



Hubungan Antara Konsep Diri dengan Optimisme Pada Remaja di Pengungsian Korban Erupsi Gunung Sinabung

Rismawati Munthe

Universitas Potensi Utama, Medan, Indonesia

Coressponding Author. E-mail: rismawati.munthe@gmail.com

Received: 10 May 2022 ; Revised: 17 May 2022; Accepted: 25 June 2022

Abstract: *This study aims to determine the relationship between self-concept in adolescents optimism in the evacuation of victims eruption of Mount Sinabung. The research subject were teenagers who were in the refugee victims of Sinabung eruption that totaled 80 people. The measuring instruments used is a Likert scale that consist of 46 items of self-concept ($\alpha = 0,963$) and 42 items optimism ($\alpha = 0,970$). Data analysis using techniques r Product Moment. Based on the analysis of data, found that the hypothesis proposed in this study received, that there is a relationship between self – concept in adolescents optimism in the evacuation of victims eruption of Mount Sinabung. This is evidenced by the value or coefficient of correlation ($r_{xy} = 0,844$ with $p = 0,04$; $p < 0,05$). Furthermore as seen from the calculation of the mean hypothetical and empirical mean as well as standard deviation is known that self- concept and optimism adolescents in the evacuation victims Sinabung eruption is low where the average empirical value is lower than the average value of the hypothetical.*

Keyword: *Self Concept; Optimism; Evacuati*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja dipengungsian korban erupsi gunung Sinabung. Subjek penelitian adalah remaja yang berada dipengungsian korban erupsi gunung sinabung yang berjumlah 80 orang. Alat ukur yang digunakan adalah skala Likert yang terdiri dari 46 item konsep diri ($\alpha = 0,963$) dan 42 item optimisme ($\alpha = 0,970$). Analisis data menggunakan teknik r Product Moment. Berdasarkan analisis data, diperoleh bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja dipengungsian korban erupsi gunung sinabung. Hal ini dibuktikan dengan nilai atau koefisien hubungan ($r_{xy} = 0,844$ dengan $p = 0,04$; $p < 0,05$). Selanjutnya dilihat dari perhitungan mean hipotetik dan mean empirik serta standart deviasinya diketahui bahwa konsep diri dengan optimisme pada remaja dipengungsian korban erupsi gunung sinabung tergolong rendah dimana nilai rata-rata empirik lebih rendah dari nilai rata-rata hipotetik.

Kata Kunci : *Konsep Diri; Optimisme; Pengungsian*

PENDAHULUAN

Belakangan ini banyak bencana yang terjadi bencana tersebut menimbulkan efek perkembangan psikologis yang kurang baik serta trauma bagi yang mengalaminya. Seperti halnya Bencana Gunung Sinabung yang terjadi di Sumatra Utara. Gunung Sinabung adalah gunung berapi di dataran tinggi Karo, Kabupaten Karo Sumatra Utara yang ketinggian gunung ini adalah 2460 M gunung ini tidak pernah tercatat meletus sejak tahun 1600 tetapi mendadak aktif kembali pada tahun 2010 mengeluarkan asap dan abu vulkanis sejak itu status gunung sinabung dinaikan menjadi awas. Pada tahun 2013 Gunung Sinabung meletus kembali, letusan pertama melepaskan abu vulkanik. Erupsi (letusan) terjadi lagi 4 kali dan pada tahun 2014 gunung sinabung mengeluarkan awan panas yang menyebabkan 14 orang tewas dan 3 orang luka-luka. Karena kondisi lingkungan yang tidak memungkinkan para warga yang tempat tinggalnya di dekat gunung sinabung radius 5 KM harus di evakuasi di 24 titik pengungsian yang disediakan oleh bupati Karo. Dan sudah banyak warga yang diungsikan mulai dari lansia, orang dewasa, remaja dan anak-anak. Jumlah pengungsi terakhir 27.671 orang menurut data TribunNews.com (18 January 2014).

