



## Dukungan Sosial Teman Sebaya untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok

Daffa Pasya Islami<sup>1\*</sup>, Muhammad Sahrul<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup>Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas

Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

Email: [daffapasya7@gmail.com](mailto:daffapasya7@gmail.com)<sup>1</sup>

Alamat: Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Timur., Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

\*Penulis Korespondensi

**Abstract.** *This study investigates the role of peer social support in enhancing self-confidence among adolescents at the Amal Wanita An-Nur Orphanage in Depok, Indonesia. Adolescents living in orphanages often experience psychological challenges, including low self-confidence and limited social interaction, which can affect their personal growth and future orientation. The objective of this research is to explore how peer social support contributes to strengthening self-confidence and to identify the forms, driving factors, and obstacles of such support. A qualitative descriptive method was applied through observation, interviews, and documentation, involving seven informants consisting of the orphanage head, caregivers, and adolescents. Findings show that three types of support emotional, appraisal, and informational play a dominant role in fostering self-confidence. Emotional support was expressed through empathy and active listening, appraisal support was provided through recognition of achievements and encouragement, while informational support involved advice and constructive feedback. Meanwhile, instrumental and network support were less emphasized due to limited resources. Despite the presence of barriers such as feelings of inferiority, miscommunication, and differences in emotional readiness, peer support proved effective in motivating adolescents, strengthening their resilience, and fostering positive self-perception. The implications suggest the need for structured peer-support programs, facilitated by caregivers and social workers, to maximize adolescents' potential and prepare them for future challenges. Thus, this study demonstrates that peer social support serves not only as a protective factor but also as a social learning tool that shapes adolescents' interpersonal skills. Targeted programs can increase self-confidence, expand social relationships, and create a more supportive and inclusive nursing home environment.*

**Keywords:** *Orphanages; Peers; Self-Confidence; Social Support; Teenagers.*

**Abstrak.** Penelitian ini mengkaji peran dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok. Remaja yang tinggal di panti asuhan kerap menghadapi tantangan psikologis, termasuk rendahnya kepercayaan diri dan keterbatasan interaksi sosial yang dapat memengaruhi perkembangan pribadi serta orientasi masa depan mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk menelaah bagaimana dukungan sosial teman sebaya berkontribusi dalam memperkuat kepercayaan diri serta mengidentifikasi bentuk, faktor pendorong, dan hambatannya. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan melibatkan tujuh informan yang terdiri atas ketua panti, pengasuh, dan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga bentuk dukungan emosional, penghargaan, dan informasi berperan dominan dalam membangun kepercayaan diri. Dukungan emosional diwujudkan melalui empati dan kesediaan mendengarkan, dukungan penghargaan melalui pengakuan atas pencapaian dan dorongan semangat, sedangkan dukungan informasi berupa nasihat dan masukan konstruktif. Sementara itu, dukungan instrumen dan jejaring sosial kurang menonjol karena keterbatasan sumber daya. Kendala terdapat hambatan berupa rasa minder, kesalahpahaman, serta perbedaan kesiapan emosional, dukungan teman sebaya terbukti efektif memotivasi remaja, memperkuat ketahanan diri, serta menumbuhkan citra diri positif. Implikasi dari penelitian ini menekankan pentingnya program dukungan teman sebaya yang terstruktur dengan fasilitasi pengasuh dan pekerja sosial guna memaksimalkan potensi remaja serta mempersiapkan mereka menghadapi tantangan masa depan. Dengan demikian, penelitian ini memperlihatkan bahwa dukungan sosial teman sebaya tidak hanya berfungsi sebagai faktor protektif, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran sosial yang membentuk keterampilan interpersonal remaja. Program yang terarah mampu meningkatkan rasa percaya diri, memperluas relasi sosial, serta menciptakan lingkungan panti yang lebih suportif dan inklusif.

**Kata kunci:** Panti Asuhan; Teman Sebaya; Kepercayaan Diri; Dukungan Sosial; Remaja.

## **1. LATAR BELAKANG**

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan remaja karena berpengaruh pada prestasi akademik, interaksi sosial, serta kesehatan mental. Remaja dengan tingkat kepercayaan diri yang baik cenderung lebih optimis dalam menghadapi tantangan hidup. Namun, tidak sedikit remaja yang mengalami penurunan kepercayaan diri akibat tekanan akademik, pengaruh media sosial, serta kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar. Hidayati dan Savira (2021) menyebutkan bahwa kecenderungan membandingkan diri secara berlebihan, terutama melalui media sosial, dapat memperburuk rasa rendah diri. Temuan Indonesia Adolescent Mental Health Survey (2022) juga menunjukkan bahwa 34,9% remaja di Indonesia pernah mengalami rasa kurang percaya diri yang berdampak pada motivasi belajar, relasi sosial, dan kesejahteraan mental.

Remaja yang tinggal di panti asuhan menghadapi tantangan yang lebih kompleks. Perasaan kurang mendapatkan dukungan emosional dan sosial dari keluarga seringkali menimbulkan perasaan rendah diri, malu, atau tidak berharga ketika berinteraksi dengan lingkungan luar. Hal ini berdampak pada kesulitan beradaptasi, keterhambatan dalam mengemukakan pendapat, dan minimnya partisipasi dalam kegiatan akademik maupun sosial. Dalam konteks ini, dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran penting untuk menciptakan rasa diterima, dihargai, serta memberikan motivasi dalam menghadapi kesulitan. Teman sebaya di panti asuhan dapat menjadi sumber dukungan emosional, penghargaan, informasi, dan instrumental yang relevan dengan kebutuhan remaja.

