

KEPERCAYAAN DIRI DITINJAU DARI HARGA DIRI DAN KEBERSYUKURAN

Ajeng Pramesti¹, Siti Nurina Hakim²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta¹²

Abstrak

Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya menghadapi lingkungan dan masalahnya tanpa ragu. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan kebersyukuran dengan kepercayaan diri mahasiswa. Hipotesis pada penelitian ini yaitu adanya hubungan antara harga diri dan kebersyukuran dengan kepercayaan diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dan menggunakan tiga alat ukur yaitu Skala Kepercayaan Diri, Skala Harga Diri, dan Skala Kebersyukuran. Teknik sampling yang digunakan yaitu *cluster accidental sampling*. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi berganda. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa prodi Geografi, Ilmu Komunikasi, Pendidikan Agama Islam, dan Ilmu Qur'an dan Tafsir sejumlah ± 355 orang. Hasil menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara harga diri, kebersyukuran, dan kepercayaan diri dengan nilai Sig. 0.00 ($p < 0.01$) artinya hipotesis mayor diterima. Ada hubungan positif yang signifikan antara harga diri dan kepercayaan diri dengan nilai *Pearson Correlation* (r) 0.497 dan Sig. 0.000 ($p < 0.01$) artinya hipotesis minor harga diri dan kepercayaan diri diterima. ada hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dan kepercayaan diri dengan nilai *Pearson Correlation* (r) sebesar 0.664 dan Sig. 0.000 ($p < 0.01$) artinya hipotesis minor kebersyukuran dan kepercayaan diri diterima.

Kata kunci: kepercayaan diri, harga diri, kebersyukuran

Abstract

Self-confidence is an individual's confidence in his ability to face his environment and problems without hesitation. The purpose of this study was to determine the relationship between self-esteem and gratitude with student confidence. The hypothesis in this study is that there is a relationship between self-esteem and gratitude with self-confidence. This study used a correlational quantitative approach and used three measuring tools, namely the Self-Confidence Scale, Self-Esteem Scale, and Gratitude Scale. The sampling technique used is cluster accidental sampling. The data analysis used is multiple regression analysis. The samples used in this study were students of Geography, Communication Science, Islamic Education, and Qur'an and Tafsir study programs totaling ± 355 people. Results showed there was a significant relationship between self-esteem, gratitude, and self-confidence and Sig values. 0.00 ($p < 0.01$) means that the major hypothesis is accepted. There was a significant positive relationship between self-esteem and self-confidence with *Pearson Correlation* (r) values of 0.497 and Sig. 0.000 ($p < 0.01$) meaning that the minor hypothesis of self-esteem and self-confidence was accepted. there was a significant positive relationship between gratitude and confidence with *Pearson Correlation* (r) values of 0.664 and Sig. 0.000 ($p < 0.01$) means that the minor hypothesis of gratitude and confidence is accepted.

Keywords: self-confidence, self-esteem, gratitude

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa seharusnya memiliki kemampuan dan keyakinan dalam menyelesaikan permasalahan dan tekanan-tekanan dengan kepercayaan diri dalam hidupnya untuk dapat bersosialisasi, berkomunikasi

dengan orang lain tanpa merasa tegang ataupun cemas. Namun setiap individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda tergantung pada pengalaman yang dihadapi individu. Individu dengan kepercayaan diri tinggi akan memandang dirinya positif, sebaliknya, ketika individu memiliki kepercayaan diri yang rendah ia akan memandang dirinya negatif. Hal ini sesuai dengan penelitian Veronika et al., 2021 yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan lingkungan yang mendukung akan memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi.

Hasil survei yang dilakukan penulis pada tanggal 18-22 Oktober 2022 di Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan responden 30 mahasiswa menunjukkan hasil sebanyak 23,3% mahasiswa yang tidak yakin dengan kemampuannya dan 78,7% mahasiswa yakin dengan kemampuannya. Mahasiswa yang tidak yakin dengan kemampuannya disebabkan takut gagal, tidak percaya diri, dan kurang mengasah kemampuan. Kemudian sebanyak 26,7% mahasiswa tidak yakin dalam setiap pengambilan keputusan dan 73,3% yakin dalam setiap pengambilan keputusan. Sebanyak 10% mahasiswa yang tidak berani mengungkapkan pendapat pada suatu kelompok dan 90% mahasiswa yang berani mengungkapkan pendapat pada suatu kelompok. Sebanyak 70% mahasiswa yang sering membandingkan diri dengan orang lain dan 30% tidak sering membandingkan diri dengan orang lain. Sebanyak 90% mahasiswa memiliki pengalaman yang mempengaruhi kepercayaan dirinya. Sebanyak 60,7% mahasiswa merasa kegagalan dalam mengendalikan emosi mempengaruhi kepercayaan dirinya. Hasil survey lain pada (Khoriroh & Muhyadi, 2018) menunjukkan kemampuan *public speaking* mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta dipengaruhi oleh kepercayaan diri dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0,828. Sementara pada penelitian Sudarmono et al., 2018 yang dilakukan pada mahasiswa STKIP Muhammadiyah Sampit sebanyak 31,57% atau 24 mahasiswa dengan kepercayaan diri yang rendah, 49,99% atau 38 mahasiswa dengan kepercayaan diri yang sedang, dan 18,41% atau 14 mahasiswa dengan kepercayaan diri yang tinggi.