Dampak yang diakibatkan oleh erupsi Gunung Sinabung ini membuat para korban dipengungsian menjadi bingung, timbulnya perilaku-prilaku aneh akibat tekanan yang dihadapinya, seperti kebingungan, sedih, takut, merasa kehilangan, tidak lagi memiliki harapan dan semangat hidup. Seperti yang dikemukakan (Midicatore, 2006) bahwa terdapat beberapa gejala stress pasca trauma, yaitu respon emosi yang tumpul, lepas, atau berkurang, merasa bahwa dirinya tidak nyata, tidak mampu mengingat bagian yang penting dari peristiwa traumatis.

Mereka merasa masalah yang mereka alami saat ini akan berlangsung sangat lama kisaran waktu 10-15 tahun. Berdasarkan wawancara bahwa rumah dan ladang mereka sudah tertutupi abu vulkanik setebal 30 cm sampai tidak dapat dilalui oleh orang berjalan kaki karena kakinya dapat terendam kedalam. Rumah mereka banyak yang roboh dan ladang habis terbenam oleh abu vulkanik. Menurut mereka butuh waktu yang sangat lama untuk pemulihan kembali, tidak ada yang dapat mereka lakukan saat ini selain menunggu bantuan dari pemerintah. Karena mereka sudah hilang rumah dan sumber penghasilan.

Bencana yang terjadi tidak hanya dirasakan oleh orang dewasa dan paruh baya tapi juga dirasakan oleh anak-anak dan remaja. Bagi remaja terjadinya bencana alam memungkinkan terjadinya perubahan psikologis secara mendadak. Pada masa remaja banyak terjadi masalah yang diakibatkan oleh tingkah laku remaja yang masih labil dan belum dapat menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan dari lingkungan (Willis, dalam Darmayanti, 2007) hal ini dapat dilihat pada anak remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung mereka merasa sudah tidak ada harapan lagi untuk dapat kembali ke kampungnya dan bersekolah seperti biasa lagi. Mereka bingung, cemas dan takut akan nasib mereka kedepannya seperti apa. Menurut (Kartono, 1992) pada masa Pra-pubertas anak akan sering merasa bingung, cemas, gelisa, takut, gelap hati, risau, sedih hati dan lain-lain.

Berdasarkan wawancara yang telah saya lakukan bahwa mereka tidak akan melanjutkan pendidikan mereka kejenjang yang lebih tinggi, karena sudah tidak ada biaya, jadi dari pada kuliah lebih bagus membantu ibu dan bapak mencari uang. Mereka merasa bahwa saat ini dapat bersekolah karena beasiswa yang diberikan pemerintah, kalau tidak tentu saja mereka tidak dapat melanjutkan sekolah. Kondisi fisik yang menurun akibat abu vulkanik dari gunung sinabung membuat mereka tidak dapat berbuat apa-apa selain berdiam dalam pengungsian, selain itu mereka juga harus menggunakan masker kemana-mana. Keadaan seperti ini yang membuat mereka hanya pasrah dan tidak tahu harus berbuat apa.

Tidak hanya itu saja, mereka juga merasa asing dan tidak nyaman setiap kali bermain dan berkumpul dengan teman-temannya di pengungsian. Terlebih lagi mereka sering di bedakan oleh penduduk setempat antara anak-anak penduduk setempat dengan anak-anak pengungsian. Mereka selalu diusir setiap kali mereka ingin bermain bersama dengan anak-anak penduduk setempat. Yang pada akhirnya membuat mereka marah, sedih, kecil hati dan merasa kalau tidak ada lagi harapan untuk kedepannya. Optimisme adalah kebiasaan berfikir tentang penyebab sesuatu peristiwa tentang bagaimana seseorang menjelaskan peristiwa-peristiwa yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan.

Seligman (1991) mendefinisikan sikap optimis sebagai suatu sikap yang mengharapkan hasil yang positif dalam menghadapi masalah, dan berharap untuk mengatasi stress dan tantangan sehari-hari secara efektif. Terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada perasaan dirinya bernilai atau tidak. Perasaan bernilai dan berarti biasanya tumbuh dari pengakuan dan lingkungan. Optimisme yang tinggi yang berasal dari dalam diri individu dan dukungan yang berupa penghargaan dari orang-orang tertentu membuat individu merasa dihargai dan berarti. Kebiasaan berpikir optimis itu bisa dipelajari oleh siapa saja, sebab tidak ada seorangpun yang ingin menjadi pesimis.