Beberapa penelitian terdahulu menyoroti upaya peningkatan kepercayaan diri remaja di panti asuhan. Lestari dan Pasilaputra (2024) menunjukkan bahwa layanan bimbingan konseling individual di Panti Asuhan Aur Pakan Kamis mampu meningkatkan rasa percaya diri anak asuh. Fitri dan Afrida (2024) menekankan peran panti asuhan dalam memberikan kesempatan bagi anak untuk berinteraksi dengan masyarakat luar sebagai sarana membangun kepercayaan diri. Meskipun demikian, penelitian tersebut lebih menitikberatkan pada fungsi institusi panti atau layanan konseling, belum secara mendalam menyoroti mekanisme dukungan sosial teman sebaya. Sementara itu, penelitian Rizki (2023) menekankan efektivitas dukungan sebaya yang mencakup aspek emosional, penghargaan, instrumental, informasi, dan jaringan sosial. Hal ini menunjukkan adanya celah penelitian terkait bagaimana dinamika dukungan teman sebaya di panti asuhan secara langsung memengaruhi kepercayaan diri remaja.

Berdasarkan gap tersebut, penelitian ini memiliki urgensi untuk menggali lebih dalam peran teman sebaya dalam membangun kepercayaan diri remaja di panti asuhan. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus analisis terhadap mekanisme dukungan sebaya dalam konteks

kehidupan anak asuh yang memiliki keterbatasan dukungan keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana bentuk dukungan sosial teman sebaya berkontribusi terhadap peningkatan kepercayaan diri remaja di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok, sehingga dapat memberikan wawasan baru mengenai pentingnya lingkungan sosial yang positif dalam mendukung perkembangan psikososial remaja.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Kajian ini menguraikan landasan konseptual mengenai dukungan sosial, teman sebaya, dan kepercayaan diri dalam perkembangan remaja, khususnya yang berada di panti asuhan. Selain itu, pembahasan mengenai penelitian terdahulu disajikan untuk menegaskan celah penelitian serta arah kebaruan yang ditawarkan.

### **Dukungan Sosial**

Dukungan sosial dipahami sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan, informasi, dan bantuan nyata yang diperoleh individu dari jejaring sosialnya. Menurut Sarafino, dukungan sosial terbagi dalam lima dimensi, yakni emosional, penghargaan, instrumental, informasional, dan jaringan sosial. Dalam konteks perkembangan remaja, kelima dimensi ini bekerja bukan hanya sebagai mekanisme protektif terhadap stres, melainkan juga sebagai sarana penting untuk menumbuhkan rasa memiliki, meningkatkan harga diri, serta membangun keyakinan pada kemampuan diri. Bagi remaja panti asuhan yang minim dukungan keluarga, keberadaan dukungan sosial menjadi fondasi psikologis yang sangat menentukan.

### **Teman Sebaya**

Teman sebaya merupakan kelompok individu dengan usia, tahap perkembangan, dan status sosial yang relatif setara. Santrock menekankan bahwa interaksi dengan teman sebaya menyediakan pengalaman belajar sosial yang intens, mulai dari pertukaran informasi, pembentukan norma, hingga keterampilan menyelesaikan konflik. Kehadiran teman sebaya juga memberi ruang bagi remaja untuk mengonfirmasi identitas dirinya, merasa diterima, dan memperoleh penguatan psikologis. Dalam kehidupan panti asuhan, intensitas kebersamaan membuat dukungan teman sebaya berperan ganda, yakni sebagai pendamping sehari-hari sekaligus sebagai sistem dukungan emosional yang mampu menggantikan keterbatasan dukungan keluarga.

### **Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri atau self-confidence merupakan keyakinan positif seseorang terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tuntutan dan mencapai tujuan. Individu dengan kepercayaan diri tinggi ditandai oleh keyakinan akan kemampuan, sikap optimis, kemampuan

menilai situasi secara objektif, tanggung jawab atas pilihan, serta cara berpikir yang rasional dan realistis. Pada masa remaja, kepercayaan diri yang baik mendorong keberanian untuk berekspresi, keterlibatan sosial, dan pencapaian prestasi. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri membuat remaja cenderung menarik diri, merasa cemas, dan menghindari tantangan. Faktor pembentuk kepercayaan diri dapat berasal dari aspek internal seperti kondisi fisik, usia, jenis kelamin, dan harga diri, maupun aspek eksternal seperti pendidikan, pengalaman keberhasilan, dan dukungan sosial.

### **Sintesis Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa anak asuh di panti sering menghadapi masalah rendahnya kepercayaan diri. Studi yang menitikberatkan pada peran institusi panti dan pembina menemukan bahwa sebagian besar anak asuh masih mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pendapat, takut tampil di depan umum, serta bergantung pada orang lain dalam pengambilan keputusan. Intervensi yang digunakan dalam penelitian-penelitian tersebut umumnya berupa layanan bimbingan konseling individual maupun kelompok. Sementara itu, penelitian lain menyoroti dukungan sebaya sebagai faktor penting dalam mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan keberanian sosial. Meski demikian, sebagian besar penelitian masih bersifat deskriptif dan berfokus pada sistem formal, sementara mekanisme dukungan sosial teman sebaya sehari-hari di panti asuhan belum banyak digali secara mendalam.

### **Kebaruan dan Arah Penelitian**

Kesenjangan penelitian muncul karena masih terbatasnya kajian mengenai bagaimana dukungan teman sebaya dalam kehidupan sehari-hari di panti asuhan dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja. Penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan mengoperasionalkan dimensi-dimensi dukungan sosial secara spesifik dalam konteks komunal panti. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar perancangan intervensi berbasis sebaya yang lebih kontekstual, efisien, dan berkelanjutan. Arah pengujian implisit yang diangkat adalah bahwa dukungan sosial teman sebaya berasosiasi positif dengan peningkatan kepercayaan diri remaja, dengan masing-masing dimensi dukungan memberikan kontribusi berbeda.

Dengan demikian, kajian teoritis ini menempatkan dukungan sosial teman sebaya sebagai landasan konseptual utama dalam memahami variasi kepercayaan diri remaja di panti asuhan. Integrasi teori dukungan sosial, perkembangan remaja, dan konsep self-confidence menghasilkan kerangka analisis yang tidak hanya memperkuat dasar akademis penelitian ini, tetapi juga memberikan kontribusi praktis dalam merancang program penguatan berbasis sebaya bagi remaja di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok.