Dalam penelitian Thalib (2016) bahwa percaya diri yang tinggi dan harga diri yang tinggi akan memberikan kemampuan bergaul yang juga tinggi. Penelitian lain dilakukan oleh Hidayat et al., (2020) pada mahasiswa di Jabodetabek menunjukkan 15,49% mahasiswa yang harga dirinya tinggi dimana mahasiswa tidak memandang rendah dirinya meskipun terlambat menyelesaikan studinya karena mereka merasa yakin pada dirinya bahwa mereka dapat menyelesaikan studinya dengan baik. Sementara, sebanyak 70,42% mahasiswa dengan harga diri yang sedang, dan sebanyak 14,09% mahasiswa dengan harga diri yang rendah dimana mahasiswa memandang dirinya negatif sehingga sulit untuk bangkit dari masalah dan menyelesaikan studinya. Pada penelitian Pribadi et al. (2019) kepercayaan diri dan harga diri memengaruhi komunikasi interpersonal. Artinya individu yang memiliki kepercayaan diri dan harga diri yang tinggi, kemampuan komunikasi interpersonalnya lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian Lam (2021) rasa syukur memengaruhi semangat hidup dan depresi individu. Penelitian lain dilakukan terhadap remaja perempuan dengan harga diri yang rendah dimana remaja tersebut memiliki pikiran yang negatif tentang dirinya. Setelah dilakukan pelatihan gratitude, harga diri remaja meningkat (Ridwan et al., 2021). Sementara penelitian Ilham et al. (2019) pada mahasiswa Pendidikan Geografi sebanyak 14,1% mahasiswa dengan kebersyukuran tinggi, 47,4% mahasiswa dengan kebersyukuran sedang, dan 38,5% mahasiswa dengan kebersyukuran rendah. Mahasiswa dengan kebersyukuran rendah disebabkan kurangnya rasa terima kasih pada kehidupan, tidak puas dengan hidupnya, dan tidak menerima dirinya.

Kepercayaan diri adalah sikap yakin seseorang terhadap kemampuannya untuk bertindak secara bebas tanpa perlu merasa cemas, bertanggung jawab terhadap tindakannya, dapat berinteraksi dengan sopan dan hangat, dan mampu mengenali kelebihan dan kekurangan dirinya sendiri (Lauster, 2003). Sementara menurut Moneva & Tribunalo, (2020) kepercayaan diri adalah perasaan, pikiran, dan keberanian individu dalam melaksanakan tugas dan kegiatannya tanpa ragu-ragu. Sedangkan menurut Nadiah & Arina (2019) Kepercayaan diri adalah evaluasi atau penilaian atau perasaan individu terhadap dirinya sendiri apakah individu setuju atau tidak setuju, suka atau tidak suka terhadap dirinya. Kepercayaan diri menjadi hal penting dalam membangun komunikasi terutama dalam kemampuan berbicara di depan umum. Dapat disimpulkan, kepercayaan diri yaitu ketika individu yakin terhadap kemampuannya menghadapi lingkungan dan masalahnya tanpa ragu.

Kepercayaan diri memiliki aspek yaitu (1) Yakin dengan kemampuan sendiri, dimana individu mampu dan yakin atas apa yang dilakukannya. (2) Optimis yaitu individu memiliki pandangan yang positif terhadap sesuatu dan kemampuannya. (3) Objektif yaitu individu melihat suatu permasalahan dengan fakta yang ada. (4) Bertanggung jawab yaitu individu bersedia untuk memikul segala konsekuensi yang dialaminya. (5) Rasional dan realistis yaitu individu menyelesaikan masalah dengan pikiran dan kenyataan yang dapat diterima oleh akal (Lauster, 2003)

Sementara menurut Angelis (2003) aspek kepercayaan diri yaitu: (1) Tingkah laku, individu percaya diri dalam tindakannya menyelesaikan tugas-tugasnya. (2) Emosi, individu yakin dan mampu dalam mengontrol emosi dan perasaannya. (3) Spiritual, individu yakin terhadap Tuhan atas kodrat yang diterimanya, yakin akan adanya Tuhan dengan nikmat yang diberikan kepada manusia, dan yakin bahwa setiap perubahan adalah bagian dari alam semesta.

Sedangkan Widjaja (2016) mengungkapkan aspek kepercayaan diri yaitu, (1) Optimis, dimana sikap individu dalam memandang sesuatu dengan positif. (2) Keyakinan akan kemampuan sendiri, sikap yakin individu terhadap apa yang dilakukannya. (3) Objektif, ketika individu memandang masalah dengan fakta yang ada. (4) Bertanggungjawab, sikap individu dalam menanggung sesuatu sesuai dengan konsekuensinya. (5) Rasional, pikiran yang dapat diterima dengan nalar atau sesuai dengan kenyataan.

Lauster, (2003) mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu (1) konsep diri, gambaran atau pandangan diri dari hasil interaksi sosialnya tentang dirinya sendiri berupa perasaan, nilai diri yang diyakini (2) Harga diri, penilaian individu terhadap dirinya sendiri. (3) Pengalaman, pengalaman yang mengecewakan dapat mempengaruhi munculnya rasa rendah diri pada individu. (4) Pendidikan, kepercayaan diri dipengaruhi oleh tingkat pendidikan individu, individu dengan tingkat pendidikan yang tinggi, memiliki tingkat percaya diri yang lebih tinggi daripada individu yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah. (Ghufron & Risnawita, 2012)

Sementara menurut Fatimah (2010) yang memengaruhi percaya diri yaitu: (1) Evaluasi diri, individu melihat capaian ataupun hambatan perkembangan dirinya. (2) Penghargaan diri sendiri setelah mencapai suatu keberhasilan. (3) Positive thinking, individu tidak memikirkan hal negatif yang nantinya akan menurunkan kepercayaan diri. (3) Mensyukuri nikmat Tuhan, individu perlu melihat kenikmatan yang diberikan kepada Tuhan.

Harga diri (self-esteem) adalah kebutuhan dasar manusia yang memberikan dampak di luar kendali atau pemahaman individu. Harga diri adalah perasaan layak, perasaan percaya diri pada kesuksesan dan kebahagiaan sendiri, perasaan percaya diri pada kemampuan berpikir dan kemampuan menyelesaikan masalah hidup, Branden, (1995), sedangkan menurut Al-Obaydi (2021) harga diri mengacu pada evaluasi diri setiap individu mengenai perilaku dirinya kearah negatif ataupun positif. Sementara menurut Baguri et al. (2022) harga diri adalah bagaimana individu merasa apa yang mereka rasakan yang dipengaruhi oleh persepsi terhadap nilai dan kemampuan mereka dan penerimaan dari orang lain. Berdasarkan penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah sejauh mana individu memiliki perasaan positif dan negatif tentang dirinya sendiri yang dipengaruhi oleh berbagai perilaku, pikiran, emosi, pengalaman individu dan sejauh mana individu menghargai dan menyukai dirinya sendiri.