Proses identifikasi dapat membantu remaja untuk mengenali dirinya lebih baik. Pengenalan diri yang baik akan membuat remaja merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Hal tersebut, membuat remaja secara individu mampu mengoptimalkan kemampuannya, sehingga remaja mempunyai banyak kesempatan untuk mengasah, melatih dan mengembangkan konsep dirinya. Semakin banyak atau sering kemampuan mengasah, melatih dan mengembangkan konsep diri, maka akan semakin tinggi optimisme yang akan dimiliki oleh remaja.

Saam (1988) memandang bahwa konsep diri mempengaruhi perilaku seseorang, antara lain penyesuaian diri, pelaksanaan tugas dalam meraih keberhasilan, dan mendorong rasa optimis. Jadi konsep diri meliputi apa yang dipikirkan dan apa yang dirasakan tentang diri individu sendiri.

Berdasarkan uraian-uraian latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan bahwa peran konsep diri sangat penting dalam pembentukan sikap optimis pada remaja di pengungsian bencana erupsi gunung sinabung. Permasalahan yang diajukan adalah bagaimanakah kontribusi konsep diri terhadap optimisme remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung, apakah konsep diri bisa memicu timbulnya optimisme dalam diri remaja dan apakah optimisme yang rendah akan mempengaruhi remaja dalam mempengaruhi remaja dalam menyelesaikan masalahnya, dengan kata lain optimisme dan konsep diri yang tinggi merupakan unsur yang signifikan dalam usaha menciptakan kehidupan sosial yang memuaskan pada remaja di pengungsian.

Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa, terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri (Sarwono, 2010). Menurut Monks (2006) batasan usia remaja adalah antara 12-21 tahun dengan perincian 12-15 tahun pada masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan dan 18-21 tahun masa remaja akhir.

Selanjutnya Monks (2006) mengemukakan bagi usia 12-18 tahun tugas perkembangan adalah:

- a. Perkembangan aspek-aspek biologis.
- b. Menerima peran dewasa berdasarkan pengaruh kebiasaan masyarakat sendiri.
- c. Mendapatkan kebiasaan emosional dari orang tua atau orang dewasa lain.
- d. Mendapatkan pandangan hidup sendiri.
- e. Merealisasikan suatu identitas dan dapat mengadakan partisipasi dalam kebudayaan pemuda sendiri.

Remaja dipengungsian adalah para remaja yang tinggal di pengungsian yang merupakan suatu tempat/penampungan bagi masyarakat yang menjadi korban bencana alam erupsi gunung sinabung di tanah karo. Didirikannya posko-posko pengungsian semenjak terjadinya erupsi gunung sinabung pada tanggal 25 september 2013 yang melepaskan abu vulkanik. Erupsi (letusan) terjadi lagi 4 kali pada tanggal 23 November 2013. Dan pada tahun 2014 gunung sinabung mengeluarkan awan panas yang menyebabkan 14 orang tewas dan 3 orang luka bakar ketika sedang mengunjungi Desa sukameria Kec, Payung. Sehingga banyak warga yang di evakuasi untuk diungsikan mulai dari lansia, orang dewasa, remaja dan anak-anak. Jumlah terakhir dipengungsian berjumlah 27.671 orang menurut data TribuNews.

Secara psikologis, pada umumnya remaja yang tinggal di pengungsian telah mengalami kehidupan yang kurang menyenangkan (krisis dalam kehidupan) seperti tekanan ekonomi, kehilangan kasih-sayang dan perhatian dari orang-orang yang dicintainya, mereka juga harus tidur dalam kondisi 20 kepala keluarga dalam satu ruangan/tenda. Kondisi ini tentunya akan sangat mempengaruhi keadaan psikologis mereka. Menurut Reker dan Wong (dalam Darmayanti, 2008) setiap individu mempunyai bentuk yang berbeda dalam merespon situasi atau kejadian yang menyenangkan atau tidak menyenangkan. Beberapa individu merespon terhadap kejadian tersebut dengan emosi yang negatif sehingga menimbulkan gangguan psikologis seperti stress, kecemasan sampai depresi, putus asa dan tidak percaya diri. Beberapa individu yang lain merespon terhadap kejadian tersebut dengan emosi

yang positif, mereka lebih menunjukkan sikap yang optimis ketimbang pesimis, mempunyai harapan yang tinggi dari pada putus asa. Mereka tidak menjadi sakit dan tidak kehilangan fungsi-fungsi psikologis positif dan cenderung dapat melakukan pemulihan kehidupannya secara cepat.

