

## HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP OPTIMISME PERENCANAAN KARIR PADA REMAJA PUSAT PENGEMBANGAN ANAK SEMARANG

Ambarwati<sup>1</sup>, Lucy Hariadi<sup>2</sup>, I Rheny Arum Permitasari<sup>3</sup>, Brigitan Argasiam<sup>4</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas AKI Semarang

E-mail: purnomotirza@gmail.com, lucy.hariadi@unaki.ac.id, illuminata.rheny@unaki.ac.id,  
brigitan.argasiam@unaki.ac.id

**Abstrak** – Penelitian ini untuk mengetahui hubungan harga diri dan dukungan sosial keluarga terhadap optimisme perencanaan karir remaja Pusat Pengembangan Anak Semarang. Hipotesis yang diajukan terdapat hubungan positif harga diri terhadap optimisme perencanaan karir, dengan asumsi semakin tinggi harga diri yang dimiliki remaja semakin tinggi optimis remaja dalam perencanaan karir, terdapat hubungan positif dukungan sosial keluarga terhadap optimisme perencanaan karir, dengan asumsi semakin tinggi dukungan sosial keluarga semakin tinggi optimis remaja dalam merencanakan karir, terdapat hubungan positif harga diri dan dukungan sosial keluarga terhadap optimisme perencanaan karir, dengan asumsi semakin tinggi harga diri dan dukungan sosial keluarga remaja semakin optimis dalam menentukan karir. Subjek penelitian dalam penelitian ini menggunakan sampel jenuh, terdiri dari remaja usia 15-18 tahun Pusat Pengembangan Anak Semarang. Uji yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji asumsi yang terdapat uji normalitas dan uji linearitas hubungan. Penelitian ini menggunakan korelasi *Product Moment* yang menggunakan bantuan *SPSS 23 for Windows*. Hasil dari analisis data yang didapatkan yaitu koefisien korelasi 0,659 dengan signifikansi 0,000,  $r_{x1y}=0,659$  ( $p<0,01$ ) berarti hipotesis dapat diterima yaitu terdapat hubungan positif antara variabel harga diri terhadap optimisme perencanaan karir, hipotesis yang kedua diperoleh nilai 0,589 dengan signifikansi 0,000, berarti hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan positif antara variabel dukungan sosial keluarga terhadap optimisme perencanaan karir, kemudian hipotesis ke tiga diperoleh nilai sebesar 0,692, nilai *R square* 0,479, nilai *F* 68,853 dengan tingkat signifikansi 0,000. Signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari *alpha* 0,01 artinya hipotesis di terima menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang simultan antara variabel harga diri dan dukungan sosial keluarga terhadap variabel optimisme dalam perencanaan karir.

**Kata kunci:** optimisme, harga diri, dukungan sosial keluarga

**Abstract** - This determined the relationship between self-esteem and family social support on the optimism of adolescent career planning at the Semarang Child Development Center. The hypothesis is that there is a positive relationship between self-esteem and career planning optimism, assuming that the higher the self-esteem of adolescents, the higher the optimism of adolescents in career planning. There is a positive relationship between family social support and career planning optimism, assuming that the higher the family social support, the higher Adolescents are optimistic in planning a career, there is a positive relationship between self-esteem and family social support on career planning optimism, with the assumption that the higher the self-esteem and family social support, the more optimistic adolescents are in determining a career. The research subjects in this study used a saturated sample of adolescents aged 15-18 years at the Semarang Child Development Center. The test carried out in this study is an assumption test that contains a normality test and a relationship linearity test. This study uses *Product Moment* correlation using *SPSS 23 for Windows*. The results of the data analysis obtained are the correlation coefficient of 0.659 with a significance of 0.000,  $r_{x1y} = 0.659$  ( $p < 0.01$ ), meaning that the hypothesis is acceptable, namely that there is a positive relationship between the variable self-esteem and optimism for career planning, the second hypothesis obtained a value of 0.589 with a significance of 0.000,  $r_{x2y} = 0.589$  ( $p < 0.01$ ) means that the hypothesis is accepted, namely that there is a positive relationship between the variable family social support on career planning optimism, then the third hypothesis obtained a value of 0.692, an *R square* value of 0.479, an *F* value of 68.853 with a significance level of 0.000. A significance of 0.000 is

