

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun (Papalia & Olds, 2011). Menurut Adams dan Gullota (2011) mendefinisikan masa remaja meliputi usia antara 11 hingga 20 tahun. Adapun remaja menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) remaja yaitu mereka yang digolongkan dalam usia 10-24 tahun dan masih berstatus belum menikah (WHO dalam Pusdatin Kemenkes, 2017).

Menurut Sarwono (2010) menyatakan masa remaja juga dikenal sebagai masa yang penuh kesukaran karena merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Periode peralihan yang terjadi pada remaja tidak akan lepas dari peran keluarga terutama orang tua. Orang tua merupakan lingkungan sosial pertama yang memberikan pengaruh sangat besar bagi seorang remaja. Perkembangan remaja yang paling optimal apabila mereka bersama dengan keluarganya. Tetapi tidak sedikit perubahan kondisi keluarga akan menjadi hambatan dalam perkembangan seorang remaja, salah satunya adalah kematian orang tua.

Keluarga merupakan tempat pendidikan pertama bagi remaja karena akan sangat berpengaruh terhadap pembentukan watak dan kepribadian mereka. Dari situ

potensi dan kepribadian remaja dapat terbentuk apakah baik atau buruk. Potensi remaja bergantung bagaimana lingkungan yang menjadi gurunya, karena lingkungan merupakan faktor kedua setelah orang tua dalam pembentukan kepribadian remaja, termasuk dalam menumbuhkan rasa percaya diri pada remaja (Masrun & Martaniah, 2012).

Syahrul (2015) menyatakan pada umumnya keluarga yang lengkap itu terdiri dari ibu, ayah, anak, saudara, tetapi kenyataannya tidak semua keluarga lengkap. Kehilangan orang tua tentunya sangat memberikan dampak bagi keluarga, baik dampak ekonomi maupun pada perkembangan psikologis seorang remaja yang kehilangan figur seorang ibu atau ayah. Kekuatan kepribadian remaja merupakan hasil dari pengasuhan dan penanganan yang baik dari kedua orangtuanya. Ketika salah satu dari kedua orangtuanya tidak hadir, maka terdapat ketimpangan dalam perkembangan psikologisnya. Kepribadian, kesehatan mental dan pertahanan diri dari stress akan terasa sulit ditangani oleh remaja yang tidak genap mendapati pengasuhan dari kedua orangtuanya.

Erikson (2010) memfokuskan dan memaknai fenomena pembentukan identitas selama masa remaja. Erikson menambahkan bahwa identitas diri berkembang sepanjang kehidupan individu terutama pada masa remaja. Pembentukan identitas remaja bergantung pada faktor bawaan psikologis dan faktor lingkungan. Identitas pada remaja akhir adalah tahap pertumbuhan ego remaja yang berkaitan dengan penilaian aspek kepribadian, keterhambatan dan ketercapaian. Tahap yang paling penting dalam perkembangan remaja akhir adalah tahap kelima (*identity versus role confusion*). Tujuan remaja melakukan eksplorasi adalah untuk

memahami diri, mencari tahu siapa dirinya, memahami tujuan hidup, nilai-nilai, dan keyakinan remaja sehingga mampu berkomitmen untuk pengambilan keputusan dalam hidupnya.

Pada masa remaja akan mengalami berbagai perubahan baik secara fisik, sosial maupun mental. Hal tersebut menyebabkan adanya peningkatan tuntutan lingkungan terhadap diri sendiri. Remaja mengalami krisis identitas dimana krisis identitas tersebut dapat menyebabkan kurangnya pengenalan dan pemahaman remaja terhadap diri sehingga mengakibatkan penilaian terhadap diri dan kemampuan kurang cermat yang pada akhirnya dapat menimbulkan perasaan kurang percaya diri (Masrun & Martaniah, 2012).

