

OPTIMISME REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN DITINJAU DARI KEBERSYUKURAN DAN KONSEP DIRI

Abdi Winarni Wahid¹, Ageng Larasati², Ayuni³, Fuad Nashori⁴

Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia

Jl. Kaliurang Km. 14,5 Besi, Sleman, Yogyakarta, 55584

¹agenglarasati@gmail.com; ²agenglarasati@gmail.com; ³ayunii1212@gmail.com;

fuadnashori@yahoo.com⁴

Abstract

Most of teenager who live in orphanage might experience lack of self-fulfillment in both physical and psychological needs that impact on their optimism. There are some factors that influence on optimism, those are: gratefulness and self-concept. This research aims to find the effect of gratefulness and self-concept to optimism of teenager who live in orphanage. 243 teenagers who live in 9 orphanages in Sleman, Yogyakarta were involved as subjects. Data were collected through Optimism Life Orientation Test Revised (LOT-R), gratefulness scale and *Tennessee Self Concept Scale* (TSCS). Data were analyzed using multiple linear regressions which were computed through *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) for windows release 22,0. The results showed that gratefulness and self-concept effect on optimism. Gratefulness and positive self-concept allow teenager to be more aware to their competencies which encourage them to improve their capability as well as their skills that in turn leads to the higher optimism.

Keywords: gratefulness, optimism, self-concept

Abstrak

Sebagian besar remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami kekurangan dalam pemenuhan kebutuhannya, baik secara fisik maupun psikologis, yang dapat berpengaruh terhadap optimismenya. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi optimisme dalam diri individu, antara lain kebersyukuran dan konsep diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran dan konsep diri terhadap optimisme pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Subjek penelitian ini adalah 243 remaja yang tinggal di 9 panti asuhan di wilayah Sleman Yogyakarta. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala optimisme *Life Orientation Test-Revision* (LOT-R), skala kebersyukuran dan skala konsep diri. Teknik regresi linier berganda dengan menggunakan program komputasi *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) for windows release 22,0 dilakukan untuk menganalisis data yang terkumpul. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh kebersyukuran dan konsep diri terhadap optimisme. Remaja dengan kebersyukuran yang tinggi dan konsep diri yang positif mampu melihat potensi yang dimiliki sehingga dapat memanfaatkan kesempatan untuk melatih, mengasah, dan mengembangkan diri, yang pada gilirannya dapat meningkatkan optimismenya.

Kata kunci: kebersyukuran, optimisme, konsep diri

Pendahuluan

Dalam rentang kehidupan manusia, masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini terjadi banyak perubahan esensial dalam diri individu yang berkaitan dengan fungsi jasmani maupun rohani. Salah satu perubahan yang sangat signifikan pada masa ini adalah tumbuhnya kesadaran akan kemampuan, potensi, dan cita-cita (Kartono, 2007). Oleh karena itu, pada masa remaja, individu mulai memiliki rasa optimisme yang tinggi, karena pada masa ini remaja memiliki keyakinan terhadap kemampuan dan potensi yang dimilikinya. Hasil riset (Nashori, 2011) menunjukkan bahwa salah satu karakter orang muda Indonesia, termasuk remaja, yang berbeda dengan karakter orang yang sudah dewasa adalah harapan (*hope*) atau optimisme. Orang muda memiliki optimisme yang lebih tinggi dibanding orang dewasa.

Optimisme merupakan keyakinan individu secara komprehensif terhadap hal-hal yang baik, mampu berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi dirinya (Seligman, 2006). Optimisme memberikan pengaruh positif terhadap diri individu. Individu dengan optimisme yang tinggi memiliki moral yang baik, motivasi, prestasi, kondisi kesehatan yang baik, dan kemampuan untuk mengatasi permasalahan (Chang & McBride-Chang, 1996) serta motivasi berprestasi yang tinggi (Aisyah, Yuwono, dan Zuhri, 2015). Hasil penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa optimisme berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan fisik dan mental melalui peningkatan gaya hidup sehat serta perilaku yang adaptif dan respon kognitif yang berhubungan dengan fleksibilitas dan kapasitas penyelesaian masalah (Conversano et al., 2010).