Seligman (1991) menjelaskan terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada perasaan dirinya bernilai atau tidak. Perasaan bernilai dan berarti biasanya tumbuh dari pengakuan dan lingkungan. Optimisme yang tinggi yang berasal dari dalam diri individu dan dukungan yang berupa penghargaan dari orang-orang tertentu membuat individu merasa dihargai dan berarti. Kebiasaan berpikir optimis itu bisa dipelajari oleh siapa saja, sebab tidak ada seorangpun yang ingin menjadi pesimis. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian optimisme adalah harapan dan pandangan positif individu akan kemampuan yang dimilikinya dalam memandang suatu masalah untuk mencapai hal yang terbaik serta memiliki kecenderungan untuk bersikap tetap berharap akan terjadinya sesuatu yang menyenangkan walaupun mengalami hal yang tidak menyenangkan.

Rogers (dalam Khainyah, 1998) sebagai seorang ahli kepribadian aliran humanistik, berpendapat bahwa konsep diri sebagai keseluruhan informasi dan kepercayaan individu tentang karakteristik dirinya dan semua yang dimilikinya. Apabila konsep diri atau pendapat mereka tentang diri sesuai dengan pengalaman (kenyataan) yang ada, maka individu akan sehat tetapi apabila ada kesenjangan antara konsep diri dengan kenyataan.

Hipotesis pada penelitian ini adalah ada hubungan konsep diri dan optimisme pada anak remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung. Dengan asumsi bahwa konsep diri yg baik akan cenderung mengalami optimisme, Begitu juga sebaliknya bahwa konsep diri yang buruk akan cenderung mengalami optimisme yang rendah.

METODE

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel Optimisme dan Konsep Diri. Analisis data menggunakan teknik *r Product Moment*. Berdasarkan analisis data, diperoleh bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja dipengungsian korban erupsi gunung sinabung. Populasi yang di pakai dalam penelitian ini adalah anak remaja yang berada di pengungsian yang berjumlah 800 orang yang terbagi dalam 42 titik pengungsian. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja yang tinggal di pengungsian korban erupsi gunung sinabung yang terdapat di 42 titik pengungsian, yang berjumlah 80 orang. Teknik sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan objektif penelitian, dimana ciri-ciri penelitian menjadi persyaratan yang dibuat sebagai kriteria yang harus dipenuhi. Metode pengumpulan data yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi dan skala.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan korelasi *r Product Moment* diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung yang ditunjukkan oleh koefisien ($r_{xy} = 0,844$ dengan $p = 0,04$; $p < 0,05$). Artinya bahwa semakin baik konsep diri individu maka akan semakin tinggi optimisme yang dimilikinya, dan sebaliknya semakin buruk konsep diri individu maka akan semakin rendah optimisme yang dimilikinya. Menurut Burns (1979) konsep diri seseorang dapat bergerak di dalam kesatuan dari positif ke negatif. Hal ini diperkuat dengan Seligman (1991) yang mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi optimisme seseorang adalah konsep diri.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah konsep diri menyumbangkan atau mempengaruhi optimisme sebesar 71,3% pada remaja yang berada di pengungsian dan 28,7% dipengaruhi faktor – faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja yang memiliki konsep diri yang positif akan kemampuannya mengatasi masalah,

merasa setara dengan orang lain, menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan. Sehingga remaja yang memiliki konsep diri yang positif akan memiliki harapan dan pandangan positif terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam memandang suatu masalah untuk mencapai hal yang terbaik yang. Remaja yang memiliki harapan dan pandangan yang positif akan selalu bersemangat, selalu melihat kesempatan dalam kesulitan.