### **3. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur, Depok, yang merupakan yayasan swasta menampung anak-anak dari berbagai daerah. Waktu penelitian berlangsung selama dua bulan, yaitu September hingga Oktober. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif. Pendekatan ini dipilih untuk memahami fenomena dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja sebagaimana adanya di konteks alami panti asuhan. Menurut Sugiyono (2023), penelitian kualitatif menekankan makna, pemahaman, serta interpretasi mendalam daripada generalisasi.

Populasi penelitian adalah seluruh remaja di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur, sedangkan sampel penelitian ditentukan dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu. Informan terdiri dari tujuh orang, yaitu satu ketua panti, dua pengasuh, dan empat remaja berusia 14–18 tahun yang telah tinggal minimal empat tahun di panti. Pemilihan ini bertujuan agar data yang diperoleh merepresentasikan perspektif pengelola, pendamping, dan remaja itu sendiri.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk melihat langsung interaksi antarremaja dan dinamika dukungan sosial. Wawancara semi-terstruktur digunakan untuk menggali pengalaman subjektif informan, baik pengurus maupun remaja. Dokumentasi berupa catatan panti, foto kegiatan, dan arsip internal digunakan sebagai pelengkap. Keabsahan data diuji dengan triangulasi sumber dan metode untuk memastikan kredibilitas.

Instrumen penelitian berupa pedoman wawancara yang disusun berdasarkan teori dukungan sosial (emosional, penghargaan, instrumental, informasional, jaringan sosial) dan indikator kepercayaan diri (keyakinan kemampuan, optimisme, tanggung jawab, objektivitas, rasionalitas). Pertanyaan dirancang untuk menggali pengalaman, persepsi, serta bentuk nyata dukungan teman sebaya yang berhubungan dengan kepercayaan diri remaja. Hasil uji validitas isi menunjukkan bahwa instrumen layak digunakan, sedangkan reliabilitas terjaga melalui konsistensi data yang diperoleh lintas informan.

Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan/verifikasi. Reduksi data dilakukan dengan merangkum dan memfokuskan informasi penting, penyajian data dilakukan secara naratif, dan kesimpulan ditarik untuk menemukan pola serta menjawab fokus penelitian. Analisis bersifat induktif sehingga temuan penelitian diharapkan memberikan pemahaman baru terkait peran dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja di panti asuhan.

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **Konteks Lokasi Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur, sebuah lembaga kesejahteraan sosial berbasis komunitas di Kota Depok yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan dasar, pendidikan, dan pembinaan karakter anak asuh. Secara historis, panti ini berdiri pada tahun 1981 di Jl. Pemuda, Depok Lama, lalu pada 1987 pindah dan berkembang di Jl. Parung Blimbing, RT 02/01, Ratu Jaya, Kec. Cipayung, Kota Depok, Jawa Barat 16439. Perpindahan dan perluasan sarana didorong oleh dukungan masyarakat, termasuk hibah yang terhimpun melalui kegiatan amal, sehingga panti memiliki ruang layanan yang lebih memadai.

Konteks kelembagaan panti ditandai visi “MANTAP” (Mutu, Amanah, Taqwa, dan Aktif) dengan misi peningkatan kualitas sumber daya manusia berlandaskan keimanan, ketakwaan, dan ilmu pengetahuan. Program inti meliputi kesejahteraan sosial, mental, dan spiritual (shalat berjamaah, tilawah dan tahfiz, muhadharah, hadroh); pendidikan formal melalui akses sekolah negeri/swasta di luar panti agar anak asuh terpapar interaksi sosial yang lebih luas; layanan kesehatan dan gizi; olahraga rutin; rekreasi tahunan; serta partisipasi dalam kegiatan Dinas Sosial Kota Depok.

Secara demografis, panti menampung 25 anak asuh (14 laki-laki dan 11 perempuan) dengan 13 pengurus yang mencakup pengurus yayasan dan staf operasional. Anak asuh berasal dari berbagai daerah, tidak hanya Jabodetabek dan Jawa Barat tetapi juga wilayah lain seperti Lampung, Sumatra, dan Nusa Tenggara Timur. Latar belakang dominan adalah yatim, piatu, atau dhuafa, sehingga kebutuhan akan lingkungan yang aman, suportif, dan terstruktur menjadi krusial. Jejak alumni yang beragam ASN, kepolisian, tenaga pendidik, pekerja kantoran, hingga wirausahawan menunjukkan mobilitas sosial yang memungkinkan dan menjadi narasi inspiratif bagi anak asuh saat ini.

Secara fisik, Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur memiliki fasilitas lengkap dan kegiatan harian yang terstruktur, mulai dari ibadah, sekolah, hingga pembinaan malam. Pola hidup komunal dengan interaksi intensif menjadikan panti sebagai ekosistem sosial yang tepat untuk mempelajari dukungan teman sebaya dan kaitannya dengan kepercayaan diri remaja. Konteks lokasi yang memadukan sejarah komunitas, jaringan dukungan, dan program terstruktur membentuk latar yang relevan bagi fokus penelitian ini.

##### **Hasil Analisis Tematik: Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja. Analisis tematik mengidentifikasi lima bentuk utama dukungan sosial, yakni dukungan

emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan jejaring sosial. Setiap bentuk dukungan muncul dalam interaksi sehari-hari anak asuh, baik melalui percakapan informal, kegiatan komunal, maupun kegiatan terstruktur yang diselenggarakan panti.

### ***Dukungan Emosional***

Dukungan emosional muncul melalui sikap saling mendengarkan, memberikan motivasi, serta menciptakan rasa aman dalam berbagi perasaan. Remaja di panti mengungkapkan bahwa teman sebaya menjadi pihak pertama yang mereka tuju ketika menghadapi masalah atau merasa minder. Seorang informan menyampaikan:

*“Ketika teman-teman sedang menghadapi masalah atau merasa minder, saya mencoba menjadi pendengar yang baik tanpa menghakimi dan membantu mereka merasa tidak sendirian dan lebih nyaman berbagi perasaan, yang secara perlahan meningkatkan rasa percaya diri mereka.” (MAH, WBS)*

Informan lain menekankan bahwa dukungan emosional tidak hanya berupa mendengarkan, tetapi juga memberi dorongan untuk bangkit kembali:

*“Biasanya mendengarkan dengan menanyakan sebab yang membuat mereka tidak yakin, dan kemudian memberikan sedikit motivasi agar mereka bisa bangkit kembali.” (OPR, WBS)*

Temuan ini sejalan dengan teori bahwa dukungan emosional berfungsi sebagai *buffer* psikologis, yang membantu individu mengurangi kecemasan dan meningkatkan keyakinan diri.