Optimisme berpengaruh positif terhadap kualitas hidup (Primardi & Hadjam, 2010), kesejahteraan psikologis (Cha, 2003; Harpan, 2015; Ryan & Deci, 2000), kebahagiaan (Ryan & Deci, 2000), ketekunan, akademik, atletik, moral, pekerjaan, kesuksesan politik, popularitas, kesehatan yang lebih baik, pemecahan masalah yang efektif, bahkan untuk memperpanjang umur dan terbebas dari stres juga trauma (Peterson, 2000), kesehatan mental yang lebih baik dengan menggunakan gaya hidup dan perilaku yang sehat, memiliki pandangan positif terhadap masa depan, penekanan pada aspek positif dari kejadian, tidak frustrasi dalam kekalahan, kepercayaan diri pada kemampuan dan bakat mereka, dan juga menggunakan strategi penanganan yang berorientasi masalah (Rezaei, Sina, Mousavi, Safari, & Bahrami, 2015). Sebaliknya, rendahnya optimisme berhubungan dengan stres (Shaheen, Andleeb, Ahmad, & Bano, 2014), kerenggangan sosial, pasif, kegagalan, depresi serta kemungkinan munculnya penyakit fisik dan kematian (Rezaei, Sina, Mousavi, Safari, & Bahrami, 2015).

Perkembangan optimisme dalam diri individu dipengaruhi oleh pengasuhan orang tua (Hutz, 2014). Orang tua memegang peranan penting dalam memenuhi kebutuhan remaja seperti perasaan aman, suasana kehangatan keluarga yang didasari oleh kasih sayang yang berperan dalam mengoptimalkan fungsi perkembangan remaja secara fisik, psikologis, dan sosialnya termasuk optimisme.

Pada kenyataannya tidak semua remaja tumbuh dengan kasih sayang dari orang tua. Beberapa remaja kehilangan orang tua sejak kecil atau karena alasan tertentu seperti kemiskinan (Treanor, 2012) harus hidup terpisah dengan orang tua dan tinggal di panti asuhan. Menurut Anwar (2015), beberapa permasalahan psikologis dialami oleh remaja

yang tinggal di panti asuhan disebabkan banyaknya kebutuhan psikologis yang belum terpenuhi, seperti kebutuhan rasa aman, kasih sayang, serta harapan yang kabur tentang masa depannya. Hal tersebut membuat mereka merasa rendah diri dan pesimis akan masa depan. Beberapa penelitian juga menemukan bahwa remaja remaja yang terpisah dari orangtua yang diakibatkan oleh kematian orangtua, yaitu yatim, piatu, dan yatim piatu, sangat beresiko mengalami distress (Nyamukapa, Gregson, Wambe, Mushore, Lompan, & Mupambirezy, 2010), gangguan perkembangan, perasaan rendah diri, kecemasan, dan depresi (Fawzy & Fouad, 2010). Remaja, yang telah menjadi yatim, piatu atau yatim piatu sejak usia kanak-kanak mengalami kesedihan, rasa bersalah, kemarahan baik terhadap diri sendiri maupun kondisi yang diamalinya, serta memiliki perasaan tertekan, dan kehilangan harapan akan masa depan yang tersimpan (Sengendo & Nambi, 1997).

Berdasarkan hasil wawancara terhadap salah satu subjek di panti asuhan X di Yogyakarta didapatkan hasil bahwa subjek merasa dirinya tidak dapat menggapai cita-citanya. Subjek merasa tidak yakin dapat melanjutkan sekolah ke jenjang perguruan tinggi karena keterbatasan biaya dan kemampuannya. Hal tersebut menunjukkan ada sikap pesimis terhadap masa depannya.

Menumbuhkan optimisme dalam diri individu dapat dilakukan dengan meningkatkan kebersyukuran dan konsep diri positif. Kebersyukuran atau perasaan bersyukur adalah suatu bentuk perasaan yang berhubungan dengan rasa berterima kasih, berpikir positif, menerima, dan memberikan rasa kebahagiaan (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). Perasaan-perasaan ini ketika dimiliki oleh seseorang akan mempengaruhi cara pandanganya menjadi lebih optimis. Hasil penelitian sebelumnya membuktikan bahwa kebersyukuran berhubungan dengan sikap optimisme (Auliyyah, 2016).