Sedangkan untuk remaja yang memiliki konsep diri yang negatif adalah tidak menyukai dan menghormati diri sendiri, memiliki gambaran yang tidak pasti terhadap dirinya dan mudah terpengaruh oleh bujukan dari luar, mempunyai banyak persepsi diri yang saling berkonflik, merasa aneh dan asing terhadap diri sendiri sehingga sulit bergaul, mengalami kecemasan yang tinggi, maka pada remaja yang memiliki konsep diri yang buruk lebih cenderung mengarah kearah pesimis. Individu yang tidak memiliki harapan, merasa putus asa.

Untuk variabel konsep diri, *mean* hipotetik (112,50) > *mean* empirik (91,3250), maka subjek penelitian memiliki konsep diri rendah. Untuk variabel optimisme, *mean* hipotetik (102,50) > *mean* empirik (92,4500), maka subjek penelitian memiliki optimisme rendah.

Berdasarkan perbandingan kedua mean diatas, *mean* hipotetik dan *mean* empirik maka diketahui bahwa subjek penelitian memiliki memiliki konsep diri rendah dan memiliki optimisme rendah, dikarenakan *mean* hipotetik > *mean* empirik.

Dari penelitian ini diketahui juga bahwa konsep diri pada remaja yang berada dipengungsian secara umum dinyatakan negatif, sedangkan optimisme secara umum dinyatakan tergolong rendah. Berdasarkan hasil observasi, wawancara dan fenomena yang terjadi dilapangan bahwa Secara psikologis, pada umumnya remaja yang tinggal di pengungsian telah mengalami kehidupan yang kurang mengenakan (krisis dalam kehidupan) seperti tekanan ekonomi, kehilangan kasih-sayang dan perhatian dari orang-orang yang dicintainya, mereka juga harus tidur dalam kondisi 20 kepala keluarga dalam satu ruangan/tenda, hidup yang serba terbatas dalam pengungsian. Lingkungan warga sekitar pengungsian yang menolak dan melarang anak mereka untuk bermain dengan anak-anak yang berada di pengungsian. Kondisi ini tentunya akan sangat mempengaruhi keadaan psikologis mereka. Menurut Reker dan Wong (dalam Darmayanti, 2008) setiap individu mempunyai bentuk yang berbeda dalam merespon situasi atau kejadian yang mengenakan atau tidak mengenakan.

SIMPULAN

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa remaja dipengungsian korban erupsi gunung sinabung memiliki memiliki konsep diri dan optimisme yang rendah, dikarenakan secara psikologis, pada umumnya remaja yang tinggal di pengungsian telah mengalami kehidupan yang kurang mengenakan (krisis dalam kehidupan) seperti tekanan ekonomi, kehilangan kasih sayang dan perhatian dari orang-orang yang dicintainya, mereka juga harus tidur dalam kondisi 20 kepala keluarga dalam satu ruangan/tenda, hidup yang serba terbatas dalam pengungsian. Lingkungan warga sekitar pengungsian yang menolak dan melarang anak mereka untuk bermain dengan anak-anak yang berada di pengungsian.

REFERENSI

- Andangsari,E. W .2009. Bagaimana Menjadi Orang yang Optimis. <http://www.binuscarrer.com / Artikel.aspx>, diakses 24 February 2014
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Yogyakarta: Rineka Cipta
- Azwar, S. 1999. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Bandura, A.1989.*Social Cognitive Theory*.In R.Vasta (Ed). Greenwich. CT: Jai Pers.
- Berzonsky,M.D.1981.*Adolesense Development*.Surabaya:PT.Bina Ilmu
- Budi, A. K. 19992. *Gangguan Konsep Diri*. Jakarta: ECG