Kepercayaan diri merupakan suatu kebutuhan bagi setiap individu. Jika remaja telah memiliki kepercayaan diri, maka mereka telah siap untuk menghadapi dinamika kehidupan yang penuh dengan tantangan. Sikap yakin akan kemampuan diri sendiri serta tidak menutup-nutupi kelemahan diri, dapat mengantarkan remaja menjadi sosok manusia dewasa yang sukses dan mandiri (Hawari, 2016).

Individu dengan kepercayaan diri yang rendah adalah individu yang tidak mampu menilai kemampuan diri. Rendahnya kepercayaan diri ini mengakibatkan individu tidak mampu mengekspresikan dirinya di lingkungan sosial. Mereka tidak puas dengan karakteristik dan kemampuan diri. Mereka juga tidak memiliki keyakinan diri dan merasa tidak aman terhadap keberadaan mereka di lingkungan. Individu dengan kepercayaan diri yang rendah adalah individu yang pesimis yang perasaannya dikendalikan oleh pendapat yang individu terima dari lingkungan. Hal

ini tampak pada sebagian remaja yatim, dimana sebagian remaja menerima perkataan negatif dari lingkungan mengenai anak remaja yatim dan meyakini kebenaran tersebut. Hal ini menimbulkan rasa ketidakpercayaan diri pada remaja sehingga mempersepsikan diri terasing dari lingkungan sekitar, mempersepsikan diri tidak disayangi, tidak mampu mengekspresikan diri atau mempertahankan diri serta tidak mampu mengatasi kelemahan mereka (Ihsana, 2014).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 8 orang remaja yatim di pondok pesantren X, Palembang yang dilaksanakan pada tanggal 22 Oktober 2020 yang mana dalam proses wawancara dilakukan dengan menggunakan wawancara terbuka. Diperoleh data 5 dari 8 orang remaja yatim mengalami beberapa gejala ketidakpercayaan diri yaitu:

Adapun beberapa wawancara awal yang dilakukan kepada remaja yatim di pondok pesantren X. Terdapat kutipan dari hasil wawancara dari partisipan remaja yatim dan salah satu pendamping pondok pesantren yang telah dilakukan :

“ Tidak tahu kak, rasanya sedih banget semenjak ayah sudah tidak ada. keadaan rumah beda sekali, terasa banget kehilangannya. Ibu juga menggantikan ayah sekarang ke sawah buat cari uang buat saya sama adek-adek jadinya. Ibu jarang datang besuk saya ke pesantren. Saat liat teman-teman dikunjungin keluarganya, Saya lebih memilih dikamar saja karena pikiran saya seperti berbeda dengan orang lain. timbul rasa tidak percaya diri akibat apa yang terjadi ini. Pikiran saya teman-teman yang dikunjungin keluarganya ini masih punya masa depan yang cerah sedangkan saya ini tidak tau. Pasti nantinya membantu ibu di sawah”. (Partisipan B)

“Semenjak ayah meninggal, orang-orang peduli dengan keluarga kami. Kami sering dibantu seperti dikasih makanan (sembako) atau dikasih uang buat biaya sehari hari. tapi yang sering membuat tidak enak di dengar sama jadi pikiran itu kalau orang-orang bicara kasian sekali nasib hidup kami ini. mungkin maksud mereka itu baik tapi kata-kata itu buat kami berpikir kalau diri kami ini tidak bisa apa-apa kalau tidak ada bantuan dari orang lain. jadinya timbul rasa tidak percaya diri kalau mau bicara dengan orang lain takut dikasihani”. (Partisipan S)

“Susah kak kalau mau bicara dengan orang yang baru dikenal, tidak tau kenapa susahnyaa!! Mungkin takut salah dalam menggunakan bahasa saat bicara dengan orang lain. Kalau sama keluarga juga saat mau cerita banyak juga takut membuat keluarga susah, nanti buat ibu cemas disana, kasian ibu. Saat ada masalah ya dipendam sendiri dibanding buat ibu samo keluarga susah mending diri sendiri yang susah. jadinya tidak nambah beban buat orang lain kak. Ibu jugo sering sakit kalau dengar berita sedih jadinya kalo ada apa-apa ya simpan sendiri. Kalau ada masalah dengan teman pondok juga sama di simpan sendiri juga ”. (Partisipan R)