*smaller than alpha 0.01, meaning that the hypothesis is accepted indicating a simultaneous relationship between self-esteem and family social support variables on optimism in career planning.*

**Keywords :** *optimism, self-esteem, family social support*

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa remaja terjadi perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mengandung perubahan biologis, kognitif, psikososial, dan sosial emosional (Santrock, 2014). Periode remaja sangat penting karena pada periode ini berakibat langsung terhadap sikap dan perilaku dan berdampak jangka panjang. Pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik, dimana tubuh berkembang pesat sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai pula dengan berkembangnya kapasitas reproduktif. Selain itu remaja juga berubah secara kognitif dan mulai mampu berpikir abstrak seperti orang dewasa. Pada periode ini pula remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa. Perubahan yang terjadi dalam diri remaja, terdapat pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orang tua atau anggota keluarga lain, guru, teman sebaya, maupun masyarakat pada umumnya. Kondisi ini merupakan reaksi terhadap pertumbuhan remaja. Remaja dituntut untuk mampu menampilkan tingkah laku yang dianggap pantas atau sesuai bagi orang-orang seusianya. Untuk memenuhi kebutuhan sosial dan psikologisnya, remaja memperluas lingkungan sosialnya di luar lingkungan keluarga, seperti lingkungan teman sebaya dan lingkungan masyarakat lain. (Ajhuri, 2019)

Menurut Hurlock (2017) salah satu tugas perkembangan remaja adalah memilih sebuah pekerjaan dan mempersiapkan diri untuk bekerja. Pada masa remaja sudah harus mempersiapkan masa depan, karena masih dalam masa pertumbuhan dan pencarian identitas diri seringkali remaja tidak percaya diri dalam menentukan karir apa yang akan dia lakukan kelak. Banyak faktor yang mempengaruhi mengapa remaja tidak percaya diri dalam menentukan pilihan karir. Sikap optimis dibutuhkan remaja dalam menentukan karir untuk masa depannya. Menurut Safarina (2016), optimis adalah suatu keyakinan tentang segala yang terjadi saat ini merupakan hal baik yang akan memberikan harapan dimasa depan sesuai apa yang kita angankan. Menentukan masa depan dan pilihan karir dilakukan pada masa remaja, hal ini membuat perencanaan menjadi matang dan akan mempengaruhi pilihan studi yang akan remaja ambil. Dalam menentukan masa depan dan pilihan karir juga harus mempertimbangkan kelebihan, kekurangan, minat, bakat dan potensi yang ada. Remaja yang optimis juga ditunjukkan dengan tidak menyerah dengan tantangan yang dihadapi untuk meraih cita-cita, melihat tantangan atau hambatan sebagai suatu kesempatan dan melihat kekurangan sebagai sesuatu hal yang akan diperbaiki.

Menurut Seligman (2022) faktor yang dapat mempengaruhi optimisme adalah dukungan sosial, kepercayaan diri, harga diri, dan akumulasi pengalaman. Pada penelitian ini peneliti menfokuskan pada faktor harga diri dan dukungan sosial khususnya dari keluarga. Harga diri yang tinggi akan berpengaruh secara positif pada sikap dan perilaku individu untuk lebih optimis terhadap masa depannya. Individu yang mempunyai harga diri yang tinggi ditunjukkan dengan mereka melihat diri sendiri sebagai pribadi yang berharga, merasa dicintai, percaya diri dan tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Menurut Rosenberg dan Owens (Febriana dkk 2018), mengemukakan bahwa individu yang memiliki harga diri tinggi menunjukkan dirinya sebagai pribadi yang optimis, bangga dan puas akan dirinya sendiri, lebih sensitif terhadap tingkat kemampuan/kompetensi, mengabaikan umpan balik negatif dan mencari umpan balik mengenai kompetensi, menerima peristiwa negatif yang dialami dan berusaha memperbaiki diri, lebih sering mengalami emosi positif yaitu senang dan bahagia, fleksibel, berani, dan lebih mampu mengekspresikan diri saat berinteraksi dengan orang lain, berusaha untuk melakukan sesuatu agar kapasitas dirinya meningkat, berani mengambil resiko, bersikap positif terhadap orang lain, kelompok atau institusi, berpikir konstruktif, mampu mengambil keputusan dengan cepat dan yakin dengan keputusan yang diambilnya.

