penelitian ini kritik diri hanya memengaruhi kepercayaan dirisebesar 10,8%, sedangkan sisanya 89,2% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

**DAFTAR PUSTAKA**

Ali, M & Asrori, M. (2017). *Psikologi Remaja. Perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Azwar, S. (2003). *Penyusunan Skala Psikologi.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2002). *Penyusunan Skala Psikologi.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2014). *Validitas dan Reliabelitas.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Blatt, S.J. (1995). The destructiveness of perfectionism. Implications for the treatment of depression. *American Psychologist, 50*, 1003-1020. doi: 10.1037/0003-066X.50.12.1003

Chang, E.C. (2008). Self-criticism and self-ehacement: theory, research, and clinical implication.Washington DC: *American Psychological Association.*

Deni, U, A & Ifdil. (2016). Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Educatio.* 2(2), 43-52.

Diananda, A. 2019. Psikologi Remaja dan Permasalahannya*. Istighna*, 1(1), 1979-2824.

Ericsson S.N, Verona E, Joiner, Preacher, (2006). Parental verbal abuse and the mediating role of self criticism in adult internalizing disorders. *Journal of Affective Disorders,* 93, 71–78.

Farida, N. I. (2014). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Remaja Putri yang Mengalami Pubertas Awal Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Role Playing di Kelas VII SMP N 13 Semarang Tahun Ajaran 2013/2014. *Skripsi.*  Universitas Negeri Semarang.

Fatimah, E. (2010). *Psikologi Perkembangan*: Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: Pustaka Setia.

Felita, P., Siahaja, C., Wijaya, V., Melisa, G., Chandra, M., Dahesihsari, R. (2016). Pemakaian Media Sosial dan Self Concept pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA.* 5(1), 30-41.

Fitri, E, Zola, N, Ifdil,I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 4(1), 44-50.

Ghufron, M.N & Rianawita, R. (2016). *Teori-teori Psikologi.* Yogyakarta. Ar Ruzz Media.

Gilbert at al, (2004). Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(1), 31–50.

Gilbert, P, Baldwin, W.M, Irons, C, Baccus, R, J dan Palmer, M. (2006). Self Criticism and Self-Warmth:An Imagery Study Exploring Their Relation to Depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly, 20(*2).

Gilbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self‐criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *13*(6), 353-379.

Golestaneh, S.M., Dehghani, F., &H,S. (2017). Comparison of self-criticism in obsessive-compulsive, major depression patients and normal people. *ParsianGulf University, Boushehr,Iran.*

Hadi, S. (2015). *Statistika Jilid Dua.* Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Hapasari, A. (2014). Kepercayaan Mahasiswi Papua di Tinjau dari Dukungan Teman Sebaya. *Jurnal psikodimensia,* 13 (1),60-67.

Hasmayni, B. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian diri pada Remaja. *Jurnal UMA.*  6(2), 98-104.

Hesmati. R & Pollerone. M. (2018). Relationship of dispositional mindfulness, self-destruction and self-criticism in academic performance of boy students. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology MJCP. 6(3),2282-1619*

Hurlock Elizabeth B. (2010). *Psikologi Perkembangan suatu pendekatan rentang kehidupan.* (edisi kelima) jakarta: Erlangga.

Ifdil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, 2*(3), 107–113. <http://dx.doi.org/10.17977/um001v2i32017p107>.

Islamy (2018). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Peserta Didik Kelas Vii Di Smp Negeri 3 Bandar Lampung. *Skipsi.* UIN Raden Intan Lampung.

Kotera Y, Green P, Sheffield, D. (2018). Mental health attitudes, self-criticism, compassion, and role identity among UK social work students. *British journal of social work.* 49(2).

Kumalasari, D. (2017). Konsep Behavioral Therapy Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. 14(1).

Lauster. P. (2012). *Tes Kepribadian.* PT Bumi Aksara.