“Iya kak malu kalau ada tugas yang nyuruh buat tampil di depan kelas, apa lagi teman-teman saat saya salah atau grogi sering di olok-olok langsung jadinya nambah keringet dingin saya. kenapa ya kak, kebiasaan buruk saya itu sering membandingkan diri dengan orang lain, pikir diri lebih tidak bisa apa-apa dibanding dengan teman yang lain. Akhirnya timbul rasa takut buat masa depan, takut tidak jadi orang sukses kedepannya, saya itu ingin sekali bantuin mamak, biar kedepannya seneng. Bapak jugo bisa bangga dengan saya nantinya walaupun sudah tidak ada. Ingin sekali saya jadi orang sukses kak”. (Partisipan D)

“Ayah baru saja meninggal kak sebelum saya masuk ke pesantren ini, Ayah tu meninggal pas saya lulus SD. Jadi ada keluarga ibu yang bicara kalau ada pesantren di Palembang yang membuka beasiswa buat anak yatim sekolah, saat saya tau mau sekolah jauh dari ibu sedih sekali karna akan susah untuk ketemu ibu karena jarak ke Palembang nya jauh. Pikiran saya itu takut jauh dari keluarga sama di pesantren nanti bisa tidak soalnya apa-apa sendiri, teman-teman disana seperti apa misalnya kalau guru ajak bicara masih takut jawabnya terus juga merasa tidak mampu dibandingkan dengan teman-teman yang lain”. (Partisipan I)

“Sebagai pendamping kita itu diberikan tanggung jawab oleh kepala pondok untuk mengawasi adik-adik setelah jam sekolah selesai. Biasanya setelah jam selesai adik-adik akan diberikan kegiatan-kegiatan tambahan di luar jam sekolah. Salah satunya kayak musabaqoh, dimana adik-adik diminta untuk memberikan tausiyah singkat secara bergantian. Untuk pesantren sendiri kan memang ada program beasiswa untuk anak yatim yang tidak mampu, itupun masih dipilih-pilih buat adik-adik yang bakalan diterima dikarenakan tempat pesantren yang belum besar. Hal yang paling mencolok dari Adik-adik yatim yang ada disini, dimana mereka kurang memiliki kepercayaan diri dalam menunjukkan diri mereka baik pada saat jam sekolah maupun kegiatan di luar jam sekolah. Saat menjalin komunikasi dengan adik-adik juga mereka sering berpikiran pesimis dengan keadaan yang mereka alami terkait masa depan mereka apakah bisa sukses dan membahagiakan ibunya mereka, dalam menjalin komunikasi dengan adik-adik juga membutuhkan waktu dikarenakan mereka yang tertutup dan belum terbiasa dengan keadaan serta kondisi disini”. (Pendamping pondok pesantren, A)

Berdasarkan hasil wawancara awal kepada beberapa partisipan remaja yatim dan pendamping pondok pesantren maka dapat disimpulkan dari hasil wawancara awal remaja yatim di pondok pesantren X mengalami kesulitan ketika mengekspresikan perasaan bahagia maupun sedih ketika berada dilingkungan sekitar, memiliki persepsi kurang diperhatikan, mempersepsikan diri tidak disayangi oleh keluarga, kehilangan sosok ayah membuat partisipan merasa lemah, tidak memiliki keyakinan terhadap dirinya dan masa depannya, kesulitannya dalam berkomunikasi dengan lingkungan sekitarnya, kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, subjek cenderung sulit memberikan tanggapannya ketika berada dilingkungan ramai, mempersepsikan dirinya tidak lebih baik dibanding dengan teman-temannya yang lain, memiliki ketakutan akan kegagalan, memiliki rasa pesimis, mempersepsikan dirinya tidak mampu dan tidak berani memiliki impian yang tinggi untuk mereka gapai dikarenakan tidak memiliki keyakinan untuk menggapainya.

