

Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Akhir Melalui Dukungan Emosional Pengasuh di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1

Radysti Devania^{1*}, Muhammad Sahrul²

¹⁻²Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik,
Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

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

Korespondensi Penulis : rdystidvna@gmail.com*

Abstract. Every teenager needs something called self-confidence because self-confidence plays an important role in developing personality and skills to become better. Problems that affect the self-confidence of teenagers living in social institutions include teenagers who have an inferior and shy attitude when appearing in public, often isolate themselves, do not focus on studying, and are reluctant to express their opinions. This can cause teenagers to regret the situation. The purpose of this study was to determine and describe how emotional support from caregivers increases the self-confidence of late adolescents, and to identify the supporting and inhibiting factors in providing emotional support from caregivers to late adolescents. This research method uses a qualitative approach with data obtained from observations, interviews, and documentation. The results of the study show that emotional support provided by caregivers, seen through consistent empathy, sincere concern, responsive attention, and appreciation through praise, increases the self-confidence and motivation of adolescents. Encouragement for active participation and responsibility also helps adolescents overcome fears and develop their potential. Supporting factors include adolescents' openness to advice, while rejection of help is an inhibiting factor. Case studies show that emotional support and positive social interactions significantly increase self-confidence, with positive changes observed in late adolescents at the Taruna Jaya 1 social care center for adolescents.

Keywords: Adolescents, Caregivers, Emotional Support, Self-confidence

Abstrak. Setiap remaja membutuhkan sesuatu yang disebut rasa percaya diri, karena rasa percaya diri memiliki peran penting dalam mengembangkan kepribadian dan keterampilan untuk menjadi lebih baik. Masalah yang memengaruhi rasa percaya diri remaja yang tinggal di lembaga sosial adalah remaja yang memiliki sikap inferior dan pemalu ketika tampil di depan umum, sering menyendiri, tidak fokus dalam belajar, dan enggan mengungkapkan pendapat mereka. Hal ini dapat menyebabkan remaja menyesali keadaan tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menggambarkan bagaimana dukungan emosional dari pengasuh dapat meningkatkan rasa percaya diri remaja akhir, serta mengetahui faktor pendukung dan penghambat dalam pemberian dukungan emosional dari pengasuh kepada remaja akhir. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan data yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional yang diberikan oleh pengasuh, yang terlihat dari empati yang konsisten, perhatian yang tulus, perhatian yang responsif, dan apresiasi melalui pujian, dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi remaja. Dorongan untuk berpartisipasi aktif dan bertanggung jawab juga membantu remaja mengatasi rasa takut dan mengembangkan potensi mereka. Faktor pendukung meliputi keterbukaan remaja terhadap saran, sedangkan penolakan terhadap bantuan menjadi faktor penghambat. Studi kasus menunjukkan bahwa dukungan emosional dan interaksi sosial yang positif secara signifikan meningkatkan rasa percaya diri, dengan perubahan positif yang terlihat pada remaja akhir di panti sosial Taruna Jaya 1.

Kata Kunci : Dukungan Emosional, Kepercayaan diri, Pengasuh, Remaja

1. PEBDAHULUAN

Setiap remaja memerlukan yang namanya kepercayaan diri, Karena kepercayaan diri memiliki peran penting dalam pengembangan kepribadian dan keterampilan yang lebih baik. Kepercayaan diri yaitu sikap positif individu yang memungkinkan mereka untuk

mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri dan lingkungan atau situasi yang dihadapi. Remaja yang mengalami perkembangan kepercayaan diri yang tinggi dengan dukungan emosional yang kuat cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Hal ini disebabkan karena remaja yang menerima dukungan emosional yang baik akan merasa didukung dan disayangi oleh orang-orang di sekitarnya, sehingga mereka merasa dihargai dan memiliki rasa percaya diri yang kuat. Dukungan yang diberikan oleh orang-orang di lingkungan panti, terutama pengasuh, berperan sebagai dorongan untuk mengembangkan keyakinan akan kemampuan, kemandirian, objektivitas, dan kepercayaan diri pada remaja.

