

# HUBUNGAN ANTARA SELF-ESTEEM DENGAN OPTIMISME MASA DEPAN PADA SISWA SANTRI PROGRAM TAHFIDZ DI PONDOK PESANTREN AL-MUAYYAD SURAKARTA DAN IBNU ABBAS KLATEN

Siti Aisyah<sup>1</sup>, Susatyo Yuwono<sup>2</sup> dan Saifuddin Zuhri<sup>3</sup>

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta<sup>1,2</sup>  
Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta<sup>1,3</sup>  
sy240@ums.ac.id<sup>2</sup>

**Abstract.** *This study aims to determine whether there is a relationship between self-esteem with optimism for the future in students Tahfidz program at the boarding school Al-Muayyad and Ibn Abbas Surakarta Klaten. The hypothesis proposed that there is a positive relationship between self-esteem with optimism for the future in students Tahfidz program students at the boarding school Al-Muayyad and Ibn Abbas Surakarta Klaten. Subjects were students Tahfidz program students at the boarding school Al-Muayyad Ibn Abbas Surakarta and Klaten, taken by purposive sampling technique. The data collection is done by using the scale of self-esteem and optimism scale future. Data analysis technique used is the product moment correlation. Based on the results by analysis of the correlation coefficient ( $r$ ) of 0.592;  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ) means there is a significant positive relationship between social support and optimism the future. Effective contribution between the variables of social support on optimism the future by 35%. Based on the results of categorization known research subjects self-esteem is high, and the level of optimism of the future on the subject is also quite high.*

**Keywords:** *Self-esteem, optimism future, students, tahfidz*

**Abstraksi.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self-esteem* dengan optimisme masa depan pada siswa santri program tahfidz di pondok pesantren Al-Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten. Hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan positif antara *self-esteem* dengan optimisme masa depan pada siswa santri program tahfidz di pondok pesantren Al-Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten. Subyek penelitian adalah siswa santri program tahfidz di pondok pesantren Al-Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *self-esteem* dan skala optimisme masa depan. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,592;  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan optimisme masa depan. Sumbangan efektif antara variabel dukungan sosial terhadap optimisme masa depan sebesar 35%. Berdasarkan hasil kategorisasi diketahui *self-esteem* subyek penelitian tergolong tinggi, dan tingkat optimisme masa depan pada subjek juga tergolong tinggi.

**Kata Kunci:** *Self-esteem, optimisme masa depan, santri, tahfidz*

## PENDAHULUAN

Setiap orang memiliki berbagai harapan terhadap masa depan, agar harapan tersebut dapat di kabulkan oleh Allah ada beberapa

hal yang harus di penuhi yaitu berdo'a dan taat kepada perintah Allah, bekerja keras, tidak mudah putus asa, dan optimis terhadap apa yang sedang mereka jalankan untuk

menempuh tujuan atau masa depan yang di inginkan. Untuk menumbuhkan sikap optimis individu harus memiliki *self-esteem*.

*Self-esteem* merupakan kumpulan dari kepercayaan atau perasaan tentang diri kita atau persepsi kita terhadap diri sendiri tentang motivasi, sikap, perilaku, dan penyesuaian emosi yang mempengaruhi kita. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Seligman (dalam Lestari & Koentjoro, 2002) faktor yang mempengaruhi optimisme yaitu faktor internal dan eksternal, adapun faktor internal yang mempengaruhi optimisme adalah *self-esteem* yang memberi motivasi atau sikap yang membangun akan menumbuhkan sikap optimis sebaliknya kurang adanya *self-esteem* akan menurunkan bahkan menghilangkan sikap optimis seseorang. Program tahfidz adalah sebuah program yang dikhususkan bagi siswa santri yang mempunyai keinginan untuk menghafal Al Qur'an. Hal ini termasuk usaha-usaha yang dilakukan oleh sebagian umat islam untuk menjaga dan memelihara Al Qur'an.