### ***Dukungan Penghargaan***

Dukungan penghargaan ditunjukkan melalui apresiasi terhadap prestasi maupun usaha remaja dalam keseharian. Bentuk ini berperan penting dalam memperkuat harga diri dan menumbuhkan rasa bangga atas capaian yang diperoleh. Seorang remaja menjelaskan:

*“Ketika teman telah bisa menyelesaikan hafalannya, dari awal mungkin belum terlalu hafal sampai jadi lancar hafalannya. Biasanya memberikan apresiasi kepada teman ketika mendapatkan prestasi maupun hal lainnya.” (S, WBS)*

Informan lain menegaskan pentingnya pujian yang spesifik agar lebih bermakna:

*“Waktu yang tepat yaitu ketika teman berhasil mencapai tujuannya seperti, dia berhasil melakukan hafalan yang awalnya belum lancar menjadi lebih lancar. Lalu upaya yang diberikan yaitu saya sering memberikan pujian yang spesifik tentang hal-hal yang saya lihat pada teman-teman, seperti kemampuan mereka dalam melakukan sesuatu atau sikap positif yang mereka tunjukkan.” (MAH, WBS)*

Pengasuh juga memberi dukungan penghargaan dengan cara mengakui keterampilan maupun pencapaian kecil remaja:

*“Biasanya saya memberikan apresiasi secara langsung, menyampaikan penghargaan atas usaha atau pencapaian yang telah dicapai oleh remaja baik dari akademiknya maupun hal-hal kecil, dan keterampilan yang dimiliki oleh para remaja itu bisa mengembangkan kemampuan remaja dan membangkitkan rasa kepercayaan dirinya.” (RD, Pengasuh)*

### **Dukungan Instrumental**

Dukungan instrumental terwujud dalam bentuk bantuan nyata, baik dalam kegiatan belajar, aktivitas kelompok, maupun partisipasi lomba. Dukungan ini meringankan beban remaja dan menumbuhkan keberanian untuk mencoba hal baru.

*“Biasanya kalau dia lagi kesulitan belajar, aku bilang, ‘Mau belajar bareng? Aku bisa bantu kok.’ Atau kalau dia lagi ragu melakukan sesuatu, aku bilang, ‘Ayo bareng, aku temenin.’” (S, WBS)*

Selain itu, ada juga bentuk dukungan berupa kesempatan untuk menyalurkan potensi:

*“Biasanya saya memberi kesempatan kepada teman untuk berbagi kemampuan atau kekuatan mereka dalam kelompok, seperti berbicara tentang keahlian mereka dalam hal tertentu. Misal ketika sedang berkumpul saat latihan marawis, kami biasa saling membantu satu sama lain saat ada yang mengalami kesulitan.” (A, WBS)*

Pengasuh memperkuat dukungan ini dengan mengatur jadwal kegiatan sesuai minat remaja:

*“Biasanya saya mengatur jadwal rutin untuk latihan atau kegiatan yang sesuai dengan potensi mereka. Misalnya, jadwal latihan musik, sesi latihan olahraga, atau waktu untuk mempraktikkan keterampilan tertentu. Lalu ketika ada anak yang berprestasi, kami mencari peluang bagi remaja untuk berpartisipasi dalam lomba atau program komunitas.” (RR, Pengasuh)*

### **Dukungan Informasional**

Dukungan informasional muncul dalam bentuk nasihat, panduan, dan dorongan untuk melihat sisi positif. Informan menjelaskan bahwa pendekatan ini membantu teman sebaya untuk lebih percaya diri menghadapi tantangan.

*“Biasanya upaya yang saya berikan mengajak teman untuk merefleksikan kekuatan dan kualitas positif dalam diri mereka, serta bantu mereka mengenali potensi yang sudah ada.” (MAH, WBS)*

Kualitas bahasa yang digunakan juga penting agar teman tidak merasa dihakimi:

*“Biasanya saat memberikan nasihat, penting untuk menggunakan kata-kata yang positif dan penuh dukungan. Hindari bahasa yang bisa membuat teman merasa terhakimi atau merendahkan diri mereka.” (OPR, WBS)*

Pengasuh menambahkan bahwa informasi relevan membantu remaja mengambil keputusan dengan lebih percaya diri:

*“Upaya yang biasanya saya lakukan dengan memberikan informasi yang relevan seperti cara menghadapi tantangan atau pengembangan diri, lalu memotivasi remaja untuk mengambil keputusan yang tepat.” (RD, Pengasuh)*

### ***Dukungan Jejaring Sosial***

Dukungan jejaring sosial di panti ditandai dengan kebersamaan dalam aktivitas kelompok yang membangun ikatan emosional serta memberikan ruang ekspresi diri.

*“Biasanya sih aku melakukan kegiatan bersama ketika sedang latihan marawis bersama, itu bentuk dalam menyatukan chemistry dan bisa meningkatkan kepercayaan diri kami.” (S, WBS)*

Interaksi yang terbuka juga menjadi kunci terciptanya jaringan sosial yang mendukung:

*“Biasanya membangun komunikasi yang terbuka dan jujur. Dengan berbicara tentang perasaan dan pengalaman masing-masing, mereka bisa saling memahami lebih dalam dan lebih mudah membangun kepercayaan.” (OPR, WBS)*

Pengasuh mengamati bahwa kebiasaan berkumpul dan berbincang bersama membantu remaja lebih terbuka dan berani mengekspresikan pendapat:

*“Lebih sering-sering ngumpul dengan para remaja dan ngobrol bareng. Itu membuat mereka jadi lebih terbuka dan berani mengungkapkan sesuatu.” (RR, Pengasuh)*

### **Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat dari Pelaksanaan Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan dukungan sosial teman sebaya di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok tidak berlangsung secara mulus tanpa hambatan. Di satu sisi, terdapat sejumlah faktor pendukung yang memperkuat hubungan antarremaja dan mendorong tumbuhnya kepercayaan diri. Di sisi lain, terdapat pula faktor penghambat yang menghalangi remaja untuk memberikan atau menerima dukungan secara optimal.