Remaja yang tinggal di panti sosial menghadapi tantangan terkait pandangan negatif masyarakat terhadap mereka, yang dapat mengurangi kepercayaan diri. Peran orang tua dan kasih sayang yang langsung diterima oleh remaja berpengaruh signifikan terhadap tingkat kepercayaan diri mereka. Remaja yang mendapatkan perhatian dan kasih sayang secara langsung dari orang tua cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tinggal di panti asuhan. Oleh karena itu, remaja yang dibesarkan oleh orang tua cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi karena mereka menerima perhatian langsung dari orang tua mereka. Mereka merasa percaya diri karena tahu bahwa orang tua akan memperhatikan mereka, baik saat mereka melakukan sesuatu dengan benar maupun dengan salah. Sebaliknya, remaja yang tinggal di panti asuhan sering kali merasa kurang percaya diri karena jumlah mereka banyak dan kesempatan untuk mendapatkan perhatian dan penguatan emosional terbatas.

Penelitian ini terkait Permasalahan yang dihadapi oleh remaja di panti sosial, seperti sikap minder dan malu ketika tampil di muka umum, kecenderungan untuk menyendiri, kesulitan berkonsentrasi dalam belajar, serta ketidakmampuan untuk mengungkapkan pendapat, merupakan isu yang saling terkait dan sering kali mencerminkan kondisi psikologis serta lingkungan sosial yang kompleks. Sikap minder dan malu ketika tampil di depan umum sering kali berakar pada kurangnya kepercayaan diri dan pengalaman negatif sebelumnya yang mempengaruhi persepsi mereka tentang diri sendiri dan interaksi sosial. Remaja yang merasa minder cenderung menghindari situasi sosial yang menuntut mereka untuk tampil, yang pada gilirannya dapat memperburuk rasa malu mereka dan menghambat perkembangan keterampilan sosial. Kecenderungan untuk menyendiri juga dapat menjadi mekanisme pelindung yang digunakan untuk menghindari rasa ketidaknyamanan atau penilaian dari orang lain.

Hal ini sering kali membuat mereka menjauh dari interaksi sosial yang sebenarnya penting untuk perkembangan emosional dan sosial mereka. Selain itu, kesulitan berkonsentrasi dalam belajar mungkin terkait dengan gangguan emosional atau stres yang mengganggu kemampuan mereka untuk fokus. Lingkungan yang tidak mendukung atau kurangnya motivasi juga bisa menjadi faktor yang mempengaruhi konsentrasi mereka. Ketidakmampuan untuk mengungkapkan pendapat dapat mencerminkan ketidakpercayaan diri atau ketidakmampuan untuk berkomunikasi secara efektif, yang sering kali disebabkan oleh kurangnya keterampilan komunikasi atau pengalaman negatif di masa lalu yang menghambat mereka untuk berbicara.

Semua masalah ini saling berhubungan dan sering kali menciptakan proses di mana satu masalah memperburuk masalah lainnya. Pendekatan untuk mengatasi masalah ini memerlukan pemahaman yang mendalam tentang latar belakang dan kebutuhan individu remaja, serta penciptaan lingkungan yang mendukung di panti sosial. Pendampingan yang konsisten, pelatihan keterampilan sosial, dukungan emosional, dan strategi belajar yang disesuaikan dapat membantu remaja mengatasi permasalahan ini dan mencapai potensi penuh mereka.

Pada Pengasuh di panti sosial memegang peran sentral dalam memberikan dukungan emosional yang dapat membantu mengatasi masalah ini. Dengan meneliti pengaruh dukungan emosional pengasuh, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana pendekatan yang tepat dapat memperkuat kepercayaan diri remaja akhir, meningkatkan kesejahteraan mereka, dan memfasilitasi proses perubahan mereka ke kehidupan yang lebih dewasa. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berharga bagi pengembangan kebijakan dan prosedur di panti sosial, serta memperkaya literatur tentang intervensi emosional dalam konteks remaja akhir. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya relevan untuk meningkatkan kualitas hidup remaja di panti tetapi juga berpotensi memberikan dampak positif yang lebih luas pada penerapan pengasuhan dan dukungan emosional di panti sosial.