Aspek harga diri terdiri dari 2 bentuk yaitu: (1) Self-efficacy, artinya kepercayaan individu terhadap pikirannya untuk memahami, memilih, memutuskan pilihannya sendiri untuk mencapai tujuannya. (2) Self-respect, artinya keyakinan individu terhadap nilai dirinya, keyakinan untuk menyatakan pikiran, keinginan, dan kebutuhan dengan perasaan bahagia, keyakinan bahwa individu pantas untuk didukung, dilindungi, dan dihormati oleh orang lain Branden, (1995). Sedangkan menurut Rosenberg (dalam Sylvia, 2016) harga diri terdiri dari 2 yaitu penghormatan diri dan penerimaan diri, sikap individu dalam memandang diri baik itu kelebihan dan kekurangannya sehingga individu merasa puas dengan dirinya. dari dua aspek tersebut memiliki 5 indikator di antaranya yaitu akademik, keluarga, emosional, sosial, dan fisik.

Faktor-faktor yang memengaruhi harga diri dipengaruhi oleh 2 faktor: internal dan eksternal. Internal yaitu berasal dari dalam diri individu berupa keyakinan, pikiran, kebiasaan dan perilaku individu. Sedangkan faktor eksternal yaitu dipengaruhi oleh lingkungan seperti pesan yang

disampaikan secara verbal atau nonverbal, pengalaman dari orangtua, guru, organisasi atau komunitas, dan budaya (Branden, 1995)

Kata Syukur berasal dari bahasa arab yaitu al-syukur yang berarti ucapan terima kasih. Allah SWT menciptakan manusia dalam bentuk sempurna, diberi kenikmatan, dan karunia yang melimpah.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

“Sesungguhnya, Kami benar-benar telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.”

Pada QS. At-Tin Ayat 4 mengatakan manusia diciptakan sebaik-baiknya beserta kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya. Maka hendaknya manusia bersyukur atas apa yang diperoleh termasuk dalam fungsi-fungsi tubuhnya, raganya yang kuat, dan otak yang dapat berpikir. Manusia diberi akal agar mampu membedakan yang baik dan buruk, serta mengetahui mana yang bermanfaat dan dapat mencelakai dirinya.

Watkins, (2014) berpendapat bahwa kebersyukuran adalah perasaan menghargai ketika mendapatkan suatu penghargaan atau sesuatu yang terjadi dalam hidupnya. Sedangkan menurut Biber et al. (2022) kebersyukuran dapat diartikan sebagai bagian dari hidup yang patut di hargai seperti bersyukur atas kesehatan. Kebersyukuran adalah penghargaan terhadap apa yang berharga dan bermakna bagi diri sendiri. penghargaan terhadap nikmat apapun dan semua yang ada dalam hidup yang nilainya tak terbatas seperti bersyukur terhadap teman, keluarga, nikmat makan, tempat tinggal, dan kesempatan hidup (Kharbanda & Mohan, 2021). Kebersyukuran yaitu bagaimana individu merasa bersyukur terhadap hal sederhana yang didapatkan dalam hidupnya seperti bersyukur atas kesehatan yang didapat dan kesempatan yang terjadi dalam hidup.

Terdapat beberapa aspek kebersyukuran di antaranya yaitu; (1) A sense of abundance yaitu perasaan cukup di mana individu tidak merasa kekurangan atas apa yang dimiliki karena hidup memiliki nikmat yang melimpah. (2) An appreciation for simple pleasure yaitu perasaan syukur atas manfaat yang diberikan setiap hari. (3) An appreciation for others yaitu perasaan bersyukur atas kontribusi yang diberikan orang lain. (Watkins, 2014).

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

“Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat.”

Seperti dirawatkan dalam Al-Quran Surat Ibrahim Ayat 7 di atas, manusia hendaknya memiliki sikap rasa terima kasih atas penghargaan dan kelimpahan dalam hidupnya yang diberikan kepada Allah. Meskipun dalam ujian Allah hendaknya manusia bersyukur sebab ujian yang Allah berikan tidak akan mengalahkan nikmat yang sudah Allah berikan.

Adapun faktor-faktor yang patut disyukuri yaitu: (1) Recognizes the gift yaitu bersyukur atas nikmat yang didapatkan setiap hari. (2) Recognizes the goodness of the gift yaitu semakin individu menghargai hadiah yang diterimanya, individu semakin bersyukur. (3) Recognizes the goodness of the giver yaitu ketika melihat niat dari pemberi maka akan memunculkan kebersyukuran. 4) Recognizes the gratuitousness of the gift yaitu bersyukur ketika tidak memiliki ekspektasi apapun pada pemberi (Watkins, 2014).

Salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri adalah harga diri. Harga diri dapat berpengaruh negatif dan positif tergantung bagaimana individu menilai dirinya sendiri. Penilaian individu ini dipengaruhi oleh lingkungan seperti keluarga, pertemanan, sekolah, kuliah, kelompok, pengalamannya menghadapi kesuksesan dan kegagalan. Individu yang menilai dirinya positif maka ia percaya diri dalam melakukan sesuatu. Hal ini sesuai dengan penelitian Ahmed et al. (2021), individu dengan harga diri tinggi akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi juga dan menyukai interaksi sosial dengan lingkungannya. Begitu sebaliknya, individu yang harga dirinya rendah akan memiliki kepercayaan diri yang juga rendah dalam menghadapi interaksi sosial sehingga mereka cenderung menghindari situasi sosial.

Percaya diri berkaitan dengan keyakinan bahwa individu bisa melakukan dan mencapai tujuannya. Ketakutan gagal dapat menghalangi individu dalam melakukan sesuatu. Individu dengan percaya diri sadar dengan apa yang dilakukannya dan fokus dalam upaya mencapai tujuan yang ditentukan. Sesuai dengan penelitian Murad (2020) bahwa kepercayaan diri pada mahasiswa memengaruhi bagaimana individu mencapai tujuan mereka, percakapan sehari-hari antar individu, dan mendorong mahasiswa bersaing untuk mengembangkan diri.