#### ***Faktor Pendukung***

Faktor pendukung yang paling menonjol adalah kuatnya rasa kekeluargaan di antara anak asuh. Intensitas kebersamaan yang tinggi membuat mereka merasa saling memiliki, sehingga memunculkan kepedulian yang tulus. Seorang informan mengungkapkan:

*“Faktor pendukung dari dukungan sosial teman sebaya pastinya dari remaja di sini mendukung satu sama lain dalam segi apa pun masalahnya, lalu peduli jika ada yang sakit ataupun sedang mengalami kesulitan dan memberikan arahan antar WBS lainnya karena bagaimanapun kami di sini sudah seperti keluarga.” (S, WBS)*

Informan lain menekankan bahwa dukungan sebaya tidak hanya berupa kepedulian, tetapi juga kehadiran panutan yang mampu menginspirasi. Hal ini memperkuat semangat untuk membangun rasa percaya diri:

*“Faktor pendukung dari dukungan sosial di sini sudah mendukung satu sama lain, dan membantu jika ada teman yang merasa kesulitan, dan saya berharap ada teman-teman yang dapat menjadi panutan dalam menunjukkan bahwa kepercayaan diri dapat dibangun, sehingga kami semua terinspirasi untuk lebih percaya pada diri sendiri.” (MAH, WBS)*

Selain itu, remaja juga merasakan adanya pengaruh positif yang mendorong mereka untuk bersama-sama bangkit ketika menghadapi kesulitan.

*“Faktor pendukung dari dukungan sosial di sini adanya dukungan sosial pada teman sebaya ini bisa membantu teman-teman yang lain untuk bangkit bersama, bisa lebih percaya diri, dan bisa memberikan hal-hal positif di lingkungan ini.” (OPR, WBS)*

Pengasuh turut mengamati faktor pendukung tersebut, khususnya dalam bentuk kekompakan dan kesadaran sosial yang perlahan tumbuh di kalangan remaja.

*“Faktor pendukung dari dukungan sosial di panti pastinya sudah berjalan dengan baik, karena semuanya terlihat kompak dari segi kepedulian satu sama lain, lalu kesadaran diri juga perlahan mulai dibangun dalam benak remaja di panti ini, makanya proses dukungan sosial ini masih terus berlanjut agar meningkatkan kesadaran diri dari masing-masing remaja dan bisa meningkatkan kepercayaan diri remaja.” (RR, Pengasuh)*

Dengan demikian, faktor pendukung utama dapat dirangkum sebagai kombinasi dari rasa kekeluargaan, kepedulian, kekompakan, dan kehadiran figur panutan yang memberi contoh nyata.

### **Faktor Penghambat**

Di sisi lain, terdapat faktor-faktor penghambat yang muncul dalam interaksi sehari-hari. Hambatan pertama berkaitan dengan keterbatasan individu dalam memahami cara terbaik untuk mendukung teman sebaya. Seorang remaja menyatakan:

*“Untuk penghambatnya sih paling terkadang saya merasa sulit memahami bagaimana cara terbaik untuk mendukung teman tertentu. Saya mungkin takut salah ucap atau mungkin saya khawatir kata-kata atau tindakan saya akan disalahartikan oleh teman. Bukannya membantu, saya takut malah melukai perasaan mereka.” (S, WBS)*

Hambatan lain berupa rasa minder yang dialami sebagian remaja, yang membuat mereka kurang percaya diri untuk memberikan dukungan.

*“Penghambatnya yaitu, saya merasa minder terhadap teman lain, saya sering merasa kemampuan atau kelebihan saya tidak sebaik teman-teman lain. Jika melihat mereka berhasil,*

*saya justru merasa tidak cukup baik. Dan saya takut akan kegagalan karena jika saya ingin mencoba sesuatu, sering kali muncul rasa takut gagal atau diejek jika tidak berhasil.” (MAH, WBS)*

Perbedaan latar belakang emosional juga menjadi tantangan. Seorang informan menjelaskan:

*“Kendalanya setiap teman memiliki latar belakang dan pengalaman emosional yang berbeda. Beberapa teman mungkin lebih terbuka, sementara yang lain lebih tertutup atau enggan berbagi. Dan ini membuat saya sulit untuk memberikan dukungan yang tepat kepada setiap teman, karena saya perlu menyesuaikan pendekatan berdasarkan kebutuhan emosional masing-masing.” (OPR, WBS)*

Pengasuh mengonfirmasi hambatan ini dengan menyoroti perbedaan karakter dan rendahnya empati di sebagian remaja:

*“Faktor penghambatnya mungkin dari perbedaan karakter remaja ya pastikan berbeda-beda, dan masih adanya kurang empati terhadap teman sebaya. Mungkin tantangan-tantangan ini membutuhkan perhatian yang berkelanjutan untuk menghadapi kesulitan-kesulitan ini. Namun, dengan menggunakan pendekatan yang sabar, konsisten, dan penuh kasih sayang, saya percaya bahwa lingkungan yang mendukung peningkatan kepercayaan diri melalui dukungan teman sebaya dapat terus diciptakan.” (RD, Pengasuh)*

Secara umum, faktor penghambat meliputi keterbatasan keterampilan interpersonal, rasa minder, perbedaan karakter dan kesiapan emosional, serta kecenderungan sebagian remaja untuk menutup diri. Hambatan ini menunjukkan bahwa dukungan sebaya tidak selalu hadir secara otomatis, melainkan membutuhkan kesadaran, keterampilan komunikasi, dan sensitivitas emosional.

### **Aspek-Aspek Penguatan Kepercayaan Diri**

Analisis hasil penelitian mengidentifikasi tujuh aspek utama yang mendukung peningkatan kepercayaan diri remaja di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok. Setiap aspek tercermin dari pengalaman sehari-hari anak asuh serta dukungan yang mereka terima, baik dari teman sebaya maupun pengasuh.