Lauster (2012) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan yang dimiliki sehingga individu yang bersangkutan tidak perlu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain. Kepercayaan diri merupakan keyakinan pada kemampuan - kemampuan yang dimiliki, keyakinan pada suatu maksud atau tujuan dalam kehidupan dan percaya bahwa dengan akal budi mampu untuk melaksanakan apa yang diinginkan, direncanakan dan diharapkan (Devies, 2013).

Menurut Safitri (2010) ciri-ciri orang yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi yaitu: a. Percaya pada kemampuan sendiri, b. Bertindak mandiri dalam

mengambil keputusan, c. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, d. Berani mengungkapkan pendapat. Menurut Rini (2012) menggambarkan ciri-ciri kepercayaan diri yang rendah yaitu : a. menunjukkan perilaku konformis agar mendapatkan pengakuan dan penerimaan dari orang lain ataupun didalam kelompok tertentu, b. merasa takut atau kekawatiran didalam dirinya terhadap penolakan orang lain, c. memiliki kesulitan dalam menerima kekurangan dalam diri, d. memiliki sifat yang pesimis, e. takut akan kegagalan, f. menolak pujian yang tulus dari orang lain, g. mudah menyerah kepada nasib, h. selalu memposisikan diri diposisi terakhir.

Dari berbagai permasalahan yang dialami remaja yatim dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja yatim yang berada di Pondok Pesantren X di Palembang mengalami gejala kurangnya kepercayaan diri yang dapat diamati dengan ciri-ciri, seperti; lebih banyak menghindar (takut akan kegagalan), menyalahkan orang lain, keterampilan sosial yang buruk, mudah menyerah akan nasib, memposisikan diri di posisi terakhir serta kesulitan menerima kekurangan. Pendamping di Pondok Pesantren sudah melakukan konseling kepada para remaja yatim yang mengalami kepercayaan diri yang rendah. Namun konseling tersebut belum cukup efektif karena para remaja yatim masih belum memiliki keterbukaan kepada para pendamping untuk menceritakan permasalahan yang dialami remaja yatim. Oleh karena itu perlu intervensi lain untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja yatim.

Beberapa peneliti terdahulu telah mengkaji dan mencoba melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri. Salah satunya yang dilakukan oleh Lestari (2020) dengan pelatihan asertivitas untuk memperkuat *self confidence*. Penelitian lainnya Kurniawan (2012) dengan intervensi integrasi

perubahan perilaku (ipp) untuk meningkatkan kepercayaan diri. Kemudian, Herbyanti (2012) menggunakan pelatihan *empower mother's parenting style* untuk meningkatkan kepercayaan diri. Ketika kepercayaan diri rendah, individu cenderung sulit untuk percaya pada kemampuan sendiri, tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain, tidak berani menghadapi penolakan dari orang lain, tidak memiliki kendali diri yang baik, mudah menyerah, memiliki pandangan yang negatif terhadap diri sendiri dan tidak memiliki harapan yang realistis atau positif terhadap diri sendiri (Fatimah, 2010). Salah satu untuk meningkatkannya dengan pelatihan berpikir positif.

Saat individu memiliki pikiran yang positif maka individu tersebut akan yakin pada dirinya sendiri serta pada orang lain. Berkat pikiran yang positif seseorang menjadi lebih berkeinginan untuk mencoba hal-hal yang baru serta mencoba berbagai kesempatan (Asmani, 2009). Pikiran positif adalah pikiran yang dapat membangun dan memperkuat kepribadian dan karakter. Ini juga berarti bahwa kita bisa menjadi pribadi yang lebih matang, lebih berani menghadapi tantangan dan melakukan hal-hal yang sehat (Sakina, 2008).