Dalam prespektif Islam, konsep syukur didasar pada QS Ibrahim ayat 7, Allah SWT berfirman dalam yang artinya: *“Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan: “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu.”* Berdasarkan ayat tersebut dapat dipahami bahwa jika orang-orang yang bersyukur, maka akan Allah akan menambahkan berbagai kebaikan dan keberkahan hidup kepada mereka. Oleh karena itu, dengan bersyukur maka seseorang seharusnya lebih yakin akan hal-hal positif yang akan terjadi pada kehidupannya. Ayat Al-Qur’an ini juga didukung oleh hasil penelitian (Cahyandari, Nashori, & Sulistyarini, 2015) yang menunjukkan hasil bahwa kebersyukuran yang tinggi akan mengoptimalkan kualitas hidup individu. Kualitas hidup individu merupakan salah satu nikmat dari Allah SWT.

Selain itu, salah satu faktor internal yang mempengaruhi optimisme adalah konsep diri (Kurniawan, Priyatama, & Karyanta, 2015). Konsep diri merupakan gambaran dan harapan seseorang yang berkaitan dengan cara memandang dirinya, cita-citanya dan keadaan diri yang sebenarnya baik pada aspek fisik maupun psikologis (Hurlock, 2008). Konsep diri positif akan membuat individu memiliki keyakinan akan kemampuannya sehingga mampu mengasah kompetensi interpersonalnya (Nashori, 2000). Inividu dengan konsep diri yang baik akan mampu mengoptimalkan kemampuannya dengan memanfaatkan banyak kesempatan untuk melatih, mengasah kemampuan yang pada gilirannya akan meningkatkan optimisme (Kurniawan dkk., 2015).

Beberapa penelitian sebelumnya telah membuktikan adanya hubungan positif antara kebersyukuran dan optimisme. Penelitian Auliyyah (2016) membuktikan bahwa

kebersyukuran berhubungan positif dengan optimisme pada mustahiq (orang yang berhak menerima zakat). Penelitian lain yang dilakukan oleh Kurniawan dkk (2015) dan Asturini (2016) membuktikan bahwa konsep diri yang positif berhubungan positif dengan optimisme pada mahasiswa. Penelitian-penelitian tersebut membuktikan hubungan optimisme dengan masing-masing variabel yaitu kebersyukuran juga variabel konsep diri. Akan tetapi, belum ada penelitian yang menggunakan variabel kebersyukuran dan konsep diri secara bersama untuk melihat hubungan kedua variabel tersebut dengan optimisme. Hal ini menunjukkan keaslian topik dari penelitian ini.

Selain itu, subjek yang digunakan pada penelitian-penelitian sebelumnya juga memiliki karakteristik yang berbeda-beda. Mahasiswa dikenal sebagai kaum intelektual yang sebagian besar memiliki status ekonomi menengah ke atas. Sementara remaja di panti asuhan yang menjadi subjek penelitian ini sebagian besar memiliki karakteristik yang sebaliknya. Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai peran kebersyukuran dan konsep diri terhadap optimisme pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

Metode Penelitian

Penelitian ini melibatkan 243 orang remaja usia 10 – 24 tahun (152 perempuan; 91 laki-laki) yang tinggal di 9 panti asuhan di wilayah Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, sebagai subjek. Pemilihan subjek dilaksanakan secara acak melalui teknik *proportional sampling*. Data sebaran jumlah subjek pada setiap panti asuhan dapat dilihat di tabel.1

Tabel 1
Proporsi jumlah subjek pada setiap panti

No	Nama Panti Asuhan	Jumlah Subjek
1	A	81
2	B	25
3	C	21
4	D	15
5	E	4
6	F	36
7	G	15
8	H	36
9	I	23
Jumlah	9	243

Proses pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan skala kepada subjek yang menyatakan kesediaannya untuk terlibat dalam penelitian. Subjek diminta untuk mengisi skala secara langsung setelah mendapatkan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan jaminan kerahasiaan data.

Tiga skala digunakan untuk mengumpulkan data. ketiga skala tersebut yaitu: skala optimisme *Life Orientation Test-Revision* (LOT-R) (Scheier, Carver, & Bridges, 1994) yang telah dimodifikasi oleh Nugroho (2015). Skala ini diujicobakan kembali pada subjek penelitian dengan hasil koefisien alpha sebesar 0.810 dan koefisien korelasi item-total yang bergerak dari 0.451- 0.588. Skala ini terdiri atas 10 aitem dengan aspek

positif, negatif, dan pengalih perhatian. Item-item pada aspek positif diberi skor 0, 1, 2, 3, 4, 5 (sangat tidak setuju ke sangat setuju). Sedangkan untuk item-item negatif, skoring dilakukan dengan cara berkebalikan. Sementara, untuk 4 item pengalih perhatian, 2 aitem merupakan pernyataan yang mendukung objek yang diukur (*favorable*) mengikuti cara skoring aitem positif, sedangkan 2 aitem lainnya merupakan pernyataan yang tidak mendukung objek yang diukur (*unfavorable*) mengikuti cara skoring aitem negatif.