Pengamatan terhadap remaja yang tinggal di panti sosial memperhatikan beberapa tantangan yang mereka hadapi, terutama terkait kurangnya perhatian yang memadai dari pengasuh. Dalam lingkungan di mana banyak remaja harus berbagi perhatian yang terbatas, remaja tersebut sering merasa tidak mendapatkan perhatian yang cukup atau tidak dihargai. Selain itu, masalah kasih sayang juga menjadi perhatian utama, karena hubungan yang kurang stabil dengan pengasuh yang sering berganti dapat mempengaruhi dukungan emosional mereka.

Keadaan ini sangat berdampak pada rasa kepercayaan diri remaja di panti sosial. Remaja yang mengalami kurangnya perhatian dan kurangnya kestabilan dalam hubungan

dengan pengasuh seringkali mengalami rasa minder dan malu ketika berada di hadapan orang lain. Mereka mungkin cenderung menyendiri dan kurang fokus dalam aktivitas belajar, karena mereka merasa sulit untuk mengungkapkan pendapat mereka sendiri atau terlibat aktif dalam interaksi sosial.

Sikap-sikap ini bisa berakibat pada perasaan penyesalan atau kekecewaan pada diri sendiri, karena remaja merasa bahwa mereka tidak dapat memenuhi ekspektasi lingkungan sekitar atau mencapai potensi mereka sepenuhnya. Oleh karena itu, penting bagi panti sosial untuk memastikan bahwa remaja menerima dukungan emosional yang memadai dan perhatian personal yang dapat membantu mereka membangun rasa percaya diri yang kuat dan mengatasi tantangan yang mereka hadapi sehari-hari.

Dalam lingkungan di mana remaja dibesarkan dan mendapat didikan serta bimbingan dari pengasuh, serta mengalami berbagai pengalaman, semua faktor tersebut berperan penting dalam perkembangan psikologis dan kepercayaan diri remaja. Remaja yang tinggal di panti sosial sering menghadapi tantangan perkembangan dan masalah mental-emosional seperti perilaku agresif, ketidakpatuhan, konflik, dan depresi. Hal ini dapat menyebabkan perubahan perilaku jangka panjang pada remaja, terutama jika mereka masuk ke panti sosial pada usia tertentu. Masalah psikologis yang dialami oleh remaja di panti sosial dapat disebabkan oleh beberapa factor seperti usia saat masuk, usia saat ini, durasi tinggal, status orang tua, alasan masuk ke panti sosial, serta kekurangan jumlah pengasuh yang mengakibatkan kurangnya perhatian terhadap perkembangan fisik dan psikologis remaja tersebut.

2. METODE

Jenis penelitian ini termasuk penelitian kualitatif dengan format deskriptif dalam bentuk studi kasus. Menurut Sugiyono (2017) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi. Metode penelitian studi kasus meneliti suatu kasus atau fenomena tertentu yang ada dalam masyarakat yang dilakukan secara mendalam untuk mempelajari latar belakang, keadaan, dan interaksi yang terjadi. Studi kasus dilakukan pada suatu kesatuan sistem yang bisa berupa suatu program, kegiatan, peristiwa, atau sekelompok individu yang ada pada keadaan atau kondisi tertentu. Penelitian ini digunakan untuk mengetahui bagaimana dukungan emosional yang diberikan oleh pengasuh dapat meningkatkan kepercayaan diri bagi remaja akhir di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dukungan Emosional Pengasuh Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Bagi Remaja Akhir di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1

Dukungan Emosional adalah bentuk dukungan sosial yang berperan penting dalam membantu individu menghadapi stres atau tantangan hidup. Menurut Setiawan (2015), dukungan ini merupakan fungsi afektif keluarga yang diwujudkan melalui kasih sayang, cinta, kehangatan, dan saling menghargai antar anggota keluarga. Friedman, Bowden, dan Jones (2010) menegaskan pentingnya dukungan emosional dalam membangun kesejahteraan emosional.

Menurut Sarafino dan Smith (2012), dukungan emosional adalah bentuk perhatian, empati, dan kepedulian terhadap individu yang sedang mengalami stres, dengan tujuan memberikan keyakinan, kenyamanan, dan rasa dicintai. Sarafino (2010) menambahkan bahwa dukungan ini mencakup ekspresi simpati, dorongan semangat, kehangatan, dan kasih sayang. Mendengarkan dengan penuh perhatian membantu individu melepaskan emosi, mengurangi kecemasan, serta memberikan rasa nyaman, tenang, dan dihargai dalam menghadapi tekanan hidup.