Pelatihan berpikir positif adalah metode motivasi yang umum digunakan untuk meningkatkan sikap seseorang dan mendorong pertumbuhan diri. Sedangkan berpikir positif adalah aktivitas berpikir yang kita lakukan dengan tujuan untuk membangun dan membangkitkan aspek positif pada diri kita, baik itu yang berupa potensi, semangat, tekad maupun keyakinan diri kita (Arifin, 2011).

Berpikir positif juga dapat diartikan sebagai cara berpikir yang berangkat dari hal-hal baik, yang mampu menyulut semangat untuk melakukan perubahan menuju taraf hidup yang lebih baik. Dalam konteks inilah berpikir positif telah

menjadi sebuah sistem berpikir yang mengarahkan dan membimbing seseorang untuk meninggalkan hal-hal negatif yang bisa melemahkan semangat perubahan dalam jiwanya (Arifin, 2011).

Bahdal (2010) menegaskan pikiran positif adalah potensi dasar yang mendorong manusia untuk berbuat dan bekerja dengan menginvestasikan seluruh kemampuan kemanusiaannya. Pikiran positif adalah ketika merasa gelisah tetapi merasa senang yang lebih besar, memandang hal-hal yang mencerahkan dan tidak memenuhi akal dengan pikiran- pikiran negatif.

Hadirnya tokoh pelindung yang mampu memenuhi rasa aman para anak yatim akan mengurangi dampak negatif dari kondisi keyatimannya. Menurut pandangan ini keyatiman justru akan membuat seseorang yang yatim kuat dan tabah serta memberi peluang untuk mengembangkan sikap mandiri. Dengan kata lain, keyatiman merupakan kondisi potensial untuk mengembangkan kedewasaan secara lebih cepat dan mantap. Hal ini tentu bisa terwujud jika para pengasuhnya mampu melakukan pembinaan mental secara tepat (Bastaman, 2007).

Pentingnya pemberdayaan bagi anak yatim yaitu sebagai penguat bagi anak yatim agar memiliki keberdayaan yang mandiri. Mandiri adalah suatu suasana dimana seseorang mau dan mampu mewujudkan kehendak atau keinginan dirinya yang terlihat dalam tindakan atau perbuatan nyata guna menghasilkan sesuatu (barang atau jasa) demi pemenuhan kebutuhan hidupnya dan sesamanya (Antonius, 2000).

Sanusi (2012) mengemukakan bahwa diantara cita-cita pondok pesantren adalah menghasilkan santri yang mandiri dan membina diri agar tidak menggantungkan hidupnya kepada orang lain. Hal ini disebabkan selama di pondok

pesantren para santri tinggal jauh dari keluarga. Para santri dituntut untuk dapat menyelesaikan masalahnya secara mandiri.

Berdasarkan latar belakang masalah dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Perubahan kondisi keluarga akan menjadi hambatan dalam perkembangan seorang remaja, salah satunya adalah kematian orang tua. Kehilangan orang tua sangat memberikan dampak bagi keluarga, baik dampak ekonomi maupun pada perkembangan psikologis seorang anak yang kehilangan figur seorang ibu atau ayah. Anak mengalami krisis identitas sehingga dapat menyebabkan kurangnya pengenalan dan pemahaman remaja terhadap diri sehingga mengakibatkan penilaian terhadap diri dan kemampuan kurang cermat yang pada akhirnya dapat menimbulkan perasaan kurang percaya diri.

Individu dengan kepercayaan diri yang rendah adalah individu yang pesimis. Perasaannya dikendalikan oleh pendapat yang individu terima dari lingkungan. Hal ini tampak pada sebagian remaja yatim, dimana sebagian remaja menerima pendapat negatif dari lingkungan mengenai anak remaja yatim dan meyakini kebenaran tersebut. Berdasarkan permasalahan yang dialami remaja yatim pelatihan berpikir positif dapat menjadi pendukung remaja yatim untuk meningkatkan kepercayaan diri.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pelatihan berpikir positif dalam meningkatkan kepercayaan diri pada remaja yatim.