Skala kedua adalah skala kebersyukuran. Skala ini disusun sendiri oleh peneliti yang berdasarkan aspek-aspek kebersyukuran yang dikemukakan oleh ahli (Al-Munajjid, 2006), yakni mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas nikmat yang diberikan-Nya. Skala ini terdiri atas 23 aitem dengan koefisien alpha 0.765 dan indeks daya beda item yang bergerak dari 0.309-0.519.

Skala ketiga adalah skala konsep diri *Tennessee Self Concept Scale* (TSCT) yang disusun oleh Fitts (1971) dan telah dimodifikasi oleh Apriyana (2015) dengan koefisien alpha sebesar 0.908 dan indeks daya beda item antara 0.312-0.416. Skala ini terdiri dari 49 aitem ini disusun berdasarkan aspek-aspek konsep diri yang meliputi meliputi identitas diri, diri perilaku, penerimaan atau penilaian diri (Fitts, 1971). Skala ini diujicobakan kembali pada subjek penelitian ini dengan hasil koefisien reliabilitas sebesar 0.900 dan indeks daya beda item antara 0.302-0.544.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik analisis regresi linier berganda yang dilakukan melalui program komputasi *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) for windows release 22,0.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan uji analisis regresi linier berganda diperoleh nilai F sebesar 31.307 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0.01$). Hal ini berarti kebersyukuran dan konsep diri berpengaruh terhadap optimisme. Hasil analisis juga menunjukkan nilai R square sebesar 0.207. Hal tersebut berarti kebersyukuran dan konsep diri secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 20.7 %.

Hasil uji regresi berganda juga menunjukkan koefisien beta sebesar 0,132 dan nilai signifikansi sebesar 0.041 ($p < 0,05$) pada pengaruh kebersyukuran terhadap optimisme. Hasil analisis juga menunjukkan nilai R square sebesar 0.091 yang berarti kebersyukuran memberikan sumbangan efektif sebesar 9.1% terhadap optimisme. Dari hasil analisis data juga diketahui ada hubungan antara konsep diri dan optimisme yang ditunjukkan dengan koefisien beta sebesar 0.381 dan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Konsep diri memberikan sumbangan efektif sebesar 19.7 % pada optimisme. Hasil analisis data dapat dilihat pada tabel.2

Hasil analisis data menunjukkan bahwa kebersyukuran dan konsep diri secara bersama-sama memberikan pengaruh sebesar 20.7% terhadap optimisme pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Emmons dan McCullough (2004) menjelaskan bahwa syukur merupakan sebuah bentuk emosi atau perasaan yang dimiliki individu, yang berkembang menjadi sikap, sifat moral yang baik, terwujud dalam kebiasaan, menjadi karakter kekepribadian, dan pada gilirannya mempengaruhi cara seseorang memberikan respon atau bereaksi terhadap sesuatu atau situasi. Individu dengan kebersyukuran yang tinggi akan mampu mengenal semua nikmat yang telah Allah SWT berikan, termasuk pengenalan atas potensi-potensi diri. Pengenalan terhadap potensi diri akan

menumbuhkan perasaan mampu dan kompeten dalam diri serta perasaan berharga dalam diri individu (Cast & Burke, 2002). Persepsi akan kemampuan dan kompetensi diri berdampak pada harapan yang positif terhadap masa depan. Optimisme akan mempengaruhi regulasi diri yang menggerakkan individu dalam mencapai tujuan dan mengeluarkan usaha yang besar ketika menghadapi tantangan atau hambatan (Peterson, 2000).