### ***Memahami dan Mengenali Diri Sendiri***

Pemahaman terhadap kekuatan dan kelemahan pribadi menjadi fondasi penting bagi kepercayaan diri. Remaja yang mampu mengidentifikasi potensi diri lebih siap menghadapi tantangan. Salah satu informan menyatakan:

*“Saya merasa kekuatan utama saya adalah kemampuan untuk berpikir kreatif dan memecahkan masalah, sementara kelemahan saya adalah kadang terlalu perfeksionis, sehingga butuh lebih banyak waktu untuk menyelesaikan sesuatu.” (MAH, WBS)*

Hal senada disampaikan remaja lain yang menekankan kekuatan dalam komunikasi meski masih perlu belajar fleksibilitas:

*“Saya merasa memiliki kemampuan berkomunikasi dengan baik, meskipun terkadang saya masih perlu belajar lebih fleksibel dalam menghadapi situasi tidak terencana.” (OPR, WBS)*

Kesadaran diri ini membuat remaja lebih realistis menilai situasi sekaligus memelihara motivasi untuk terus berkembang.

### **Menentukan Tujuan yang Jelas**

Kepercayaan diri juga tumbuh ketika remaja memiliki arah yang jelas dalam hidupnya. Penetapan tujuan memberikan motivasi intrinsik untuk berusaha. Seorang informan mengungkapkan:

*“Tujuan ketika saya telah lulus dari panti asuhan ini saya akan bekerja untuk membantu kedua orang tua, karena saya tidak mau selalu merepotkan mereka terus.” (MAH, WBS)*

Sementara itu, orientasi pendidikan juga menjadi tujuan utama:

*“Saya ingin mencapai pendidikan yang lebih baik dan mengembangkan keterampilan yang dapat membantu meraih masa depan yang lebih cerah, baik dalam bidang akademik maupun keterampilan praktis.” (OPR, WBS)*

Kutipan ini menunjukkan bahwa kejelasan tujuan hidup memperkuat keyakinan remaja akan kemampuannya dalam menghadapi masa depan.

### **Melakukan Tindakan**

Kepercayaan diri tidak hanya dibentuk melalui refleksi, tetapi juga lewat tindakan nyata, sekecil apa pun. Informan menggambarkan usaha mereka membiasakan diri melakukan tindakan positif:

*“Setiap hari saya selalu menulis satu pencapaian kecil yang saya raih untuk menghargai kemajuan diri saya, sekecil apa pun itu.” (MAH, WBS)*

Upaya sederhana lain ditunjukkan melalui latihan komunikasi mandiri:

*“Saya selalu berlatih berbicara di depan cermin untuk meningkatkan kemampuan komunikasi lalu juga untuk meningkatkan kepercayaan diri.” (OPR, WBS)*

Tindakan kecil yang konsisten membentuk pengalaman keberhasilan, yang secara kumulatif memperkuat rasa percaya diri.

### ***Membangun Dukungan Sosial***

Dukungan sosial dari teman sebaya berfungsi sebagai “scaffold” psikososial yang memperkuat keyakinan diri. Remaja menegaskan pentingnya keterlibatan aktif dalam relasi sosial:

*“Saya biasanya aktif dalam menghubungi teman-teman atau keluarga untuk berbagi cerita, dengan mendengarkan keluh kesah mereka, dan memberikan dukungan emosional untuk saling menguatkan.” (MAH, WBS)*

Aktivitas kelompok juga menjadi sarana penguatan:

*“Saya biasanya bergabung dengan kelompok atau komunitas yang memiliki minat dan tujuan yang sama misalnya seperti muhadharah maupun marawis untuk membangun hubungan yang positif.” (OPR, WBS)*

Dengan membangun dukungan sosial, remaja merasa diterima dan lebih percaya diri untuk mengekspresikan diri di ruang sosial yang lebih luas.

### ***Menjaga Kesehatan Mental dan Fisik***

Kesehatan mental dan fisik merupakan prasyarat penting bagi kepercayaan diri. Remaja menyadari pentingnya gaya hidup sehat untuk menjaga energi positif. Salah seorang informan menjelaskan:

*“Saya biasanya rutin melakukan olahraga setidaknya tiga kali dalam seminggu dengan teman sebaya yang berada di panti untuk menjaga kebugaran fisik dan meningkatkan suasana hati.” (MAH, WBS)*

Selain olahraga, pola tidur dan aktivitas rekreatif juga dijaga:

*“Saya biasanya menjaga pola tidur yang teratur, karena tidur yang cukup membantu saya merasa lebih segar dan siap menghadapi tantangan sehari-hari.” (OPR, WBS)*

Keseimbangan fisik dan mental memberi dasar yang stabil untuk menghadapi tekanan dan meningkatkan kepercayaan diri.

### ***Menerima dan Belajar dari Kegagalan***

Kegagalan diakui sebagai bagian dari proses belajar. Remaja yang mampu mengelola kegagalan menunjukkan peningkatan ketahanan psikologis. Informan menyatakan:

*“Saya biasanya melihat kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar dan tumbuh, dengan menganalisis apa yang bisa diperbaiki agar saya lebih siap di masa depan.” (MAH, WBS)*

Respon serupa datang dari informan lain:

*“Setiap kali saya mengalami kegagalan, saya mencoba untuk fokus pada usaha yang telah saya lakukan, bukan hanya hasil akhirnya, karena itu membantu saya tetap menghargai diri sendiri.” (OPR, WBS)*

Sikap ini mencerminkan penerimaan yang sehat dan menjadi modal penting untuk menumbuhkan keberanian menghadapi situasi serupa di masa depan.

### **Memperkuat Pikiran Positif**

Pikiran positif berfungsi sebagai energi psikologis yang menopang kepercayaan diri. Remaja menggunakan strategi afirmasi maupun fokus pada solusi.