2. Manfaat

Secara umum manfaat penelitian ini adalah memberikan pelatihan kepada remaja yatim terkait berpikir positif sebagai bekal untuk meningkatkan kepercayaan diri.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat khususnya bagi:

- a. Remaja yatim agar mendapatkan pengetahuan terkait berpikir positif dan mampu meningkatkan kepercayaan diri dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Remaja yatim mampu menyeleksi pikiran-pikiran negatif yang timbul dengan menggantikannya dengan pikiran-pikiran yang positif guna meningkatkan kepercayaan diri.
- c. Kalangan praktisi klinis agar dapat menambah wawasan di dalam perkembangan ilmu psikologi klinis khususnya berpikir positif untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja yatim.

C. Keaslian Penelitian

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya sangat penting diungkapkan, karena dapat dipakai sebagai sumber informasi dan bahan dasar yang sangat berguna untuk mempermudah penulis dalam melakukan penelitian ini. Beberapa penelitian yang sejalan dengan penelitian ini, antara lain adalah:

1. Hasil penelitian yang berjudul Pelatihan Berpikir Positif untuk meningkatkan *Self Esteem* Pada Remaja Yatim Piatu Di Yogyakarta (Deasy, 2020). Desain eksperimen yang digunakan adalah *Uji Man-Whitney* dimana pengukuran dilakukan pada subjek yang berbeda dalam situasi yang berbeda pula. Penelitian dilakukan uji analisis kuantitatif terhadap 12 subjek. Berdasarkan hasil analisis diambil keputusan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor harga diri antara kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan pelatihan berpikir positif dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Persamaan penelitian Deasy (2020) dengan penelitian ini adalah pada variabel bebas, yaitu pelatihan berpikir positif yang digunakan sebagai intervensi. Sedangkan perbedaannya dengan penelitian ini adalah pada (1) Variabel terikat, Pada penelitian Deasy (2020) menggunakan harga diri sedangkan pada penelitian ini menggunakan kepercayaan diri. (2) Subjek, Penelitian Deasy (2020) menggunakan 12 subjek penelitian yang dibagi menjadi 6 subjek kelompok eksperimen dan 6 subjek kelompok kontrol. (3) Tempat, Pada penelitian Deasy (2020) dilakukan di panti asuhan yang mana subjek penelitian berada pada situasi yang sama yaitu tidak memiliki orang tua. Sedangkan pada penelitian ini tempat penelitian dilakukan di pondok pesantren yang mana para subjek penelitian tidak memiliki kondisi yang sama dengan lingkungan sekitar.

2. Hasil penelitian yang berjudul Pelatihan Asertivitas untuk memperkuat *self confidence* pada mahasiswa di Yogyakarta (Lestari, 2020). Penelitian ini menggunakan 10 subjek yang dibagi menjadi 5 subjek kelompok eksperimen dan 5 subjek kelompok kontrol. Desain penelitian yang digunakan adalah *pretest-posttest control group design*, dengan analisis *U-Mann Whitney* dan analisis *Wilcoxon rank test*. Hasil analisis *U-Mann Whitney* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara skor kepercayaan diri dari kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.

Persamaan penelitian Lestari (2020) dengan penelitian ini adalah pada variabel bebas, yaitu pelatihan berpikir positif yang digunakan sebagai intervensi. Sedangkan perbedaannya dengan penelitian ini adalah pada (1) Variabel terikat, Pada penelitian Lestari (2020) menggunakan Asertivitas sedangkan pada penelitian ini menggunakan kepercayaan diri. (2) Subjek,

Penelitian Lestari (2020) menggunakan 10 subjek penelitian yang dibagi menjadi 5 subjek kelompok eksperimen dan 5 subjek kelompok kontrol. (3) Tempat, Pada penelitian Lestari (2020) diberikan kepada mahasiswa di Yogyakarta yang mana subjek penelitian tidak berada pada situasi yang sama yaitu memiliki orang tua. Sedangkan pada penelitian ini tempat penelitian dilakukan di pondok pesantren yang mana para subjek penelitian memiliki kondisi tidak memiliki orang tua (ayah).