Faktor lain yang memengaruhi kepercayaan diri yaitu kebersyukuran. Rasa syukur mampu membuat individu memaksimalkan emosi positifnya dan mengendalikan emosi negatif seperti sedih, cemas serta individu mampu menghargai kehidupannya, menurut Wood et al. (dalam Adriani et al., 2021). Sementara berdasarkan teori Huda (2016) bahwa untuk meningkatkan kepercayaan diri individu diperlukan adanya rasa syukur atas nikmat yang didapatkan dengan berpikir positif terhadap diri sendiri, lingkungan, situasi yang ada di sekitarnya dan meyakini manusia adalah ciptaan Allah yang paling terbaik.

Berdasarkan paparan yang sudah disampaikan di atas, masalah penelitian yang dirumuskan yaitu “Apakah harga diri dan kebersyukuran memiliki keterkaitan dengan kepercayaan diri?”, penelitian ini ingin mencapai tujuan yaitu mengetahui keterhubungan harga diri dan kebersyukuran dengan kepercayaan diri pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diharapkan penelitian ini memberikan manfaat penelitian ini yaitu (1) Manfaat praktis penelitian ini yaitu diharapkan membawa dampak positif untuk dosen, orangtua, terutama mahasiswa bagaimana meningkatkan kepercayaan diri dan mendorong semangat kepada mahasiswa untuk belajar

menghargai dirinya sendiri dan merasa syukur atas apa yang sudah diberikan dalam hidup. Selain itu, penulis berharap temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan untuk penelitian yang akan datang yang mempelajari harga diri, kebersyukuran, atau kepercayaan diri. (2) manfaat teoritis penelitian ini peneliti berharap dapat menambah pengetahuan dan pemahaman tentang harga diri, kebersyukuran, dan kepercayaan diri di bidang psikologi klinis. Hipotesis penelitian ini yaitu: (1) harga diri dan kebersyukuran memiliki hubungan yang positif dengan kepercayaan diri; (2) harga diri dan kepercayaan diri memiliki hubungan yang positif; dan (3) kebersyukuran dan kepercayaan diri memiliki hubungan yang positif..

2. METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif korelasional dengan dua variabel bebas yaitu harga diri (X1) dan Kebersyukuran (X2), serta satu variabel terikat yaitu kepercayaan diri (Y).

Populasi yang digunakan yaitu mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik cluster accidental sampling dengan 4 prodi yang didapat yaitu Pendidikan Agama Islam (PAI), Ilmu Qur'an dan Tafsir (IQT), Ilmu Komunikasi, dan Geografi. Jumlah populasi sebesar ± 3.222 dan sampel yang dibutuhkan sebesar 355 responden. Penelitian ini dapat digeneralisasi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta karena teknik yang diambil secara acak dan memberikan kesempatan yang sama kepada responden yang diteliti.. Pengumpulan data dilakukan dengan angket yang akan disebar secara langsung ke tempat penelitian dan alat ukur yang digunakan yaitu Skala Likert dimana untuk mengukur pendapat, persepsi, sikap individu terhadap sesuatu dengan pilihan jawaban nilai 5 untuk Sangat Setuju (SS), nilai 4 untuk Setuju (S), nilai 3 untuk Ragu-ragu (R), nilai 2 untuk Tidak Setuju (TS), dan nilai 1 untuk Sangat Tidak Setuju (STS). Kuesioner akan disebar secara langsung ke lapangan menggunakan kertas angket.

Variabel Kepercayaan diri akan diukur menggunakan Skala Kepercayaan Diri yang dibuat oleh peneliti berdasarkan teori Lauster, (2003) dengan jumlah 29 item yang terdiri dari 17 item favorable dan 12 item unfavorable. Variabel Harga diri diukur menggunakan Skala Harga Diri yang dibuat peneliti berdasarkan teori harga diri Branden (1995) dengan jumlah 28 item yang terdiri dari 17 item favorable dan 11 item unfavorable. Variabel Kebersyukuran diukur menggunakan Skala Kebersyukuran yang dibuat peneliti berdasarkan teori kebersyukuran Watkins (2013) dengan jumlah 27 item yang terdiri dari 17 item favorable dan 10 item unfavorable.

Untuk menguji validitas dilakukan dengan 2 *expert judgement* dari dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dan 1 orang lulusan Magister Profesi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Pengujian dilakukan dengan Aiken's V di Microsoft Excel. Apabila nilai $V < 0,70$, item dianggap gugur dan apabila nilai $V > 0,70$, item dianggap valid Pada

hasil perhitungan Skala Kepercayaan diri menunjukkan 29 item yang valid dari total 33 item dengan nilai $V = 0,75 - 0,92$ dan item yang gugur dengan nilai $V = 0,67$. Pada hasil perhitungan Skala Harga Diri menunjukkan 28 item yang valid dari total 30 item dengan nilai $V = 0,75 - 0,92$ dan item yang gugur dengan nilai $V = 0,42 - 0,67$. Pada hasil perhitungan Skala Kebersyukuran menunjukkan semua 27 item valid dengan nilai $V = 0,75 - 0,92$.

Uji reliabilitas diujikan kepada 60 responden dan diuji menggunakan metode Cronbach's alpha untuk mengetahui aitem mana yang tidak konsisten melalui aplikasi SPSS windows versi 24. Alat ukur dikatakan reliabel jika nilai koefisien reliabilitasnya 0.700 (Azwar, 2007). Skala kepercayaan diri memperoleh nilai Alpha Cronbach's sebesar $= 0,860$, skala harga diri mendapatkan nilai Alpha Cronbach's sebesar $= 0,878$, dan skala kebersyukuran mendapatkan nilai Alpha Cronbach's sebesar $= 0,938$. Berdasarkan nilai yang diperoleh dari tiap-tiap skala dikatakan reliabel sebab mendapatkan hasil lebih dari 0.700.