Lassri, *(2017).* Running Head:CSA, Self criticism, Attachment, Relationships. *American Psychological Association,* 10(1), 121-129.

Lindenfield, G. (1997). Mendidik Anak Agar Percaya Diri. dalam Ediati Kamil. Jakarta : Arcan

Mardhika. R (2016). Hubungan Pola Pikir Negatif Dan Kecemasan Terhadap Cara Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga. *Jurnal Buana Pendidikan*, 12(22).

Mastuti & Aswi. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta : PT. Buku Kita.

Monnalisza & Neviyarni, S. (2018). Kepercayaan diri remaja panti asuhan Aisyiyah dan implikasinya terhadap layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*. 3(02), 77-83.

Nainggolan, T. (2011). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Pengguna NAPZA: Penelitian di Balai Kasih Sayang Parmadi Siwi. *Sosiokonsepsia,* 16(02).

Öngen, E.D. (2011). The relationships among perfectionism, self criticism and identity styles in Turkish university students. *Procedia social and behavioral sciences, 30,* 565-572.

Özer, E. (2019). The Impact of Core Self-evaluation on Self-criticism. *Universal Journal of Educational Research,* 7(7), 1526-1531.

Pasaribu, S, V, Rahmawati, I, E, Puri, A. 2015. Hubungan Perubahan Fisik Usia Remaja dengan Rasa Percaya Diri pada Siswi Kelas 7. *Jurnal Keperawatan.* 11(1), 1907 – 0357.

[Porter](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Porter%20AC%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=29524786), C.A, [Zelkowitz](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Zelkowitz%20RL%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=29524786), L.R. dan [Cole](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Cole%20DA%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=29524786), A.D. (2019).The Unique Associations of Self-Criticism and Shame-Proneness to Symptoms of Disordered Eating and Depression*. Journal Author manuscript*, 29, 64–67.

Roza, E.W dan Ilyas, I. (2019). Relationship Parental Attention and Student’s Confidence. *Jurnal Neo Konseling.* 1(2), 2657-0564.

Samiroh, S dan Muslimin, I.Z. (2015). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik Dan Perilaku Menyontek Pada Siswa-Siswi Mas Simbangkulon Buaran Pekalongan. *Jurnal Psikologi Islami*, 1(2), 67-77.

Santrock, J. W. (2012). Life Span Development *Perkembangan Masa Hidup* (Edisi Ketigabelas, Jilid I). Jakarta : Erlangga.

Santrock, J. W. (2003). *Adolescene Perkembangan Remaja. Jakarta* : Erlangga.

Sari, L.D, Widiani, E & Trishinta, M.S (2019). Hubungan Pola Pikir Pesimisme Dengan Resiko Depresi Pada Remaja. *Nursing News*, 4(1).

Siregar, A.R, Bahri, S dan Nurbaity, N. (2018). Penerapan Teknik Assertive Adaptive Di Dalam Rebt Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di Sma Negeri 3 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 3 (2), 76-85).

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif.* Bandung: Alfabeta

Sulastri, S, Kuncoro, M, W dan Sinta, N. (2020). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku *Cyberbullying* pada Remaja di Smk N 1 Sedayu*. Naskah Publikasi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Thompson, R & Zuroff, D,C. (2004). The Levels of Self-Criticism Scale: comparative self-criticism and internalized self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 36, 419–430

Siswa Di Sma Negeri 3 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 3 (2), 76-85).

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif.* Bandung: Alfabeta

Sulastri, S, Kuncoro, M, W dan Sinta, N. (2020). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku *Cyberbullying* pada Remaja di Smk N 1 Sedayu*. Naskah Publikasi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Thompson, R & Zuroff, D,C. (2004). The Levels of Self-Criticism Scale: comparative self-criticism and internalized self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 36, 419–430

Widjast, P, E. (2011). Hubungan antara *self-criticism* dengan distres pada siswa SMA Negeri 3 Surakarta. *Skripsi.* Universitas Sebelas Maret Surakarta.