Faktor lain yang membentuk sikap optimis adalah dukungan sosial. Dukungan sosial yaitu kesenangan individu yang dirasakan melalui perhatian pertolongan dan penghargaan (Sarafino, 2011). Lingkungan sosial terdekat remaja adalah keluarga yaitu orang tua. Keluarga atau orang tua adalah orang yang paling banyak berinteraksi dengan remaja, interaksi tersebut membentuk sikap dan pandangan remaja. Dukungan sosial orang tua membuat remaja merasa dicintai, dihargai dan diperhatikan. Apalagi oleh orang terdekat remaja akan merasa di terima, diakui dan tidak merasa diabaikan keberadaannya. Menurut Seligman (2008) adanya dukungan yang cukup dapat membuat individu lebih optimis karena merasa yakin bahwa bantuan akan selalu tersedia bila dibutuhkan. Dukungan sosial yang meliputi dukungan emosional, penghargaan, instrumental dan informasi memberikan pengaruh positif yang dapat mengurangi gangguan psikologis akibat tekanan. Berdasarkan pembahasan tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan yang positif antara harga diri dan dukungan sosial keluarga dengan optimisme perencanaan karir pada remaja Pusat Pengembangan Anak Semarang.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi penelitian adalah remaja Pusat Pengembangan Anak Semarang usia 15-18 tahun. Sampel penelitian ini menggunakan sampel jenuh sejumlah 153 remaja. Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah 3 skala psikologi yaitu skala optimisme, skala harga diri dan skala dukungan sosial keluarga. Jenis skala yang digunakan adalah skala *Likert*, komponen dari skala *Likert* yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Metode analisis yang digunakan adalah analisis regresi ganda yang bertujuan untuk melihat untuk mengetahui bagaimana variabel tergantung dapat diprediksikan melalui variabel bebas dan melihat seberapa besar kontribusi efektif yang dapat diberikan oleh variabel bebas terhadap variabel tergantung.

Skala untuk mengukur optimisme dalam penelitian ini adalah skala menurut Seligman (2008) yang aspek-aspeknya yaitu: *permanence, pervasiveness dan personalization*. Konstruk reliabilitas skala ini sebesar 0.84, yang memiliki arti bahwa reliabilitas model ukuran dari variabel optimisme adalah baik. Skala optimisme berjumlah 17 item pernyataan.

Skala untuk mengukur harga diri dalam penelitian ini menurut Coopersmith (Maryam, 2018) yang aspek-aspeknya, yaitu: kekuatan, keberartian, kebajikan dan kemampuan. Konstruk reliabilitas skala ini sebesar 0,86 yang memiliki arti bahwa reliabilitas model ukuran dari variabel harga diri adalah baik. Skala harga diri dari 18 item pernyataan.

Skala pengukuran dukungan sosial keluarga dalam penelitian ini menurut Sarafino (2011) yang aspek-aspeknya, yaitu: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Konstruk reliabilitas skala ini sebesar 0.89 yang memiliki arti bahwa reliabilitas model ukuran dari variabel dukungan sosial keluarga adalah baik. Dapat disimpulkan bahwa reliabilitas pada konstruk dukungan sosial keluarga telah terpenuhi dan dapat diterima. Skala dukungan sosial keluarga terdiri dari 29 item pernyataan.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji asumsi terhadap variabel dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas, uji heteroskedastitas, dan multikolinearitas, hasilnya adalah sebagai berikut:

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Z*. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Hasil Uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

	Unstandardized Residual	
N	153	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.21229230
Most Extreme Differences	Absolute	.034
	Positive	.034

	Negative	-0.034
Test Statistic		<b>.034</b>
Asymp. Sig. (2-tailed)		<b>.200<sup>c,d</sup></b>

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa besarnya nilai *kolmogorovsmirnov* Z sebesar 0,034 dan nilai signifikansi 0,200 yaitu dengan hasil lebih dari 0,05 yang berarti data terdistribusi normal sehingga layak untuk digunakan.