Teknik analisis menggunakan analisis regresi linier berganda yang meliputi beberapa variabel dengan menggunakan software Statistical Package for Social Science (SPSS) Windows versi 24 dalam mengolah data penelitian. Analisis ini untuk mengetahui hubungan dari variabel harga diri (X1) dan Kebersyukuran (X2), serta satu variabel tergantung yaitu kepercayaan diri (Y).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan secara langsung oleh peneliti kepada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan sampel 355 mahasiswa. Berikut tabel data demografis dalam penelitian ini:

Tabel 1. Data Demografis

Distribusi Data	Berdasarkan	Frekuensi	Prsentase %
Jenis Kelamin	Laki-Laki	130	37%
	Perempuan	225	63%
Prodi	Geografi	84	24%
	Ilmu Komunikasi	139	39%
	Pendidikan Agama Islam	97	27%
	Ilmu Qur'an dan Tafsir	35	10%
Angkatan	2019	94	26%
	2020	124	35%
	2021	89	25%
	2022	48	14%
Usia	18	3	1%
	19	16	5%
	20	99	28%
	21	120	33%
	22	99	28%
	23	15	4%
	24	3	1%
Jumlah		355	100%

Berdasarkan tabel 1 dapat dikatakan dalam penelitian ini responden perempuan lebih banyak daripada laki-laki sebesar 225 orang atau 63%. Responden pada penelitian ini lebih banyak dari prodi Ilmu Komunikasi daripada prodi lain sebesar 139 orang atau 39%. Angkatan 2020 lebih banyak dibandingkan dengan angkatan lainnya sebesar 124 orang atau 35% dengan usia 21 tahun yang paling banyak sebesar 120 orang atau 33% dimana usia tersebut termasuk dewasa awal. Menurut Santrock (2012) rentang usia dewasa awal berkisar 18-25 tahun dimana di masa perubahan fisik, membangun kemampuan personal, berkarir, membangun hubungan dengan teman, mengembangkan pikiran dan pengalaman individu. Dapat disimpulkan bahwa masa dewasa awal, individu akan mencari apa yang menjadi keinginannya dan bagaimana menghargai diri sendiri.

Penelitian ini menggunakan uji asumsi berupa uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, uji heteroskedastisitas, dan uji autokorelasi. Uji normalitas untuk melihat nilai residual yang berdistribusi normal menggunakan One Sample Kolmogorov-Smirnov dengan nilai Sig. (2-tailed) $p > 0.05$ maka dikatakan data tersebut terdistribusi normal.

Tabel 2. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
	Unstandardized Residual	Keterangan
Asymp Sig. (2-tailed)	0.074	Terdistribusi normal

Berdasarkan tabel One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test diperoleh nilai Asymp Sig. (2-tailed) $0.074 > 0.05$ yang artinya data tersebut terdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Linearitas

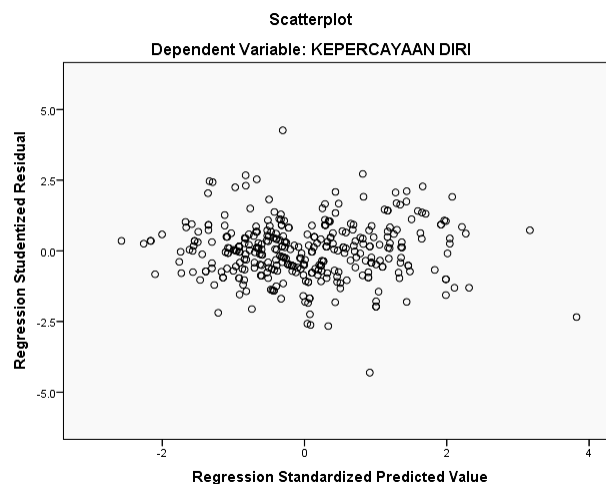
Variabel		Sig. Linearity	Keterangan
Bebas	Terikat		
Harga Diri	Kepercayaan Diri	0.000	Linear
Kebersyukuran	Kepercayaan Diri	0.000	Linear

Setelah dilakukan uji normalitas selanjutnya dapat dilihat dari uji linearitas pada Anova Table bagian Linearity untuk menunjukkan ada tidaknya hubungan yang positif atau negatif antara variabel bebas dan variabel tergantung. Jika nilai Sig. Linearity $p < 0.05$ data dianggap linear. Variabel harga diri memiliki nilai Sig. Linearity = 0.000, sehingga dapat disimpulkan variabel harga diri dan kepercayaan diri memiliki hubungan linear karena nilai Sig. Linearity $0.000 < 0.05$. Sedangkan, pada variabel kebersyukuran memperoleh nilai Sig. Linearity = 0.000 sehingga dapat disimpulkan variabel harga diri dan kepercayaan diri memiliki hubungan linear dengan nilai Sig. Linearity $0.000 < 0.05$.

Tabel 4. Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Harga Diri	0.606	1.650	Tidak terjadi multikolinearitas
Kebersyukuran	0.606	1.650	

Setelah dilakukan pengujian normalitas dan linearitas, dilanjutkan dengan uji multikolinearitas untuk melihat hubungan antar variabel bebas yang kuat (interkorelasi) dengan melihat nilai tolerance dan variance inflation factor (VIF). Data menunjukkan tidak terjadi miltikolinearitas apabila nilai tolerance > 0.10 . Pada variabel harga diri dan kebersyukuran diperoleh nilai tolerance 0.606 yang artinya tidak terjadi multikolinearitas karena > 0.10 . Sementara data dikatakan tidak terjadi multikolinearitas apabila nilai VIF < 10.00 . Pada variabel harga diri dan kebersyukuran diperoleh nilai VIF 1.650 yang artinya tidak terjadi multikolinearitas karena < 10.00 .