Banyak dari generasi muda sekarang ini ingin menghafal Al Qur'an, tetapi mereka khawatir dan takut akan persoalan jika tidak bisa menjaga hafalannya. Bahkan banyak penghafal Al Qur'an merasa bahwa aktifitas menghafal Al Qur'an itu beban yang berat dan membosankan. Sehingga tidak sedikit para penghafal Al Qur'an yang putus di tengah jalan ( tidak selesai 30 juz ) dan tidak dapat menjaga hafalan yang dihafalnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti di Pondok Pesantren Al Muayyad dan Ibnu Abbas Klaten, menunjukkan bahwa santri tahfidz tersebut mengatakan merasa sulit untuk menambah hafalan yang akan di setorkan kepada *ustadz* atau *ustadzah* karena banyak tugastugas lain yang juga harus dikerjakan seperti tugas sekolah dan tugas dari pondok,

dan santri tahfidz tersebut juga mengatakan belum memiliki gambaran masa depan yang jelas dan masih mengikuti tuntutan atas dasar perintah dari orang tuanya. Mereka merasa tidak yakin apakah dengan kemampuan yang mereka miliki saat ini dapat membawa mereka ke masa depan yang mereka inginkan.

Menurut Seligman (1991) optimisme adalah keyakinan individu bahwa peristiwa buruk atau kegagalan hanya bersifat sementara, tidak mempengaruhi semua aktivitas dan bukan mutlak disebabkan diri sendiri tetapi bisa situasi, nasib atau orang lain. Shapiro (dalam Ghufron & Risnawati, 2011) mendefinisikan optimisme masa depan lebih dari sekedar berpikir positif, bahwa optimisme diartikan sebagai kecenderungan untuk memandang segala sesuatu dan sisi kondisi baiknya, mengharapkan hasil yang paling memuaskan. Individu yang optimis percaya bahwa peristiwa positif yang membahagiakan bersifat permanen (akan terus terjadi sepanjang waktu) dan pervasif (akan terus terjadi dalam situasi berbeda-beda). Didalam optimisme masa depan terdapat beberapa aspek menurut Ubaydillah (2007), yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek konatif.

Menurut Seligman (1991), faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme masa depan adalah: kepercayaan diri, harga diri, akumulasi pengalaman sukses, dukungan sosial

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya optimisme masa depan seseorang adalah *self-esteem*. Baron dan Byrne (Sarwono, 2010) mendefinisikan *self-esteem* sebagai penilaian diri yang dilakukan oleh seseorang individu dan biasanya berkaitan dengan dirinya sendiri. Penilaian tersebut mencerminkan sikap penerimaan dan penolakan serta menunjukkan seberapa jauh individu percaya

bahwa dirinya mampu, penting, berhasil, dan berharga.

Proses pembentukan *self-esteem* tersebut dari interaksi individu dengan lingkungannya, yaitu memulai pengalaman seseorang dalam kehidupan sehari-hari bersama individu lain. Dalam interaksinya dengan orang lain individu berusaha mengenal seperti apa orang lain dan seperti apa dirinya.

Menurut Rosenberg (dalam Prihadi k & Chua M. 2012) persoalan mengenai siapa diri kita atau siapa saya akan membentuk suatu 3 konsep yang terorganisasi di dalam diri seseorang. Konsep tersebut kemudian akan membentuk suatu persepsi secara keseluruhan tentang kualitas, kemampuan, dorongan dan sikap yang dimilikinya dalam berhubungan dengan orang lain. Hal tersebut akan membentuk *self image* dari individu yang kemudian akan membentuk *self-esteem*. *Self-esteem* dalam perkembangannya terbentuk dari hasil interaksi individu dengan lingkungan dan atas sejumlah penghargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya. Beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri di antaranya : jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik, lingkungan keluarga, lingkungan sosial. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri (*self esteem*) dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu faktor internal, seperti jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik individu, dan faktor eksternal seperti lingkungan sosial, sekolah dan keluarga.

Aspek *self-esteem* yang dikemukakan oleh Minchinton (1993) yaitu: (1) menerima, menghormati dan menghargai dirinya sendiri; (2) memegang kendali atas hidupnya sendiri; (3) toleransi terhadap orang lain dan; (4) merencanakan serta merealisasikan tujuan hidup secara optimal.

Uraian diatas memunculkan pertanyaan adakah hubungan antara dukungan *self-esteem* dengan optimisme masa depan pada siswa santri program tahfidz di pondok pesantren Al Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten?