Tabel 2
Analisis Regresi Berganda

Model	R	R ²	Change Statistics	
			Signifikansi	
1	.455 ^a	.207	.000	

Coefficients				
Model		Beta	T	Sig.
1	(Constant)		8.699	.000
	Kebersyukuran	.132	2.052	.041
	KonsepDiri	.381	5.935	.000

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa kebersyukuran memberikan sumbangan efektif sebesar 9.1% terhadap optimisme. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Auliyah,(2016) yang membuktikan bahwa kebersyukuran berhubungan dengan sikap optimisme. Individu dengan kebersyukuran yang tinggi mampu menerima segala hal yang terjadi dalam hidupnya dan mempersepsinya sebagai nikmat yang diberikan oleh Allah SWT . Hal tersebut membuat menumbuhkan harapan yang positif terhadap diri sendiri dan lingkungannya serta mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Menurut ahli (McCullough, dkk., 2002), perasaan bersyukur berhubungan dengan rasa berterima kasih berpikir positif, menerima dan memberikan rasa kebahagiaan yang akan mempengaruhi cara pandangnya menjadi lebih optimis.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa konsep diri memberikan pengaruh sebesar 19.7% terhadap optimisme. Remaja dengan konsep diri yang positif akan lebih terampil dan percaya diri dan lebih optimis dalam menghadapi berbagai situasi yang dialami. Sebaliknya, remaja dengan konsep diri yang negatif, akan mengalami hambatan dalam penerimaan diri dan penyesuaian diri yang baik (Montana, 2001). Menurut Seligman (2008) optimisme akan menyebabkan seseorang menilai sesuatu secara lebih baik. Individu yang memiliki konsep diri positif berhubungan erat dengan kemampuan individu tersebut dalam mengenal dirinya sendiri, menerima keberadaan orang lain, berpikir positif, serta mampu merancang tujuan-tujuan yang realistis dan dmiliki pola perilaku positif (Calhoun dan Acocella,1990). Sebaliknya, orang dengan konsep diri yang negatif kurang memiliki pengetahuan evaluasi dan pengharapan yang terhadap dirinya sendiri.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan dkk, (2015) yang menemukan bahwa konsep diri berhubungan positif dengan optimisme mahasiswa. Konsep diri positif akan lebih mengenal diri termasuk potensi dan keterbatasan diri serta mampu menerima kondisi dirinya. Penerimaan diri tersebut berpengaruh membuatnya mampu mengoptimalkan potensinya, memanfaatkan banyak kesempatan untuk mengasah dan melatih keterampilan dan kemampuan yang dimiliki. Individu dengan konsep diri yang positif cenderung memiliki kemampuan untuk mengenal dirinya sendiri, menerima keberadaan orang lain, berpikir positif, serta

mampu merancang tujuan-tujuan yang realistis dan memiliki pola perilaku positif. Hal tersebut berlaku sebaliknya, individu yang memiliki konsep diri negatif akan mengalami kesulitan untuk berharap pada dirinya sendiri (pesimis) (Thanoesya, Syahniar, dan Ildil, 2016).

Simpulan

Kebersyukuran dan konsep diri memiliki peran yang positif terhadap optimisme yang dimiliki remaja yang tinggal di panti asuhan. Kebersyukur yang tinggi yang diimplementasikan melalui hati, lisan dan perilakunya akan membuat individu berpandangan positif dan yakin terhadap hidupnya. Begitu pula individu yang memiliki konsep diri yang positif, konsep diri positif akan mendorong seseorang memiliki kemampuan mengenal dirinya sendiri, menerima keberadaan orang lain, berpikir positif, serta mampu merancang tujuan-tujuan yang realistis sehingga mampu memanfaatkan kesempatan untuk melatih, mengasah, dan mengembangkan diri, yang pada gilirannya dapat meningkatkan optimismenya.

Daftar Pustaka

- Aisyah, S., Yuwono, S., & Zuhri, S. (2015). Hubungan antara self-esteem dengan optimisme masa depan pada siswa santri program tahfidz di pondok pesantren al-Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten. *Jurnal Indigenous*, 13(2), 1–8.
- Al-Munajjid, M. S. (2006). *Silsilah amalan hati*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Anwar, Z. (2015). Penerapan konseling kelompok untuk meningkatkan happiness pada remaja panti asuhan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 03(1), 144–153. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Asturini, H. R. (2016). *Hubungan konsep diri dengan sikap optimisme dalam meraih gelar sarjana pada mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam IAIN Salatiga. Skripsi*. IAIN Salahtiga.
- Auliyah, I. R. (2016). *Hubungan antara bersyukur dengan optimisme pada mustahiq lazis sabilillah malang. Skripsi*. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Cahyandari, R., Nashori, F., & Sulistyarini, I. (2015). Efektivitas pelatihan kebersyukuran untuk meningkatkan kualitas hidup pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK). *Jurnal Intervensi Psikologi*, 7(1), 1–14.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psikologi tentang penyesuaian dan hubungan kemanusiaan (ketiga)*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). A Theory of self-esteem. *Social Forces*, 80(3), 1041–1068. <https://doi.org/10.1353/sof.2002.0003>
- Cha, K. (2003). Subjective well-being among college students, 62(63), 455–456.
- Chang, L., & McBride-Chang, C. (1996). The factor structure of the life orientation test. *Educational and Psychological Measurement*, 56(2), 325–329.