Hasil uji heteroskedastisitas untuk menguji apakah model regresi tersebut terjadi ketidaksamaan variance dari residual antara satu pengamatan dengan pengamatan lainnya, hasilnya adalah sebagai berikut:

Table 2. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Model	Coefficients <sup>a</sup>			
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t
	B	Std. Error	Beta	Sig.
1 (Constant)	6.726	1.902		3.536 .001
HARGA DIRI	-.028	.040	-.075	-.709 <b>.479</b>
DUKUNGAN KELUARGA	-.020	.025	-.085	-.804 <b>.423</b>

a. Dependent Variable: ABS\_RES

Dari hasil uji didapatkan harga diri ( $X_1$ ) dengan signifikansi  $0.479 > 0,05$  dan dukungan sosial keluarga ( $X_2$ ) dengan signifikansi  $0.423 > 0.05$ , artinya model ini terbebas dari heteroskedastisitas.

Uji multikolonieritas dilakukan untuk mengetahui dalam model regresi penelitian ini didapatkan atau tidak kolerasi antar variabel bebas

Table 3. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Model	Coefficients <sup>a</sup>					Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta				
(Constant)	20.502	3.126		6.559	.000		
1 HARGA DIRI	.405	.066	.477	6.144	.000	<b>.577</b>	<b>1.733</b>
DUKUNGAN KELUARGA	.147	.041	.279	3.598	.000	<b>.577</b>	<b>1.733</b>

a. Dependent Variable: OPTIMISME

Berdasarkan hasil uji multikolonieritas pada variabel Harga Diri ( $X_1$ ) dan Dukungan Sosial Keluarga ( $X_2$ ) didapati nilai tolerance  $0,577 > 0,5$  dan nilai VIF  $1,733 < 10,00$  maka dapat disimpulkan bahwa variabel bebas dalam penelitian tidak terjadi multikolonieritas.

Uji hipotesis secara simultan dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas yaitu harga diri ( $X_1$ ) dan dukungan sosial keluarga ( $X_2$ ) secara simultan terhadap variabel optimisme (Y). Dengan tingkat signifikan 0,000, maka hasil uji simultan (uji f) sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis Simultan

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2475.917	2	1237.959	<b>68.852</b>	<b>.000<sup>b</sup></b>
	Residual	2696.998	150	17.980		
	Total	5172.915	152			

- a. Dependent Variable: OPTIMISME  
 b. Predictors: (Constant), DUKUNGAN\_KELUARGA, HARGA DIRI

Dari hasil uji didapatkan nilai R sebesar 0,692, nilai R square 0,479, nilai F 68,853 dengan tingkat signifikansi 0,000. Signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari alpha 0,01 artinya hipotesis diterima menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang simultan antara variabel harga diri dan dukungan sosial keluarga terhadap variabel optimisme dalam perencanaan karir.

Uji hipotesis secara parsial dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas yaitu harga diri ( $X_1$ ), dukungan sosial keluarga ( $X_2$ ) terhadap optimisme (Y) pada remaja Pusat Pengembangan Anak di kota Semarang.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis Parsial

		Correlations		
		OPTIMISME	HARGA DIRI	DUKUNGAN_KELUARGA
OPTIMISME	Pearson Correlation	1	.659**	.589**
	Sig. (1-tailed)		.000	.000
	Sum of Squares and Cross-products	5172.915	4013.170	5808.052
	Covariance	34.032	26.402	38.211
	N	153	153	153
HARGA DIRI	Pearson Correlation	<b>.659**</b>	1	.650**
	Sig. (1-tailed)	<b>.000</b>		.000
	Sum of Squares and Cross-products	4013.170	7179.660	7550.895
	Covariance	26.402	47.235	49.677
	N	153	153	153
DUKUNGAN_KELUARGA	Pearson Correlation	<b>.589**</b>	.650**	1
	Sig. (1-tailed)	<b>.000</b>	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	5808.052	7550.895	18769.660
	Covariance	38.211	49.677	123.485
	N	153	153	153

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Dari hasil uji parsial didapatkan:

- Pengaruh harga diri terhadap optimisme perencanaan karir ( $X_1$  terhadap Y). Diketahui hasil statistik dengan menggunakan korelasi *Product Moment* diperoleh nilai 0,659 dengan signifikansi 0,000,  $r_{x_1y}=0,659$  ( $p<0,01$ ) berarti hipotesis dapat diterima yaitu terdapat hubungan positif antara variabel harga diri terhadap optimisme perencanaan karir.
- Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap optimisme perencanaan karir ( $X_2$  terhadap Y). Diketahui hasil statistik dengan menggunakan korelasi *Product Moment* diperoleh nilai 0,589 dengan signifikansi 0,000,  $r_{x_2y}=0,589$  ( $p<0,01$ ) yang berarti hipotesis dapat diterima yaitu terdapat hubungan positif antara variabel dukungan sosial keluarga terhadap optimisme perencanaan karir.