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang mencari hubungan dua variabel, yaitu optimisme masa depan sebagai variabel tergantungan dan *self-esteem* sebagai variabel bebas. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa santri tingkat SMA kelas X sampai kelas XII yang berusia 16-18 tahun di Ponpes Al Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten yang mengambil program 5 tahfidz Qur'an. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Adapun karakteristik atau ciri –ciri subjek penelitian yang sudah ditentukan oleh peneliti adalah mereka terdaftar sebagai siswa santri program tahfidz di pondok pesantren Al Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan skala. Skala optimisme masa depan berdasarkan aspek-aspek yang mempengaruhi optimisme yang dikemukakan oleh Ubaydillah (2007), yaitu: kognitif, afektif, dan konatif, sedangkan *self-esteem* dibuat berdasarkan teori dari Minchinton (1993) yang meliputi: menerima, menghormati, dan menghargai dirinya sendiri, memegang kendali atas hidupnya sendiri, toleransi terhadap orang lain dan merencanakan serta merealisasikan tujuan hidup secara optimal. Skala ini merupakan modifikasi dari skala *self-esteem* yang disusun oleh Adilia (2010) dan beberapa item *self-esteem* diadaptasi dari buku Minchinton yaitu *Maximum Self-esteem* dan Marilyn J Sorensen Phd dengan bukunya *clinical* (2005).

Data dari skala yang diperoleh di analisis dan diuji hipotesis dengan korelasi *product moment*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan hasil bahwa ada korelasi antara *self-esteem* dengan optimisme masa depan siswa santri program tahfidz yang ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,592;  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *self-esteem* dengan *optimisme* masa depan. Hal ini berarti semakin tinggi (kuat) *self-esteem* maka semakin tinggi *optimisme* masa depan, sebaliknya semakin rendah *self-esteem* seseorang maka semakin rendah optimisme masa depannya. Hasil di atas menunjukkan bahwa *self-esteem* mempunyai pengaruh yang penting terhadap *optimisme* masa depan pada siswa santri tahfidz.

Individu yang memiliki *self-esteem* tinggi memiliki ciri-ciri, dapat menerima dan mengapresiasi dirinya sendiri dalam kondisi apapun, merasa nyaman dengan keadaan dirinya, berprasangka baik terhadap dirinya sendiri, jika tidak bagi orang lain, setidaknya bagi dirinya sendiri serta memiliki kontrol emosi yang baik dan terbebas dari perasaan yang tidak menyenangkan, kemarahan, ketakutan, kesedihan dan rasa bersalah, dapat merancang, merencanakan, dan merealisasikan segala sesuatu yang diharapkan atau menjad itujuan hidupnya secara optimal.

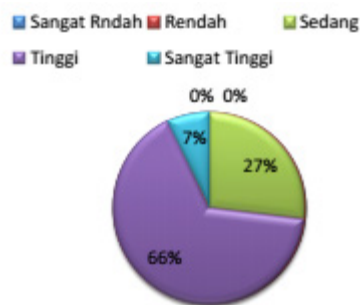
*Self-esteem* yang tinggi akan berpengaruh secara positif pada sikap dan perilaku individu untuk lebih optimis terhadap masa depannya, misalnya individu yang optimis akan masa depannya berusaha menggapai pengharapan dengan pemikiran yang positif, yakin akan kelebihan yang dimiliki. Individu

yang optimis biasa bekerja keras menghadapi stress tantangan sehari-hari secara efektif, berdoa dan mengakui adanya faktor keberuntungan dan faktor lain yang turut mendukung keberhasilannya, merasa yakin memiliki kekuatan untuk menghilangkan pemikiran negatif, berusaha meningkatkan kekuatan diri, dan menggunakan pemikiran yang inovatif untuk menggapai kesuksesan.

Adanya *self-esteem* dapat membantu seseorang termasuk siswa santri tahfidz dalam mengatasi segala permasalahan yang dirasakan atau diterima, dapat menerima dan merasakan kenyamanan, perlindungan, penghargaan dan bantuan yang diberikan orang lain atau sekelompok orang yang dapat meningkatkan perilaku optimis dalam dirinya, memiliki kemauan dan keyakinan serta harapan, selektif untuk meraih hasil yang lebih baik, memberikan dorongan atau pengobatan semangat dan nasehat kepada orang lain dalam suatu situasi pengambilan keputusan. Individu dengan *self-esteem* yang tinggi akan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan mereka, karena mereka dapat mengekspresikan diri dengan baik dalam lingkungan dimana mereka berada. Lain halnya dengan individu yang memiliki *self-esteem* rendah, mereka dikatakan kurang dapat mengekspresikan diri dengan baik dan sangat tergantung dengan lingkungan mereka. Kebanyakan dari mereka merasa takut akan mengalami kegagalan dalam mengadakan hubungan sosial dengan orang lain dalam lingkungan mereka karenanya secara pasif selalu mengikuti apa yang ada dalam lingkungan Minchinton (dalam Adilia 2010).