3. Hasil penelitian yang berjudul Intervensi Integrasi perubahan perilaku (IPP) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP Kelas VII (Kurniawan, 2012). Partisipasi penelitian terdiri dari 45 Siswa, dimana terbagi menjadi tiga kelompok. Kelompok pertama (diberi intervensi IPP), Kelompok kedua (diberi materi tentang kepercayaan diri melalui metode ceramah atau satu arah), Kelompok ketiga (tanpa perlakuan). Analisis data yang digunakan adalah analisis kuantitatif dan kualitatif. Analisis kuantitatif dilakukan dengan menghitung beda pada kelompok eksperimen, kelompok ceramah dan kontrol. Sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan digunakan Uji Anava. Data analisis kualitatif diperoleh berdasarkan hasil observasi terhadap partisipan.

Persamaan penelitian Kurniawan (2012) dengan penelitian ini adalah pada variabel Terikat, yaitu Kepercayaan diri. Sedangkan perbedaannya dengan penelitian ini adalah pada (1) Variabel bebas, Pada penelitian Kurniawan (2012) menggunakan Intervensi Integrasi Perubahan Perilaku (IPP) sedangkan pada penelitian ini menggunakan Pelatihan Berpikir Positif. (2) Subjek, Penelitian Kurniawan (2012) menggunakan 45 subjek penelitian yang dibagi menjadi 15 subjek kelompok I (diberi intervensi IPP), 15 subjek kelompok II (diberi materi tentang kepercayaan diri melalui metode ceramah atau satu arah), 15 Subjek

kelompok III (tanpa perlakuan). (3) Tempat, Pada penelitian Kurniawan (2012) dilakukan untuk siswa SMP yang mana subjek penelitian tidak berada pada situasi yang sama yaitu memiliki orang tua. Sedangkan pada penelitian ini tempat penelitian dilakukan di pondok pesantren yang mana para subjek penelitian tidak memiliki orang tua.

4. Hasil penelitian yang berjudul Pelatihan Berpikir Positif Terhadap Konsep Diri Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan (Putri, 2017). Desain eksperimen yang digunakan adalah *between subject design* dimana pengukuran dilakukan pada subjek yang berbeda dalam situasi yang berbeda pula. Penelitian dilakukan uji analisis kuantitatif terhadap 30 subjek. Pemilihan subjek menggunakan metode *purposive sampling* yakni remaja yang tinggal di Yayasan panti asuhan pada rentang usia 13-17 tahun. Dari hasil *Independent Sampel t-Test*, menunjukkan nilai $p < 0.05$ ($p = 0.003$). Berdasarkan hasil analisis diambil keputusan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor konsep diri antara kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan pelatihan berpikir positif dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Persamaan penelitian Putri (2017) dengan penelitian ini adalah pada variabel bebas, yaitu pelatihan berpikir positif yang digunakan sebagai intervensi. Sedangkan perbedaannya dengan penelitian ini adalah pada (1) Variabel terikat, Pada penelitian Putri (2017) menggunakan konsep diri sedangkan pada penelitian ini menggunakan kepercayaan diri. (2) Subjek, Penelitian Putri (2017) menggunakan 30 subjek penelitian yang dibagi menjadi 15 subjek kelompok eksperimen dan 15 subjek kelompok kontrol pada rentang usia 13-17 tahun. (3) Tempat, Pada penelitian Putri (2017) dilakukan di panti asuhan yang mana subjek penelitian berada pada situasi yang sama yaitu tidak memiliki orang tua. Sedangkan pada penelitian ini tempat penelitian dilakukan di pondok pesantren yang mana para subjek penelitian tidak memiliki kondisi yang sama dengan lingkungan sekitar.