Gambar 1. Uji Heteroskedastisitas Scatterplots

Selanjutnya dilakukan uji heteroskedastisitas menggunakan scatterplots untuk melihat apakah varian dari nilai residual pada tiap variabel bebas memiliki kesamaan. Jika titik menyebar di antara angka 0 kearah atas dan ke bawah dan tidak membentuk suatu pola atau titik tidak mengumpul di atas dan bawah saja maka data dikatakan tidak terjadi heteroskedastisitas, pada gambar di atas terlihat, titik-titik menyebar dan tidak membentuk pola yang jelas yang artinya tidak terjadi heteroskedastisitas.

Tabel 5. Uji Autokorelasi

Model	R	R. Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	0.672	0.452	0.449	5.389	1.900

Setelah itu dilakukan uji autokorelasi dengan Durbin Watson dengan ketentuan: (1) Apabila nilai $d < \text{durbin batas bawah (DL)}$ artinya terdapat autokorelasi, (2) Apabila $\text{durbin batas atas (DU)} < d < 4 - \text{DU}$ artinya tidak terdapat autokorelasi. Nilai DL dan DU dilihat dari tabel Durbin Watson dengan nilai DL sebesar 1.81 dan nilai DU sebesar 1.83. Pada model *summary* didapatkan nilai Durbin-Watson sebesar 1.900 sehingga $1.83 < 1.900 < 4 - 1.83$ jika dikalkulasi memperoleh nilai Durbin Watson sebesar $1.83 < 1.90 < 2.17$ yang artinya tidak terdapat autokorelasi.

Tabel 6. Uji Hipotesis Mayor

Model	df	Mean Square	F	Sig.	Keterangan
Regression	2	4215.946	145.180	0.000	Hipotesis Diterima
Residual	352	29.039			
Total	354				
R= 0,672 : R ² = 0,452 ; Adjusted R ² = 0,449					

Setelah dilakukan uji asumsi berupa uji asumsi, selanjutnya pengujian hipotesis dengan analisis regresi berganda. Hipotesis diterima atau ada kaitannya antar variabel bebas dan tergantung jika nilai *Sig.* < 0.01. Pada penelitian ini hipotesis mayor diterima dengan nilai F hitung 145.180 > F tabel 99.496 dan nilai sig. 0.000 (<0,01). Hal ini sesuai dengan teori Lauster, (2003) dan Fatimah, (2010) bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh harga diri dan kebersyukuran.

Tabel 7. Uji Hipotesis Minor

Variabel	B	t	Beta	Sig.	Keterangan
(Constant)	35.024	11.655		0.000	
Harga Diri dan Kepercayaan Diri	0.493	11.465	0,581	0.000	Hipotesis diterima
Kebersyukuran dan Kepercayaan Diri	0.112	2.618	0,113	0.009	Hipotesis diterima

Selanjutnya uji regresi linear berganda memperoleh nilai konstanta (a) variabel kepercayaan diri sebelum dipengaruhi oleh variabel harga diri dan kebersyukuran sebesar 35.024. Pada hipotesis minor variabel harga diri dan kepercayaan diri diperoleh hasil nilai koefisien regresi sebesar 0,493 dan uji parsial (t) hitung sebesar 11.465 > t tabel 2.590 dengan *Sig.* sebesar 0.000 (<0,01) artinya ada hubungan positif yang signifikan antara harga diri dan kepercayaan diri. Semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi juga kepercayaan diri mahasiswa, sebaliknya, semakin rendah harga diri maka semakin rendah juga kepercayaan diri mahasiswa. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jaaffar et al., (2019) kepada 382 mahasiswa program Work Integrated Learning (WIL) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara harga diri dan kepercayaan diri dengan nilai p = 0.000. Ketika individu merasa kebutuhan harga dirinya terpenuhi, mereka akan merasa percaya diri, kompeten, dan berguna. Pada penelitian Setri & Nasution, (2021) juga menunjukkan adanya hubungan positif antara harga diri dan kepercayaan diri dengan nilai p = < 0.01 pada mahasiswa Universitas Potensi Utama.

Pada uji hipotesis minor kedua memperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,112 yang berarti setiap peningkatan kebersyukuran maka kepercayaan diri meningkat sebesar 0,112. Uji parsial (t) memperoleh nilai sebesar 2.618 > t tabel 2.590 dan *Sig.* sebesar 0.009 (<0.01) artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dan kepercayaan diri. Jika kebersyukuran semakin tinggi, kepercayaan diri juga semakin tinggi, sebaliknya, jika kebersyukuran semakin

rendah, kepercayaan diri juga semakin rendah. Hal ini membuktikan teori Huda, (2016) bahwa untuk meningkatkan kepercayaan diri perlu rasa syukur dengan berpikir positif terhadap diri sendiri, lingkungan, dan meyakini manusia adalah ciptaan Allah yang paling baik seperti dirawayatkan dalam QS. Ali Imran Ayat 139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”

Pandangan seseorang terhadap dirinya ditentukan oleh cara berpikirnya, seseorang yang memandang dirinya tidak mampu dan tidak yakin akan mempengaruhi potensi dalam dirinya yang dapat dikembangkan. Meyakini kemampuan dengan bersyukur dan berdoa kepada Allah untuk mampu melakukan tugasnya sehingga individu tidak cepat menyerah dan putus asa.

Namun penelitian ini berbeda dengan penelitian Sharma & Kumar (2015) yang menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara kebersyukuran dan kepercayaan diri. Perbedaan penelitian ini dapat disebabkan karena tempat penelitian yang berbeda, subjek penelitian, dan variabel lain yang mempengaruhi kepercayaan diri jika dilihat dari sumbangan efektif penelitian ini sebesar 54,8% berasal dari variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Perbedaan penelitian ini dapat disebabkan karena tempat penelitian yang berbeda, subjek penelitian, dan variabel lain yang mempengaruhi kepercayaan diri jika dilihat dari sumbangan efektif penelitian ini harga diri dan kebersyukuran memperoleh nilai R² sebesar 0.452 yang artinya sumbangan dua variabel bebas harga diri dan kebersyukuran dengan kepercayaan diri sebesar 45,2% di antaranya harga diri sebesar 6,6%, dan kebersyukuran sebesar 38,6% sementara sumbangan dari variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini sebesar 54,8%.