Berdasarkan hasil kategorisasi diketahui data sebagai berikut *variabel self-esteem* mempunyai rerata empirik (RE) sebesar 112,62 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 95 yang berarti *self-esteem* pada subjek

tergolong tinggi. Rincian kategorinya di dapatkan sebanyak 8 subjek (7%) pada kategori sangat tinggi, 76 subjek (66,1%) pada kategori tinggi, 31 subjek (26,9%) pada katagori sedang, 0 subjek (0%) pada kategori rendah, 0 subjek (0%) pada kategori sangat rendah. Dengan diagram sebagai berikut:

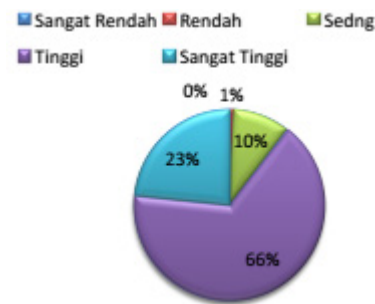


Gambar 1. kategorisasi *self-esteem*

Hal ini menunjukkan pada variabel *self-esteem* siswa santri program tahfidz dominan memiliki *self-esteem* yang tinggi, terlihat sebanyak 76 subjek (66,1%) berkategori tinggi, serta sebanyak 8 subjek (7%) yang memiliki *self-esteem* yang sangat tinggi. Walaupun yang dominan *self-esteem* pada siswa santri tahfidz ini tinggi, namun masih ada sebanyak 31 subjek (26,9%) yang *self-esteem*nya dikategorikan sedang. Kategori yang sedang dalam *self-esteem* dapat menunjukkan adanya kecenderungan masih kurangnya *self-esteem* yang dimiliki subyek. Kondisi ini dapat diinterpretasikan bahwa siswa santri yang mengambil progam tahfidz atau subjek dalam penelitian ini pada dasarnya sudah memiliki *self-esteem* yang berupa aspek-aspek (1) menerima, menghormati dan menghargai dirinya sendiri, (2) memegang kendali atas hidupnya sendiri, (3) toleransi terhadap orang lain dan (4) merencanakan serta merealisasikan tujuan hidup secara optimal.

Variabel optimisme masa depan diketahui rerata empirik sebesar (RE) 139,14 dan rerata

hipotetik (RH) sebesar 110 yang berarti optimisme masa depan subjek tergolong tinggi. Rincian kategorinya di dapatkan sebanyak 27 subjek (23,4%) pada kategori sangat tinggi, 76 subjek (66,1%) pada kategori tinggi, 11 subjek (9,6%) pada katagori sedang, 1 subjek (0,9%) pada kategori rendah, 0 subjek (0%) pada kategori sangat rendah. Dengan diagram sebagai berikut:



Gambar 2. kategorisasi optimisme masa depan

Hal ini menunjukkan pada variabel optimisme masa depan siswa program tahfidz dominan memiliki optimisme yang tinggi, terlihat sebanyak 1 (0,9%) subyek berkategori optimisme rendah, 11 (9,6%) subyek berkategori sedang, 76 subjek (66,1%) berkategori optimisme yang tinggi serta sebanyak 27 subjek (23,4%) yang memiliki optimisme yang sangat tinggi.

Seperti yang diungkapkan Shapiro (dalam Ghufron & Risnawati, 2011) mengenai aspek optimisme masa depan berarti subjek yang memiliki kategorisasi tinggi dan sangat tinggi memiliki tujuan mempunyai rencana dan langkah yang berfokus secara selektif untuk meraih hasil yang lebih baik dan memandang segala sesuatu dan sisi kondisi baiknya, mengharapkan hasil yang paling memuaskan. Walaupun dominan optimisme masa depan pada siswa santri tahfidz ini tinggi, namun masih ada sebanyak 3 subjek (3%) yang optimismenya berkategori sedang.

Kategori yang sedang dalam optimisme dapat menunjukkan adanya kecenderungan

masih terdapatnya permasalahan-permasalahan pada optimisme masa depan siswa santri program tahfidz seperti kurangnya percaya diri, merasa dirinya tidak berharga, kurangnya dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitarnya.