- Burns, R. B. 1979. *The Self Concept: Theory, Measurement, development and behavior*. New York, NY: Logman Inc
- Darmayanti, N. 2008. *Religiusitas dan Kepribadian Tangguh Remaja di Rumah Anak Madani Medan (Laporan Penelitian Fakultas Tarbiah IAIN Sumatra Utara)*
- Goleman, H. 2002. *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hadi, S. 2002. *Metodologi Research. Jilid 1*. Yogyakarta: Andi
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rintang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E. B. 2002. *Psikologi perkembangan. Edisi kelima*. Jakarta : Erlangga
[Http://belajarpsikologi.com/pengertian-remaja/](http://belajarpsikologi.com/pengertian-remaja/)
[Http/ sabarna blog.blog.spot.com/2013/02/stress- paskah-trauma-pada-anak-usia- dini.html](http://sabarna.blog.blog.spot.com/2013/02/stress-paskah-trauma-pada-anak-usia-dini.html)
[Http://BritaSore.blog.spot.com/2014/16/in-fo-terbaru-bencana-erupsi-gunung- sinabung. Html](http://BritaSore.blog.spot.com/2014/16/in-fo-terbaru-bencana-erupsi-gunung-sinabung)
[Http://Status.Gunung.Sinabung.Menjadi.Aw as](http://Status.Gunung.Sinabung.Menjadi.Aw-as). Kompas.2010-08-29. Diakses 20 Mei 2014
- Hogg, MA dan Vaughan, G.M. 2000. *Psikologi Sosial* (3rd ed). London: Prentice Hall.
- Kartono, K. 1992. *Psikologi Wanita Jilid 1*. Bandung: Mandar Maju
- _____. 1997. *Reabilitas dan Validitas*. Yogyakarta :Pustaka Mahasiswa.
- Lestari, A. 1998. Pelatihan Berpikir Positif Untuk Menangani Sikap Pasimistik dan Gangguan Depresi. *Jurnal Psikologi. Tahun XXIV Nomor 2, Desember 2007*.
- Luth dan Daniel. 1995. *Pengantar Sosiologi* . Jakarta: PT.Gramedia
- Matthew, E and Cook, P. 2005. *Relationship Among Optimisme, Well Being, Self Transcendence, Coping and Social Support In Women During Treatmen For Breast Cancer*. Psycho_Oncologi.
- Mc, G. 1995. *Makalah dan Minimalis Syntax*. Cambridge. MA :MITWPL
- Monks, dkk. 2004. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada Universitas Press.
- Monks, F.J.Knoers, A.M.P & Hadito,S.R (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagianya*. Yogyakarta: Gadjah Mada. University Press
- Peale, N.V. 2009. *The Power Of Positive Thinking*. Yogyakarta: Ragam Media.
- Partosuwido, S.R. 1992. Penyesuaian Diri Mahasiswa Dalam Kaitayan dengan Konsep Diri, Pusat Kendali Dan Status Perguruan. *Laporan Penelitian Yogyakarta. Fakultas Psikikologi Universitas Gajah Mada*.
- Rahmat, J. 2007. *Psikologi komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Rogers, C. R. 1961. *On Becoming A Person: A The Rapist's View Of Psycho Therapy*, Boston: Houghton Mifflin
- Sarwono , J. 2010. *Pintar Menulis Karya Ilmia*. Yogyakarta: Cv.Andi Offset
- Santrock, J. W. 2009. *Perkembangan Anak Jilid 2 Edisi 11*. Yogyakarta: Erlangga
- Sarwono, J. 2010. *Psikologi Remaja* .PT Raja Grafindo Persada: Rajawali Pers
- Seligman, M.E.P. 1991. *Learning Optimism*. New York: Alfred A. Knopf
- Seligman, M.E.P. 2008. *Mengistall optimisme*. Bandung: momentum.
- Shavelson, B.J dan Roger B, 1982. Self. Concept: The Interplay of Theory Methods. *Journal of Educational Psychology, 72, 1, 3-17*.
- Syahputri, Fahriani. 2007. Perbedaan Optimisme pada Remaja Putra dan Putridi Desa Gelanggang Maunjee Kec.Kutablang NAD (Skripsi) (tidak diterbitkan) Medan; Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Ubaydillah, AN. 2007. Mengapa Perlu Optimi.
<http://www.e-psikologi.com/artikel22/01/2007> diakses 03 maret 2014
- Widodo, dkk. 2004. Studi Korelasi Konsep Diri dan Keyakinan Diri dengan Kewirausahaan Pada Mahasiswa. *Jurnal Prodi Psikologi FK. UNDIP Semarang*.