- Conversano, C., Rotondo, A., Lensi, E., Vista, O. Della, Arpone, F., & Reda, M. A. (2010). Optimism and its impact on mental and physical well-being. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 6(1), 25–29. <https://doi.org/10.2174/1745017901006010025>
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2004). *The Psychology of gratitude*. New York: Oxford University Press.
- Fawzy, N., & Fouad, A. (2010). Psychosocial and developmental status of orphanage children: epidemiological study. *Current Psychiatry*, 17(2), 41–48.
- Fitts, W. H. (1971). *The self concept and self-actualization*. California: Western Psychological Service.
- Harpan, A. (2015). Peran religiusitas dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja. *Jurnal Empaty UAD*, 3(1), 1–18.
- Hurlock, E. B. (2008). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (keenam). Jakarta: Erlangga.
- Hutz, C. S. imo. (2014). The importance of personality and parental styles on optimism in adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*, 17(July), E47. <https://doi.org/10.1017/sjp.2014.49>
- Kartono, K. (2007). *Psikologi anak*. Bandung: Mandar Maju.
- Kurniawan, S., Priyatama, A. N., & Karyanta, N. A. (2015). Hubungan konsep diri dengan optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa prodi psikologi fakultas kedokteran UNS. *Psikologi*, 3(4), 275–285.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (2002). The Grateful disposition : A conceptual and empirical topography, 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.82.1.112>
- Montana. (2001). Positive and negative self concept. Dapat ditelusuri www.montana.edu diakses pada tanggal 3 Oktober 2016.
- Nashori, F. (2000). Hubungan antara konsep diri dengan kompetensi interpersonal mahasiswa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 16(1), 32–40.
- Nashori, F. (2011). Kekuatan karakter santri. *Millah*, XI(1), 204–219.
- Nugroho, E. P. (2015). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan optimisme pada mahasiswa baru yang mengikuti pendampingan. Skripsi*. Universitas Islam Indonesia.
- Nyamukapa, C. A., Gregson, S., Wambe, M., Mushore, P., Lopman, B., Mupambireyi, Z., ... Jukes, M. C. H. (2010). Causes and consequences of psychological distress among orphans in eastern Zimbabwe. *AIDS Care - Psychological and Socio-Medical Aspects of AIDS/HIV*, 22(8), 988–996. <https://doi.org/10.1080/095401210036150>
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44–55. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.44>
- Primardi, A., & Hadjam, M. N. R. (2010). Optimism, hope, family social support and people with epilepsy's quality of life, 3(2), 123–133.

- Rezaei, S. G., Sina, S., Mousavi, S., Safari, F., & Bahrami, H. (2015). Study of relationship between optimism, pessimism and coping strategies with mental health among university students of Lorestan. *Open Journal of Social Sciences*, 3(December), 190–195.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *The American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing Optimism From Neuroticism (and Trait Anxiety , Self-Mastery , and Self-Esteem): A Reevaluation of the Life Orientation Test, 67(6), 1063–1078.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism : How to change your mind and your life*. New York: Vintage Books, A Division of Random House, Inc.
- Seligman, M. E. P. (2008). *Menginstal optimisme*. Bandung: CV. Multi Trust Creative Service.
- Sengendo, J., & Nambi, J. (1997). The psychological effect of orphanhood: a study of orphans in Rakai district. *Health Transition Review : The Cultural, Social, and Behavioural Determinants of Health*, 7 Suppl(1997), 105–124.
- Shaheen, N., Andleeb, S., Ahmad, S., & Bano, A. (2014). Effect of optimism on psychological stress in breast cancer women. *Journal of Social Sciences*, 8(1), 84–90.
- Thanoesya, R., Syahniar, & Ifdil, I. (2016). Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi, 2, 58–61.
- Treanor, M. C. (2012). Impacts of poverty on children and young people. *Scottish Child Care and Protection Network (SCCPN)*.