Kondisi ini dapat diinterpretasikan bahwa siswa santri yang mengambil program tahfidz atau subjek dalam penelitian ini pada dasarnya memiliki perilaku atau aspek yang terdapat pada optimisme masa depan yaitu (1) Kognitif, berusaha dan merasa percaya diri akan kemampuan dan memiliki keyakinan dan harapan, mempunyai rencana dan langkah yang terfokus dan selektif untuk meraih hasil yang lebih baik, positif dan realistis serta dapat menerima fakta. (2) Afektif, tidak membesar-besarkan masalah, perasaan yang positif terhadap diri dan kemampuannya, memiliki penghayatan yang baik dan mampu menikmati hidup sehingga bisa membedakan hal yang salah (menyimpang) dan hal yang benar. (3) Konatif, mempunyai perilaku yang lebih baik guna meraih hasil yang lebih baik, mampu menjalankan agenda perbaikan diri secara terus-menerus.

Sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Tjahjaningsih & Nuryoto (1994) menyatakan bahwa penilaian orang lain terhadap atribut yang melekat pada diri remaja sangat berpengaruh pada penilaiannya terhadap dirinya sendiri. Atribut yang di nilai baik dari orang lain atau lingkungan akan membuat bangga seseorang. Sehingga bias menaikkan *self-esteem*nya. Sedangkan atribut seseorang yang dinilai buruk oleh orang lain akan membuat orang tersebut merasa malu dan membuat *self-esteem*nya rendah.

Peranan atau sumbangan efektif variabel *self-esteem* terhadap optimisme masa depan sebesar 35%, ditunjukkan oleh koefisien determinan ( $r^2$ ) = 0,350. Hal ini berarti masih terdapat 65% faktor-faktor lain yang

mempengaruhi optimisme masa depan di luar variabel *self-esteem*, diantaranya minat, motivasi, kepercayaan diri, dari lingkungan maupun personal dan sebagainya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self-esteem* dengan segala aspek yang terkandung di dalamnya memang memberikan kontribusi untuk dapat menumbuhkan optimisme akan masa depannya, meskipun optimisme masa depan tidak hanya dipengaruhi oleh variabel tersebut. Menurut Seligman (dalam Lestari & Lestari, 2005) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme masa depan adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah kepercayaan diri, harga diri, minat, motivasi dan Akumulasi pengalaman sukses, personal. Adapun faktor eksternal yang mempengaruhi optimisme masa depan adalah lingkungan dan dukungan sosial. Dengan adanya dukungan sosial setiap permasalahan yang timbul akan mampu untuk diatasi dan diselesaikan jika mahasiswa memiliki sikap optimisme dimana optimisme itu sendiri berupa harapan-harapan positif yang akan membantu seseorang untuk bisa mengatasi hambatan-hambatan yang muncul dalam pencapaian tujuan atau target seorang individu.

Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi dapat menghormati dirinya dan memiliki keyakinan penuh bahwa diri kita adalah sosok yang penting dan apapun itu jika tidak berlaku bagi orang lain, setidaknya berlaku pada diri kita sendiri. Selain itu juga dapat memaklumi dan memaafkan diri sendiri, atas segala kekurangan dan ketidaksempurnaan yang ia miliki.

Mereka yang memiliki *self-esteem* yang tinggi juga mampu menghargai nilai personal mereka sebagai seorang individu, sehingga mereka tidak mudah terpengaruh oleh pendapat orang lain. Mereka tidak akan

merasa lebih baik ketika mereka dipuji atau merasa buruk ketika mereka di kritisi. Perasaan baik kita mengenai diri kita sendiri tidak bergantung pada kondisi luar.