*“Saya biasanya memulai setiap hari dengan afirmasi positif untuk mengingatkan diri saya tentang hal-hal baik yang sudah saya miliki dan bisa saya capai.” (MAH, WBS)*

*“Saya lebih memfokuskan pada solusi daripada masalah, karena berpikir positif membantu saya merasa lebih mampu menghadapi tantangan.” (S, WBS)*

Pemeliharaan pikiran positif membantu remaja menjaga optimisme dan menghindari jebakan perasaan tidak berdaya.

Secara keseluruhan, tujuh aspek ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri remaja di panti tidak hanya ditopang oleh dukungan sosial, tetapi juga dipengaruhi oleh kesadaran diri, tindakan nyata, gaya hidup sehat, dan pola pikir positif. Interaksi dinamis antara faktor internal (motivasi, refleksi diri, regulasi emosi) dan faktor eksternal (dukungan sebaya, pengasuh, lingkungan panti) membentuk landasan penting bagi pertumbuhan kepercayaan diri yang berkelanjutan.

### **Diskusi dan Interpretasi**

#### **Sintesis Temuan Utama**

Analisis mengonfirmasi bahwa dukungan sosial teman sebaya di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok berkontribusi nyata pada penguatan kepercayaan diri remaja. Lima bentuk dukungan muncul di lapangan emosional, penghargaan, instrumental, informasi, dan jejaring social namun tiga yang paling menonjol adalah dukungan emosional, penghargaan, dan informasi. Dukungan emosional hadir melalui praktik “hadir dan mendengar” tanpa menghakimi—> *“...saya mencoba menjadi pendengar yang baik tanpa menghakimi... membuat mereka merasa tidak sendirian dan lebih nyaman berbagi perasaan, yang secara perlahan meningkatkan rasa percaya diri mereka” (MAH, WBS)*. Dukungan penghargaan tampak lewat pujian spesifik dan pengakuan atas progres—> *“memberikan pujian yang spesifik tentang hal-hal yang saya lihat pada teman-teman...” (MAH, WBS)* dan *“apresiasi... atas usaha atau pencapaian... baik akademik maupun hal-hal kecil” (RD, Pengasuh)*. Dukungan informasi terwujud dalam saran konstruktif yang menjaga martabat penerima—> *“penting untuk menggunakan kata-kata yang positif dan penuh dukungan... hindari bahasa yang bisa membuat teman merasa terhakimi” (OPR, WBS)*. Secara serempak, pola ini

meningkatkan rasa diterima, memvalidasi kemampuan, dan memberi rute praktis untuk bertindak.

### ***Mekanisme yang Mendasari***

Terdapat empat jalur mekanisme yang saling berjaln: (1) Jalur afektif empati dan kehadiran emosional menurunkan rasa terasing, menaikkan rasa aman; “...mereka merasa dihargai dan lebih yakin bahwa ada orang yang peduli pada mereka” (S, WBS). (2) Jalur kognitif apresiasi spesifik dan umpan balik positif memperbaiki skema diri (self-appraisal) dan menggeser fokus ke kemajuan, bukan hanya hasil; “fokus pada kemajuan dan usaha... membantu mereka menghargai proses” (A, WBS). (3) Jalur perilaku bantuan praktis/pendampingan menurunkan hambatan eksekusi sehingga pengalaman keberhasilan kecil terakumulasi; “menawarkan diri untuk mendampingi teman saat mereka mencoba hal-hal baru...” (OPR, WBS). (4) Jalur social jejaring dan kegiatan bersama membangun rasa memiliki dan kesempatan tampil; “kegiatan ketertarikan yang sama... meningkatkan rasa saling percaya... memberi kesempatan berkontribusi” (MAH, WBS); “lebih sering ngumpul... membuat mereka jadi lebih terbuka dan berani mengungkapkan sesuatu” (RR, Pengasuh).

### ***Keterkaitan dengan Konsep Dasar dan Temuan Terdahulu***

Temuan sejalan dengan kerangka dukungan sosial Sarafino bahwa fungsi emosional appraisal informatif bekerja sebagai pelindung terhadap stres dan pengungkit self-confidence. Kikuknya sebagian dukungan instrumental di konteks panti menjelaskan mengapa dimensi ini tidak setajam tiga lainnya: sumber daya material relatif terbatas, sedangkan “modal sosial” (empati, apresiasi, informasi) melimpah dalam keseharian komunal. Keselarasan juga tampak dengan literatur perkembangan remaja (peran teman sebaya sebagai konteks belajar sosial yang intens). Di sisi lain, studi terdahulu di panti cenderung menekankan bimbingan/konseling formal; hasil kita memperluasnya dengan menegaskan mekanisme mikro dukungan sebaya sehari-hari (listening, specific praise, peer-mentoring) sebagai *scaffold* psikososial yang konsisten.

### ***Nuansa Konteks Lokal: Struktur Komunal Panti***

Khasnya konteks panti jadwal bersama, kegiatan religius (muhadharah, hafalan), dan latihan seni (marawis/hadroh) menghadirkan arena alami untuk mengafirmasi kemampuan dan membiasakan tampil. Hal ini memperkuat jejaring dan memudahkan “exposure bertahap” bagi remaja yang semula minder: “memberi kesempatan... berbagi kemampuan dalam kelompok... saat latihan marawis, kami saling membantu...” (A, WBS). Peran pengasuh sebagai *role model* juga signifikan: “membangun hubungan yang hangat... menghormati privasi... memperhatikan kesehatan” (RR, Pengasuh). Namun, heterogenitas asal daerah dan masa

tinggal memunculkan friksi adaptasi dan variasi kesiapan emosional, yang menjelaskan mengapa sebagian remaja masih menutup diri.

### ***Integrasi Pola Dampak: Dari Intra-psikis ke Relasional***

Secara intra-psikis, remaja melaporkan penurunan rasa minder dan peningkatan optimism tergambar pada praktik harian seperti afirmasi, pencatatan capaian kecil, dan reframing kegagalan: “*melihat kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar*” (MAH, WBS). Secara perilaku, ada kenaikan partisipasi (presentasi, lomba, peran kelompok) ketika dukungan hadir; secara relasional, komunikasi terbuka meningkat dan kesediaan meminta/ memberi bantuan menguat—> “*komunikasi yang terbuka dan jujur... memudahkan membangun kepercayaan*” (OPR, WBS). Keterpaduan tiga ranah ini membentuk lintasan kepercayaan diri yang lebih stabil.