Penelitian Gasser, Grutter, Buholzer dan Wettstein (2017) menunjukkan bahwa dukungan emosional berdampak positif pada hubungan antar individu dan dianggap sebagai bentuk dukungan paling krusial karena memberikan kenyamanan dan perasaan dicintai. Secara umum, dukungan emosional adalah bantuan dari orang terdekat yang mencakup empati, perhatian, dan kesediaan mendengarkan, guna membantu individu mengelola emosi dan menghadapi masalah dengan lebih tenang.

Keberhasilan yang akan dicapai dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja perlu adanya aspek dari dukungan emosional yang diberikan pengasuh menurut Sarafino (2007) dalam Nadhiroh (2016) yaitu Empati (*emphthy*), Kepedulian (*Caring*), Perhatian (*Concern*), Penghargaan (*Positive Regard*), Dorongan (*Encouragement Toward The Person*). Serta Faktor pendukung dan penghambat dari proses dukungan emosional pengasuh dalam meningkatkan kepercayaan diri bagi remaja akhir.

Empati (*Emphthy*)

Empati, menurut Sarafino, adalah kemampuan memahami dan merasakan perasaan orang lain, yang berperan penting dalam hubungan interpersonal. Di panti sosial, pengasuh menerapkan empati melalui observasi, motivasi, serta bimbingan aktivitas sehari-hari.

Pengasuh menunjukkan empati dengan memberikan perhatian tulus, seperti merangkul atau mengusap kepala remaja saat mereka berbagi masalah. Mereka juga secara konsisten memberikan motivasi dan menghargai perasaan remaja, menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung. Selain itu, pengasuh memberikan nasihat rasional dan realistis, membantu remaja menghadapi tantangan dengan strategi konkret, meningkatkan kepercayaan diri, dan membangun keterampilan hidup.

Kepedulian (*Caring*)

Pengasuh di panti sosial berperan aktif dalam memberikan kepedulian dan dukungan bagi remaja, tidak hanya memahami masalah mereka tetapi juga mencari solusi bersama. Sesuai dengan konsep Sarafino, kepedulian mencakup pemahaman mendalam serta dukungan emosional dan praktis.

Kepedulian pengasuh diwujudkan melalui pengawasan sehari-hari, memastikan kebutuhan remaja terpenuhi, serta menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman. Mereka terlibat aktif dalam aktivitas harian, makan bersama, serta memberikan motivasi dan perhatian layaknya orang tua.

Melalui interaksi yang konsisten, pengasuh membantu remaja membangun kepercayaan diri dengan membimbing mereka menghadapi permasalahan secara objektif. Pendekatan ini membantu remaja memahami diri mereka dengan lebih realistis serta merasa didukung dan dihargai.

Perhatian (*Concern*)

Perhatian pengasuh berperan penting dalam membangun kepercayaan diri remaja melalui mendengarkan, memberikan motivasi, serta memberi nasihat dan arahan. Sesuai dengan pandangan Sarafino, perhatian yang diberikan secara emosional membantu individu merasa dihargai dan dipahami.

Perhatian yang tulus dari pengasuh berdampak positif bagi perkembangan remaja, membantu mereka merasa lebih percaya diri dan termotivasi. Pengasuh memberikan dukungan dalam menghadapi tantangan, membantu merencanakan solusi, serta membimbing remaja dalam menentukan masa depan, baik dalam pendidikan maupun karir.

Melalui perhatian yang berkelanjutan, pengasuh tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri remaja, tetapi juga menanamkan nilai tanggung jawab. Dengan dorongan dan arahan yang diberikan, remaja menjadi lebih siap menghadapi tantangan hidup dan mengambil keputusan dengan lebih matang.

Penghargaan (*Positive Regard*)

Penghargaan berperan penting dalam meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri remaja melalui pujian, hadiah, atau apresiasi. Penghargaan dari pengasuh mendorong remaja untuk terus berusaha dan mengembangkan diri.