Tabel 8. Kategorisasi Kepercayaan Diri

Skor Interval	Kategorisasi	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Presentase (%)
≤ 58	Rendah			0	0%
58 < X ≤ 87	Sedang	72,5	83,68	259	73%
X > 87	Tinggi			96	27%

Dari perhitungan hasil analisis terdapat lima kategori ialah kategori dengan sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Pada variabel kepercayaan diri diperoleh hasil Rerata Empirik (RE) sebesar 83,68 dan Rerata Hipotetik (RH) sebesar 72,5 yang artinya mahasiswa UMS prodi Geografi, Ilmu Komunikasi, Pendidikan Agama Islam (PAI), Ilmu Qur'an dan Tafsir (IQT) dengan rentang usia 18-24 tahun mempunyai tingkat kepercayaan diri sedang 73% . Mahasiswa dengan kepercayaan diri kategori sedang sebanyak 73% atau sejumlah 259 orang dari 355 subjek. Mahasiswa dengan kepercayaan diri sedang menunjukkan bahwa individu yakin dengan kemampuan

yang ia miliki namun juga memiliki ketidakyakinkan akan kemampuannya dan cenderung pasrah. Hal ini sejalan dengan Marheni, (2022) mahasiswa dengan kepercayaan diri sedang cenderung pasif dalam lingkungan perkuliahan namun mahasiswa masih memiliki semangat untuk belajar dan bekerja kelompok. Mahasiswa dengan kepercayaan tinggi 27% atau sejumlah 96 orang dari 355 subjek. Mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi menunjukkan bahwa individu mampu melakukan segala sesuatu dan yakin akan kemampuannya, memiliki pandangan positif, berani mengungkapkan pendapatnya. Hal ini sejalan dengan (Fatimah, 2010) individu yang memiliki pandangan positif pada dirinya, berani menghadapi penolakan, yakin dengan kemampuannya, dan memiliki pikiran yang realistis menunjukkan individu dengan kepercayaan diri yang tinggi.

Tabel 9. Kategorisasi Harga Diri

Skor Interval	Kategorisasi	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi	Presentase
$X \leq 56$	Rendah			0	0%
$56 < X \leq 84$	Sedang	70	80,11	259	73%
$X > 84$	Tinggi			96	27%

Pada variabel harga diri diperoleh nilai Rerata Empirik (RE) sebesar 80.11 dan Rerata Hipotetik (RH) sebesar 70 artinya mahasiswa UMS prodi Geografi, Ilmu Komunikasi, Pendidikan Agama Islam (PAI), Ilmu Qur'an dan Tafsir (IQT) dengan rentang usia 18-24 tahun mempunyai harga diri sedang 73% atau sejumlah 259 orang dari 355 subjek. Mahasiswa dengan harga diri sedang terletak di antara harga diri yang tinggi dan juga rendah. Individu yakin bahwa dirinya berharga namun apabila menghadapi suatu masalah, individu merasa dirinya tidak berharga. Hal ini sejalan dengan Coopersmith Stanley, (1981) individu dengan harga diri sedang menilai dirinya secara seimbang. Mahasiswa dengan harga diri tinggi sebanyak 27% atau sejumlah 96 orang dari 355 subjek. Mahasiswa dengan harga diri tinggi menunjukkan individu merasa dirinya berharga, dapat menjaga perilaku dan tindakannya serta mampu menerima kritik (Coopersmith Stanley, 1981).

Tabel 10. Kategorisasi Kebersyukuran

Skor Interval	Kategorisasi	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi	Presentase
$X \leq 54$	Rendah			0	0%
$54 < X \leq 81$	Sedang	67,5		183	51,5%
$X > 81$	Tinggi		81,78	172	48,5%

Pada variabel kebersyukuran diperoleh nilai Rerata Empirik (RE) sebesar 81,78 dan Rerata Hipotetik (RH) sebesar 67,5% yang artinya mahasiswa UMS prodi Geografi, Ilmu Komunikasi, Pendidikan Agama Islam (PAI), Ilmu Qur'an dan Tafsir (IQT) dengan rentang usia 18-24 tahun memiliki kebersyukuran sedang sebanyak 25% atau sejumlah 92 orang dari 355 subjek. Mahasiswa

dengan kebersyukuran sedang menunjukkan bahwa individu merasa bersyukur dengan apa yang dimilikinya, bersyukur atas pemberian orang lain namun ada hal yang belum ia syukuri. Hal ini sejalan dengan Hayati, (2013) individu merasa bahagia atas apa yang diterimanya namun juga merasakan penyesalan dengan apa yang belum diraih. Mahasiswa dengan kebersyukuran tinggi sebanyak 52% atau 187 orang dari 355 subjek. Mahasiswa dengan kebersyukuran tinggi menunjukkan bahwa individu bersyukur dengan hidupnya, menghargai pemberian orang lain dan menyadari bahwa setiap orang memiliki sesuatu yang patut disyukuri (Ilham et al., 2019).