Variabel harga diri dan dukungan sosial keluarga variabel yang memberikan kontribusi besar terhadap optimisme adalah harga diri. Dari hasil uji seberapa besar koefisien determinasi variabel harga diri adalah sebesar 31,44% sedangkan untuk variabel dukungan sosial keluarga adalah sebesar 16,52 artinya harga diri memberikan pengaruh yang besar terhadap optimisme daripada dukungan sosial keluarga. Dari hasil uji variabel yang sangat mempengaruhi optimisme adalah harga diri di mana hasil dari persentasenya adalah 79,7%. Remaja yang mempunyai harga diri tinggi akan mempunyai optimisme yang tinggi. Hasil uji parsial pada hipotesis pertama diperoleh nilai 0,659 dengan signifikansi 0,000,  $r_{x_1y}=0,659$  ( $p<0,01$ ) berarti hipotesis dapat diterima yaitu terdapat hubungan positif antara variabel harga diri terhadap optimisme perencanaan karir.

Optimisme dalam merencanakan karir pada remaja Pusat Pengembangan Anak Semarang tergolong tinggi, dibuktikan dengan mean data empirik sebesar 56,84, mean data hipotetik 42,5 dengan standart deviasi 8,5 serta perhitungan kategorisasi data sebesar 88,9% ini berarti remaja di Pusat

Pengembangan Anak Semarang optimis dalam menentukan cita-cita mereka dan percaya bahwa cita-cita atau karir mereka akan tercapai.

Harga diri remaja di Pusat Pengembangan Anak Semarang juga tergolong tinggi, hal ini dibuktikan dengan mean data empirik sebesar 57,33, mean data hipotetik 45 dengan standart deviasi 9 dan perhitungan kategorisasi data sebesar 79,7%, artinya remaja di Pusat Pengembangan Anak Semarang memiliki pandangan yang positif tentang dirinya dan merasa berharga.

Dukungan sosial keluarga pada remaja di Pusat Pengembangan Anak Semarang juga tergolong tinggi, hal ini dibuktikan dengan mean data empirik sebesar 89,56, mean data hipotetik 72,5 dengan standart deviasi 14,5 dan perhitungan kategorisasi data sebesar 58,8%, artinya remaja di Pusat Pengembangan Anak Semarang memiliki dukungan dari keluarganya dan di cintai oleh keluarganya

Hal ini diperkuat oleh penelitian Aisyah, dkk (2015) judul hubungan antara harga diri dengan optimisme masa depan pada siswa santri program tahfidz di pondok pesantren Al-Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara harga diri dengan optimisme masa depan pada siswa santri program tahfidz di pondok pesantren Al-Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten, semakin tinggi (kuat) harga diri maka semakin tinggi optimisme masa depan, sebaliknya semakin rendah harga diri seseorang maka semakin rendah optimisme masa depannya. Hasil di atas menunjukkan bahwa harga diri mempunyai pengaruh yang penting terhadap optimisme masa depan pada siswa santri tahfidz. Penelitian lain oleh Putri dan Frieda (2015) dengan judul harga diri dan optimisme raih kesuksesan karir pada fresh graduate fakultas teknik universitas Diponegoro menunjukkan hubungan yang positif yang signifikan antara harga diri dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada fresh graduate, semakin tinggi harga diri maka optimisme meraih kesuksesan karir pada fresh gradute semakin tinggi, dan sebaliknya.

Kategori dukungan sosial keluarga memperoleh hasil prosentase 58,8% lebih rendah di banding variabel harga diri. Hasil uji parsial pada hipotesis kedua diperoleh nilai 0,589 dengan signifikansi 0,000,  $r_{xy}=0,589$  ( $p<0,01$ ) yang berarti hipotesis dapat diterima yaitu terdapat hubungan positif antara variabel dukungan sosial keluarga terhadap optimisme perencanaan karir. Hal ini diperkuat dengan penelitian oleh Ardiani dan Indati (2015) dengan judul hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan optimisme pada remaja menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan optimisme remaja.