### ***Implikasi Teoretis dan Terapan***

Secara teoretis, hasil menegaskan model peer-scaffolding: kombinasi empati, pujian spesifik, dan saran praktis bekerja sebagai penguat kepercayaan diri melalui jalur afektif kognitif perilaku sosial. Kontribusi kebaruan studi ini ialah memperinci *unit tindakan* harian (mis. “dengar tanpa menghakimi”, “pujian berbasis bukti”, “co-presence saat tugas menantang”) dan mengaitkannya dengan indikator self-confidence. Secara terapan, tiga rekomendasi muncul: 1) Program peer-led micro-skills: pelatihan singkat untuk remaja tentang *active listening*, *strength-based feedback*, dan *solution-focused advising*, dilatihkan dalam sesi rutin kegiatan panti. 2) Ritual apresiasi spesifik: papan/protokol “progres minggu ini” untuk mengafirmasi usaha kecil, bukan hanya hasil puncak. 3) Pendampingan bertahap (graded exposure): *buddy system* untuk presentasi, lomba, atau tugas publik; remaja pendamping hadir secara fisik agar pengalaman berhasil terakumulasi.

### ***Keterbatasan dan Validitas***

Keterbatasan utama meliputi ukuran informan yang kecil dan berfokus pada satu panti (transferabilitas bersifat *analytical generalization*). Variasi latar belakang (asal daerah, durasi tinggal) berpotensi menjadi *confounder* yang belum sepenuhnya dipilah. Potensi *social desirability* dalam wawancara juga ada, mengingat relasi dekat antar partisipan. Kredibilitas ditopang oleh triangulasi teknik (observasi–wawancara–dokumentasi) dan sumber (remaja–pengasuh) serta konsistensi tema lintas kutipan, misalnya pada motif dukungan emosional: “*mendengarkan tanpa menghakimi*” (S, WBS), “*dukung dengan kata-kata dan tindakan*” (OPR, WBS), dan “*apresiasi langsung*” (RD, Pengasuh).

### **Arah Penelitian Lanjutan**

Penelitian berikut dapat: (a) memperluas ke panti lain untuk menguji robustitas mekanisme; (b) mengadopsi *mixed methods* (skala self-confidence, social support, partisipasi sosial) guna mengukur besaran pengaruh tiap dimensi dukungan; (c) mengevaluasi intervensi *peer-led micro-skills* dengan desain pra-pasca; (d) menelaah moderator kontekstual (asal wilayah, lama tinggal, peran religius/ekstrakurikuler) dan mediator psikologis (rasa diterima, sense of competence).

### **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Bagian ini menyimpulkan dukungan sosial teman sebaya khususnya dukungan emosional, penghargaan, dan informasi berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok. Praktik mendengarkan tanpa menghakimi, pujian spesifik, dan saran konstruktif membantu mengurangi rasa minder serta mendorong partisipasi sosial. Peran pengasuh sebagai teladan turut memperkuat efek positif ini. Namun, keterbatasan lokasi penelitian, jumlah informan, dan potensi bias menuntut kehati-hatian dalam generalisasi. Berdasarkan hasil tersebut, penulis merekomendasikan dengan meliputi program berbasis sebaya (pelatihan keterampilan komunikasi, apresiasi mingguan, dan sistem pendampingan), fasilitasi ruang aman oleh pengasuh, serta penelitian lanjutan di berbagai panti dengan metode campuran untuk memperkuat hasil.

### **DAFTAR REFERENSI**

- Apriyani, R. (2022). Hubungan self-esteem dengan kesepian pada remaja Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan. Diakses pada 2 Agustus 2024.
- Djuwitawati, S., & Djalali, M. A. (2015). Percaya diri, dukungan sosial dan kecemasan siswa menghadapi seleksi perguruan tinggi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(03), 296-303. <https://doi.org/10.30996/persona.v4i03.724>
- Eldina, F., & Yeni, A. (2024). Peran panti asuhan dalam meningkatkan kepercayaan diri pada anak Panti Asuhan Putra Muhammadiyah Lubuk Basung. *Jurnal Ilmu Pendidikan Bahasa dan Ilmu Sosial*, 2(2). <https://doi.org/10.61132/nakula.v2i2.539>
- Erlita, M. (2023). Memperkuat kepercayaan diri: Motivasi meningkatkan kepercayaan diri. PT. Cahaya Harapan.
- Gainau, M. B. (2021). *Pekembangan remaja dan problematikanya*. PT. Kanisius.
- Hidayati, S. A. R. A. N., & Savira, S. I. (2021). Hubungan antara konsep diri dan kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial sebagai moderator pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 1-11.

- Mawar, A., & Suharty, R. (2020). Peran pekerja sosial dalam menangani masalah sosial anak. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 1(1), 1-11.
- Mildawani, T. S. (2014). Membangun kepercayaan diri. *Lestari Kiranatama*.
- Murni, S., et al. (2020). Kepercayaan diri atlet bola voli Club Tugu Muda Semarang dalam menghadapi kejuaraan. *Journal Sports Teaching and Development*, 1(2). <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i2.2738>
- Rahmadani, D., Yusri, F., & Amna, A. (n.d.). Meningkatkan kepercayaan diri anak di Panti Asuhan Muhammadiyah Koto Baru Kabupaten Solok. *Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 3(1).
- Rina, E. S. (2024). Pengaruh teman sebaya terhadap diri remaja.
- Riryng, F. (2017). Memahami psikologi remaja. *Jurnal Reforma*, 6(2). <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>
- Rizki, A. N. (2023). Dukungan sosial teman sebaya mengatasi quarter life crisis pada remaja di Panti Sosial Bina Remaja 1. Diakses pada 16 April 2024.
- Sarafino, E. P. (n.d.). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (2nd ed.). Trenton Stage College.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Wahyuni, C., & Candra, E. Y. (2020). Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri berbicara di depan umum pada mahasiswa. 2(1), 50-59. <https://doi.org/10.33024/jpm.v2i1.2430>