Menurut Sarafino, penghargaan memperkuat perilaku positif, di mana apresiasi atas usaha dan prestasi membuat remaja lebih percaya diri dan merasa dihargai. Bentuk penghargaan seperti pujian dan hadiah membantu mereka menyadari nilai diri serta termotivasi menghadapi tantangan.

Secara keseluruhan, penghargaan dari pengasuh mendukung perkembangan remaja dengan memberikan dorongan positif, membangun harga diri, dan memperkuat hubungan sosial mereka.

Dorongan (*Encouragement Toward The Person*)

Dorongan dari pengasuh dan lingkungan panti berperan penting dalam membangun kepercayaan diri remaja. Pengasuh memberikan dukungan melalui partisipasi lomba, tanggung jawab memimpin doa, serta kelas keterampilan.

Menurut Sarafino, dorongan positif memotivasi individu untuk menghadapi tantangan, mengembangkan keterampilan, dan meningkatkan rasa percaya diri. Ketika remaja merasa didukung, mereka lebih berani mencoba hal baru dan mengeksplorasi potensi diri.

Dengan optimisme dan keyakinan pengasuh terhadap kemampuan remaja, mereka belajar percaya diri, memiliki pandangan positif tentang diri sendiri, serta siap menghadapi tantangan hidup dengan semangat dan kepercayaan diri yang lebih kuat.

Faktor Pendukung

Faktor utama yang mendukung dukungan emosional pengasuh dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja akhir di panti sosial adalah kesiapan remaja untuk menerima masukan, nasihat, serta arahan, serta kemauan mereka untuk berubah. Remaja yang terbuka terhadap dukungan cenderung lebih mudah menerima saran dan mengalami perubahan positif lebih cepat.

Kesediaan remaja untuk berubah memungkinkan mereka memperoleh dukungan emosional yang lebih bermakna dan mengembangkan keterampilan menghadapi tantangan dengan percaya diri. Dukungan pengasuh, seperti empati, kepedulian, dan dorongan, menjadi lebih efektif jika diterima dengan kesadaran dan komitmen.

Secara keseluruhan, kesiapan remaja untuk menerima dan menerapkan dukungan emosional berperan penting dalam membangun kepercayaan diri yang berdampak pada interaksi sosial, prestasi akademik, dan kesiapan menghadapi masa depan.

Faktor Penghambat

Hambatan utama dalam dukungan emosional pengasuh adalah penolakan remaja terhadap nasihat akibat ketidakpercayaan, pengalaman buruk, dan komunikasi yang kurang efektif. Jika hubungan dengan pengasuh tidak didasari kepercayaan, remaja cenderung mengabaikan bimbingan, sehingga proses peningkatan kepercayaan diri terhambat.

Untuk mengatasinya, panti sosial perlu menciptakan lingkungan yang suportif dan membangun hubungan positif. Sesuai teori Mastuti dan Aswi (2008), kepercayaan diri membantu individu bertindak dan membuat keputusan tepat, sehingga penting untuk mengatasi hambatan ini demi perkembangan remaja.

Peningkatan kepercayaan diri remaja akhir di panti sosial terjadi melalui dukungan emosional dan pembinaan yang diberikan. Remaja yang awalnya mengalami kesulitan bersosialisasi, rasa malu terhadap diri sendiri, serta kurang percaya diri dalam berpenampilan dan berbicara di depan umum, menunjukkan perkembangan positif setelah menjalani proses pembinaan di panti. Dengan bimbingan yang berkelanjutan, mereka menjadi lebih percaya diri, mampu berinteraksi dengan lingkungan, mengembangkan bakat, serta berani menampilkan diri. Proses ini berlangsung dalam rentang waktu yang bervariasi, tergantung pada kesiapan individu dalam menerima dan menerapkan perubahan.

KESIMPULAN

Penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional pengasuh berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja akhir di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1. Pengasuh tidak hanya memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga memberikan perhatian, motivasi, dan lingkungan yang suportif. Melalui empati, kepedulian, perhatian, penghargaan, dan dorongan, pengasuh membantu remaja merasa dihargai, percaya diri, serta siap menghadapi tantangan hidup.