Peneliti selanjutnya dengan minat yang sama disarankan untuk menambah variabel yang mungkin berpengaruh kepada optimisme masa depan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Abdul K, A. & As-sirjani, R. (2008). *Cara cerdas hafal al-Qur'an*. Solo : AQWAM.
- Adilia, MD. (2010). Hubungan Self-esteem dengan Optimisme Meraih Kesuksesan Karir Pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Jakarta: fakultas psikologi UIN Sarif Hidayatullah
- Apriani, P. (2006). Hubungan antara rasa aman dan self-esteem dengan *optimisme* masa depan pada eks pekerja seks komersial. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Surakarta: fakultas psikologi UMS
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bahrudin.(2009). Deskriptif *jaudah tahfidz* al Qur'an santri *hafidz* di pondok pesantren madrosatul Qur'anil aziziyah bringin ngaliyan semarang tahun 2008/2009. *Skripsi*. Semarang: fakultas tarbiyah IAIN walisongo
- Chairani, L. & Subandi. (2010). Psikologi santri penghafal Al-Qur'an : peranan regulasi diri. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Chusniyah, T. & Pitaloka. (2008). Analisis Wacana Pada Media Internet Terhadap Optimisme dan Harapan Tentang Masa Depan Indonesia. *Jurnal Sains Psikologi, Jilid 2, Nomor 2* November 2012. Malang: UNM & Universitas YARSI
- Elfiky, I. (2014). Terapi Berpikir Positif : Biarkan Mukjizat dalam Diri Anda Melesat Agar Hidup Lebih Sukses dan Lebih Bahagia. Jakarta : Zaman
- Ghufron, M. N.& Risnawita, S. R. (2010). Teori - teori psikologi. Yogyakarta: Ar-ruz Media Group.
- Hadi, S. (2004). Metodologi Research Jilid 3. Yogyakarta : Andi
- Handayani, M.M. (2000). Efektivitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri dan Harga Diri Pada Remaja. *Journal psikologi*, no.1 , 39-44
- Hidayatullah, (2012). *Agar Al Qur'an Menjadi Motivasi Hidup Anda*. Jakarta : Pustaka
- Ikadi Koentjoro, (1989). Perbedaan harga diri remaja di daerah miskin penghasil pelacur dan bukan penghasil pelacur : *laporan penelitian*. (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM
- Lestari, R. & Koentjoro. (2002). Pelatihan berpikir optimis untuk meningkatkan harga diri pelacur yang tinggal dip anti dan luar panti sosial. *Jurnal indigenous. Vol.6, No. 2*, 134-146. Surakarta: Fakultas psikologi. UMS

- Lestari, R. & Lestari, S. (2005) pelatihan berpikir optimis untuk mengubah perilaku *coping* pada mahasiswa. *Jurnal psikodinamik*. Vol. 07, No. 2, 1-10 Fakultas psikologi. UMS
- Mikasari. (2010). Hubungan Antara Optimisme Masa Depan Dengan Kecendrungan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Bangka Yang Berada Di Yogyakarta. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta : Fakultas Psikologi UAD
- Minchinton, J. (1993). Maximum Self-esteem: The Hand Book for reclaiming your sense of self worth. Kuala Lumpur: Golden Books Center Sdn, Bhd.
- Naderi, H. , Abdullah, R. , Aizan, H.T. , Shahrir, J. , & Kumar, V. (2009). Self Esteem, Gender And Academic Achievement of Undergraduate Student. *American journal of Scientific Research* (3), 26-37
- Prihadi K, Chua M. (2012). Students' *Self-esteem* at School: The Risk, the Challenge, and the Cure. *Journal of Education and Learning*. Vol.6 (1) pp. 1-14
- Putrianti, F.G. (2011). Kesuksesan peran ganda wanita karir di tinjau dari dukungan suami, optimisme, dan strategi coping. *jurnal ilmiah berskala psikologi*. Vol 09, No 1, Mei 2007. Fakultas psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rottinghaus, dkk. 2005. The Career Inventory: A Measure of Career Related Adaptability and Optimisme. *Journal of Career Assessment*. Vol 13 No. 1 Febuary 2005. Sage Publications
- Seligman, M.E.P. (1991). *Learned optimism*. New York : A.A knopt. Inc.
- Tjahjaningsih & Nuryoto. S. (1994). Harga Diri Remaja yang Bertempat Tinggal di dalam Lingkungan Kompleks Pelacuran dan di luar Kompleks Pelacuran. *Jurnal Psikologi*, No. 2, 9-16
- Ubaydillah, A.N. (2007). *Optimis Kunci Meraih Sukses*. Jakarta: PT Perspektif Media Komunika
- Ustman N, M. (2005). Psikologi dalam Al Qur'an: terapi Qur'ani dalam penyembuhan gangguan kejiwaan. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Waskito, AM. (2013). The power of *optimisme*: membangun harapan dan semangat umat berdasar Al Qur'an, sunnah, dan kehidupan orang shaleh. Jakarta: Pustaka Al kautsar.
- Widayanti, T. (2007). Hubungan Persepsi Pengungkapan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
- Widya N, D. (2011). Hubungan antara optimisme dan coping stres pada mahasiswa UEU yang sedang menyusun skripsi. *Journal psikologi volume 9 no 1*.
- Wiyarto, A. (2013). Motivasi Menghafal Al Qur'an Pada Mahasantri Pondok Pesantren Tahfizhul Qur'an Di Surakarta. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Surakarta : Fakultas Psikologi UMS