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan kesimpulan dari penelitian ini adalah ketiga hipotesis yang diajukan diterima, yaitu: terdapat hubungan yang positif antara harga diri dengan optimisme remaja dalam penentuan karir, terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial keluarga dengan optimisme remaja dalam penentuan karir. Besarnya pengaruh hubungan antara harga diri dan dukungan sosial keluarga terhadap optimisme dalam perencanaan karir sebesar 47,9% sedangkan sisanya 52,1% dari variabel-variabel lain dari persamaan regresi yang tidak diteliti. Remaja di Pusat Pengembangan Anak Semarang mempunyai optimism yang tinggi dalam perencanaan karir untuk masa depan mereka. Harga diri remaja di Pusat Pengembangan Anak juga tergolong tinggi anak tidak merasa minder dan punya kepercayaan diri dalam meraih cita-cita mereka serta dukungan sosial dari keluarga juga tinggi, tidak ada keluarga yang tidak mendukung untuk remaja menentukan karir yang berkaitan dengan masa depan mereka. Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya lebih mengembangkan penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme remaja dalam perencanaan karir dengan menambah jumlah variabel yaitu kepercayaan diri dan akumulasi pengalaman agar menghasilkan penelitian yang lebih sempurna.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ajhuri. (2019). *Psikologi perkembangan*. Yogyakarta. Penebar Media Pustaka.
- Aisyah. (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 psikologi*.
- Ardiani, Indati. (2015). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan optimisme pada remaja. *Jurnal psikologi*.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi Edisi 2*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka belajar.
- Darsono. (2014). *Kenapa harus rendah diri*. Surabaya: Liris.
- Febrina, D., dkk. (2018). *Self-esteem remaja awal : temuan baseline dari rencana program self-instructional training kompetensi diri*. Jurnal psikologi insight.
- Ghozali, I. (2018). Aplikasi analisis *multivariate* dengan program IBM SPSS 23. Semarang: Badan penerbit universitas Diponegoro
- Ghufron, Risnawita. (2016). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Medi
- Hariyadi, S, dkk. (2003). *Psikologi perkembangan*. Semarang: Unnes Press.
- Hatifah, Nirwana. (2014). *Pemahaman hadist tentang optimisme*. Jakarta: Studia Insania.
- Hidayat, K. (2013). Pengaruh harga diri dan penalaran moral terhadap perilaku seksual remaja berpacaran di SMK negeri 5 Samarinda. *Ejournal psikologi*.
- Hurlock, B.E. (2017). *Perkembangan anak*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Maryam, E.W. (2018). *Psikologi sosial*. Sidoarjo: UMSIDA Press.
- Multasih, Suryadi (2013). Pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap optimisme masa depan anak jalanan di rumah singgah Jakarta Selatan. *Jurnal psikologi*
- Musthofawi. (2019). Hubungan antara optimisme dan harga diri pada mahasiswa program diploma III kebidanan. *The southeast asian journal of midw*.
- Nurtjahjanti, Ratnaningsih, I. Z. (2011). *Jurnal psikologi Undip*. Jurnal Psikologi Undip.
- Putri dan Frieda (2015). *Self esteem dan optimisme raih kesuksesan karir pada fresh graduate fakultas teknik universitas Diponegoro*. *Jurnal Empati*.
- Safarina, N. A. (2016). *The relationship between pride and optimism with subjective well-being in psychology magister students of university of medan area*. *Analitika*.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development: perkembangan masa hidup*, edisi ketiga belas jilid 2 Jakarta: Erlangga
- Santrock, J.W. (2014). *Perkembangan anak edisi 7 jilid 2*. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E. (2014). *Health psychology*. Inggris: John Willey & Sons.

- Seligman, M. (2022). *The optimistic child*. Gramediadigital
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif*. Alfabeta
- Utami, N.M. (2013). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri individu yang mengalami asma. *Jurnal psikologi Udayana*. No. 1, Vol. 1
- Winarsunu. (2012). *Statistik dalam penelitian psikologi & pendidikan*. Malang: UMM Press.