Peningkatan kepercayaan diri terlihat pada remaja yang awalnya sulit bersosialisasi, merasa malu, atau kurang percaya diri dalam berpenampilan dan berbicara di depan umum. Dengan bimbingan yang konsisten, mereka menjadi lebih terbuka, percaya diri, dan mampu mengembangkan bakat. Faktor pendukung utama adalah kesiapan remaja menerima masukan dan berubah, sedangkan hambatan utama adalah penolakan terhadap nasihat dan bantuan.

Berdasarkan teori Mastuti dan Aswi (2008), interaksi sosial positif dan dukungan emosional memainkan peran kunci dalam peningkatan kepercayaan diri. Studi terhadap beberapa informan menunjukkan bahwa dengan dukungan yang tepat, mereka mengalami perubahan signifikan dalam bersosialisasi, mengekspresikan diri, dan menghadapi lingkungan baru. Proses peningkatan ini berlangsung dalam waktu yang bervariasi, bergantung pada kesiapan individu untuk berubah.

SARAN

- **Untuk Pengasuh:** Terus berikan perhatian dan dukungan melalui interaksi, seperti diskusi dan sharing, guna memahami karakter remaja secara personal.
- **Untuk Remaja:** Pertahankan dan kembangkan keterampilan dalam mengatasi ketidakpercayaan diri, mengekspresikan emosi, serta membangun hubungan interpersonal yang positif.
- **Untuk Peneliti Selanjutnya:** Teliti lebih lanjut aspek lain dari dukungan sosial pengasuh, seperti dukungan informasi atau instrumental, dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu, A., & Munawar, S. (2005). Psikologi perkembangan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Angelis, B. (2002). Percaya diri: Sumber sukses dan kemandirian. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Balogun, A. G. (2014). Dispositional factors, perceived social support and happiness among prison inmates in Nigeria: A new look. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 2(1), 16–33.
- Dariyo, A. (2004). Psikologi perkembangan remaja. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Friedman, M. M., Bowden, O., & Jones, M. (2010). Buku ajar keperawatan keluarga: Riset, teori, & praktik (A. Y. S. Hamid, Trans.; E. Tiar, Ed.; 5th ed.). Jakarta: EGC.
- Gasser, L., Grutter, J., Buholzer, A., & Wettstein, A. (2017). Emotionally supportive classroom interactions and students' perceptions of their teachers as caring and just. *Learning and Instruction*, 54, 82–92. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2017.08.003>
- Hakim, T. (2002). Mengatasi rasa tidak percaya diri. Jakarta: Puspa Swara.
- Hendra, S. (2007). Percaya diri itu penting. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Hidalgo Guemes, M., & Gonzalez Fierro, C. (2017). Perkembangan masa remaja.

- Lauster, P. (2012). Tes kepribadian (D. H. Gulo, Trans.). Jakarta: Bumi Aksara.
- Mastuti, & Aswi. (2008). 50 kiat percaya diri. Jakarta: PT Buku Kita.
- Monks, A. M. Pj., Knoers, P., & Rahayu, S. (2002). Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai perspektif. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nadhiroh, S. (2016). Hubungan antara dukungan emosional orangtua dengan resiliensi pada remaja yang menikah akibat kehamilan di luar nikah. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Puspita, I., & Widyawati, Y. (n.d.). Aktivitas pengasuhan anak pada ibu usia remaja. Fakultas Psikologi, Unika Atma Jaya.
- Rini. (2010). Percaya diri pada remaja. <http://www.e-psikologi.com>. Diunduh pada tanggal 15 Desember 2011.
- Sarwono, S., & Sarlito, W. (2010). Psikologi remaja. Jakarta: Rajawali Press.
- Setiawan, B. (2015). Riwayat hipertiroid terkontrol dan hipertensi. Jurnal Medula, 4(2), 53–58.
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta.
- Suryana, E., Wulandari, S., Sagita, E., & Harto, K. (2022). Perkembangan masa remaja akhir (tugas, fisik, intelektual, emosi, sosial, dan agama) dan implikasinya pada pendidikan. JIIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan), eISSN: 2614-8854.
- Zulkifli. (2009). Psikologi perkembangan. Bandung: Remaja Rosda Karya.