4. PENUTUP

Hasil penelitian pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta prodi Geografi, Ilmu Komunikasi, PAI, dan IQT menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara harga diri, kebersyukuran, dan kepercayaan diri. Kemudian hasil lain menunjukkan bahwa harga diri dengan kepercayaan diri mahasiswa terdapat hubungan positif yang signifikan, yang berarti mahasiswa yang harga dirinya lebih tinggi juga memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi. Namun sebaliknya, harga dirinya semakin rendah juga kepercayaan diri lebih rendah. Selanjutnya, penelitian ini menghasilkan bahwa kebersyukuran dengan kepercayaan diri terdapat hubungan positif yang signifikan. Jika kebersyukuran individu lebih tinggi, memiliki kepercayaan diri juga lebih tinggi. Sebaliknya, kebersyukuran individu lebih rendah, memiliki kepercayaan diri yang juga lebih rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, R., Sagir, A., & Fadhila, M. (2021). Kebersyukuran Terhadap Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Terhadap Wanita Dewasa Awal. *Taujihat: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 135–150. <https://journal.iain-samarinda.ac.id/index.php/TAUJIHAT/index>
- Ahmed, O., Siddiqua, S. J. N., Alam, N., & Griffiths, M. D. (2021). Problematic Social Media Use, Social Avoidance and Distress, Self-esteem. *Technology in Society*, 64, 1–22.
- Al-Obaydi, L. H. (2021). EFL College Students' Self-Esteem And Its Correlation To Their Attitudes Towards Inclusive Education. *Journal of Educational Sciences, Theory and Practice*, 16(1), 27–34. <https://doi.org/10.46763/jespt211610027ao>
- Angelis, D. B. (2003). *Percaya Diri*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Baguri, E. M., Roslan, S., Hassan, S. A., Krauss, S. E., & Zaremohzzabieh, Z. (2022). How Do Self-Esteem, Dispositional Hope, Crisis Self-Efficacy, Mattering, and Gender Differences Affect Teacher Resilience during COVID-19 School Closures? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph19074150>
- Biber, D. D., Melton, B., & Czech, D. R. (2022). The impact of COVID-19 on college anxiety, optimism, gratitude, and course satisfaction. *Journal of American College Health*, 70(7), 1947–1952. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1842424>

- Branden, N. (1995). *The Six Pillars of Self-Esteem*. Bantam Doubleday Dell Publishing Group Incorporated .
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. CV Pustaka Setia.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi* (R. Kusumaningratri, Ed.; Cetakan II). Ar-Ruzz Media.
- Hidayat, D. R., Ramadhani, S., Nursyifa, T., & Afiyanti, Y. (2020). Harga Diri Mahasiswa yang Terlambat Menyelesaikan Studi. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 34(2), 101–108. <https://doi.org/10.21009/pip.342.4>
- Huda, N. (2016). Konsep Percaya Diri Dalam Al-Qur'an Sebagai Upaya Pembentukan Karakter Bangsa. *Jurnal Ilmiah: Inovatif*, 2(2), 65–90.
- Ilham, F., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Profil Tingkat Gratitude Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 59–64. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Jaaffar, A. H., Ibrahim, H. I., Rajadurai, J., & Sadiq Sohail, M. (2019). Psychological impact of work-integrated learning programmes in Malaysia: The moderating role of self-esteem on relation between self-efficacy and self-confidence. *International Journal of Educational Psychology*, 8(2), 188–213. <https://doi.org/10.17583/ijep.2019.3389>
- Kharbanda, A., & Mohan, A. (2021). Relationship between gratitude and happiness among young adults. *IAHRW International Journal of Social Sciences*, 9(2), 88–92. <https://www.researchgate.net/publication/361255854>
- Lam, K. K. L. (2021). The mediating effect of gratitude in the relationship between zest for life and depression. *Personality and Individual Differences*, 171. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110476>
- Lauster, P. (2003). *Tes Kepribadian*. Bumi Aksara.
- Moneva, J., & Tribunalo, S. M. (2020). Students' Level of Self-confidence and Performance Tasks. *Asia Pacific Journal of Academic Research in Social Sciences* , 5(1), 42–48. <https://www.researchgate.net/publication/343568936>
- Muhyadi, N. K., Kepercayaan, P., Dan, D., Berkomunikasi, K., Pendidikan, M., Perkantoran, A., Ekonomi, F., & Yogyakarta, U. N. (2018). PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI THE INFLUENCE OF THE CONFIDENCE AND COMMUNICATING SKILL TO THE PUBLIC SPEAKING SKILL OF OFFICE ADMINISTRATION EDUCATION DEPARTMENT STUDENTS OF THE FACULTY OF ECONOMIC YOGYAKARTA STATE UNIVERSITY. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran*, 7(2), 128–135.
- Murad, O. S. (2020). Social Anxiety in Relation to Self-Esteem among University Students in Jordan. *International Education Studies*, 13(2), 96. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n2p96>
- Nadiah, & Arina, I. (2019). The Students' Self-Confidence in Public Speaking. In *ELITE Journal* (Vol. 1, Issue 1). <https://www.elitejournal.org/index.php/ELITE>
- Pribadi, E. A., Erdiansyah, R., & Tarumanagara, U. (2019). Pengaruh Kepercayaan Diri dan Harga Diri Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Remaja di Jakarta. *Koneksi*, 3(2), 453–462.
- Ridwan, O. A., Widyastuti, Fakhri, N., Psikologi, F., Negeri Makassar, U., & Selatan, S. (2021). Efektivitas Pelatihan Gratitude dalam Meningkatkan Harga Diri Remaja Perempuan yang Mengalami Body Dissatisfaction. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(2).

- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development* (Seventeenth Edition). Mc.Graw-Hill Education.
- Setri, F. D., & Nasution, F. Z. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama. *Jurnal FPSi*, 2(1), 12–22.
- Sharma, P., & Kumar, S. (2015). Optimism, Gratitude and Emotional Intelligence as Correlates of Self-Confidence of Early Adults. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(4). <http://www.ijip.in>
- Sudarmono, Apuanor, & Eva Utami. (2018). Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa Ditinjau dari Public Speaking. *Jurnal Paedagogie Media Kependidikan, Keilmuan, Dan Keagamaan*, 6(2), 71–78.
- Sylvia, R. (2016). Hubungan Self Esteem Dan Motivasi Belajar Terhadap Pendidikan Kewarganegaraan. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 7(2), 311–328.
- Thalib, S. B. (2016). Hubungan Percaya Diri dan Harga Diri dengan Kemampuan Bergaul Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(3).
- Veronika, N., Sugiarti, R., & Erlangga, E. (2021). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Mahasiswa Cerdas Istimewa Pada Pembelajaran Klinik. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(4), 1898–1913. <https://doi.org/10.36418/syntax>
- Watkins, P. C. (2014). *Gratitude and the Good Life Toward a Psychology of Appreciation*. Springer Science+Business Media.
- Widjaja, H. (2016). *Berani Tampil Beda dan Percaya Diri*. Araska Publisher.