

Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Pemuda Buddhis Kecamatan Pesanggaran dan Kecamatan Gambiran, Kabupaten Banyuwangi, dengan Metode Living Values Education

Kadek Yudi Murdana¹⁾, Rakyan Paranimmita Sappurisa Kamanitra²⁾, Herman³⁾

¹ Pendidikan Keagamaan Buddha, STAB Kertarajasa
email: kadek7@gmail.com

² Pendidikan Keagamaan Buddha, STAB Kertarajasa
email: rakyanparanimmita@gmail.com

³ Pendidikan Keagamaan Buddha, STAB Kertarajasa
email: hermanuggaseno@yahoo.com

Abstrak

Percaya diri menjadi modal dasar untuk pengembangan aktualisasi diri, dimana pada usia remaja kebutuhan aktualisasi diri sangat tinggi yaitu untuk menunjukkan kemampuan dan mengembangkan potensi bakat yang dimiliki. Penelitian ini menggunakan metode quasi experimental, dengan jenis one group pre-test-post test design.

Berdasarkan hasil uji di Kecamatan Gambiran, didapat bahwa pengujian perbedaan hasil pretest dan posttest menghasilkan nilai signifikasni sebesar 0,068. Hal ini diketahui bahwa nilai signifikan $>$ alpha sebesar 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa hasil pretes dan posttest tingkat kepercayaan diri adalah **tidak berbeda secara signifikan**. Nilai pretes dan posttest tingkat kepercayaan diri di Kecamatan Gambiran adalah sama saja. Sedangkan di Kecamatan Pesanggaran, didapat bahwa pengujian perbedaan hasil pretest dan posttest menghasilkan nilai signifikasni sebesar 0,012. Hal ini diketahui bahwa nilai signifikan $<$ alpha sebesar 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa hasil pretes dan posttest tingkat kepercayaan diri adalah **berbeda secara signifikan**. Ditinjau dari rata-rata, rata-rata posttest kepercayaan diri sebesar 3,2166, sedangkan rata-rata pretes kepercayaan diri sebesar 3,0309. Hal ini menunjukkan bahwa nilai rata-rata kepercayaan diri meningkat. Secara kolektif, didapat bahwa pengujian perbedaan hasil pretest dan posttest menghasilkan nilai signifikasni sebesar 0,002. Hal ini diketahui bahwa nilai signifikan $<$ alpha sebesar 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa hasil pretes dan posttest tingkat kepercayaan diri adalah **berbeda secara signifikan**. Ditinjau dari rata-rata, rata-rata posttest kepercayaan diri sebesar 3,1869, sedangkan rata-rata pretes kepercayaan diri sebesar 3,0273. Hal ini menunjukkan bahwa nilai rata-rata kepercayaan diri meningkat.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Remaja, Living Values Education

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa, saat akan terjadi sebuah perubahan fisik dan psikis yang merupakan perubahan penting dalam perkembangan manusia. Pada periode ini individu akan mencapai masa kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 2009:98). Perubahan-perubahan dan masa peralihan tersebut banyak membawa permasalahan, salah satunya dikarenakan oleh rendahnya rasa percaya diri pada kemampuan, fisik dan segala sesuatu yang terkait dirinya (Tim Peneliti PSW UGM, 2006:13).

Percaya diri menjadi modal dasar untuk pengembangan aktualisasi diri (Maslow, 1943:382), dimana pada usia remaja kebutuhan aktualisasi diri sangat tinggi yaitu untuk menunjukkan kemampuan dan mengembangkan potensi bakat yang dimiliki (Listyowati, Andayani, & Karyanta, 2011:137). Selain itu percaya diri merupakan salah satu kunci dalam mendukung kesuksesan seorang di sekolah maupun di tempat kerja (Magnusson & Nermo, 2018:1394) dan bertahan menyelesaikan sekolahnya (Karimi & Saadatmand, 2014:6). Seorang remaja yang memiliki rasa percaya diri akan yakin pada kemampuannya yang dimiliki sehingga tidak akan cemas untuk menunjukkan kemampuannya. Sebaliknya, remaja yang tidak memiliki rasa percaya diri akan mengalami krisis dalam memecahkan permasalahan karena kurangnya rasa percaya akan kemampuan diri dan tidak mampu untuk menunjukkan serta mengeksplorasi bakatnya karena malu dan cemas. Hal tersebut tentu akan berpengaruh pada prestasi akademik dan kariernya kelak.

Di sisi lain, perkembangan media digital memberikan ruang yang lebih luas bagi remaja untuk mengaktualisasikan kepercayaan dirinya. Namun, media layaknya senjata bermata dua, dapat berdampak positif dan negatif. Media dapat mengangkat kepercayaan diri remaja di saat kebutuhan akan aktualisasi diri terpenuhi. Media juga berdampak positif bila memberikan input yang positif bagi pembentukan konsep diri yang positif bagi remaja. Namun, dalam realitanya, aktualisasi diri remaja terhambat dengan adanya input yang melemahkan konsep diri remaja. Sebagai contoh, media membentuk konsep kecantikan yang tidak realistis yang membentuk remaja perempuan insecure karena merasa tidak dapat memenuhi kriteria tersebut. Penelitian yang dilakukan Sari (2010) menunjukkan bahwa ketidakpuasan remaja putri terhadap bentuk tubuhnya mengurangi kepercayaan diri sehingga menjadi hambatan untuk bergaul dan mengembangkan diri. Rendahnya kepercayaan diri juga membuat remaja semakin membutuhkan konfirmasi atau penegasan dari luar dirinya untuk merasa percaya diri dan merasa diterima di dalam lingkungannya. Hal ini mendorong remaja melakukan berbagai hal untuk menarik perhatian orang sekitarnya, baik melalui media sosial atau secara langsung. Upaya menarik perhatian ini tidak jarang mendorong berbagai perilaku yang sifatnya merugikan diri sendiri seperti perilaku seks berisiko, kecanduan narkoba, atau gaya hidup konsumtif.

Oleh karena itu, kepercayaan diri merupakan suatu aspek kepribadian penting yang terbentuk melalui interaksi individu dengan lingkungan (Burns & Dobson, 1984:479) dan sangat dipengaruhi oleh konsep diri dan harga diri (Andayani, Budi; Afiatin, 2016:28). Lingkungan yang tidak sesuai dan kurangnya bimbingan dalam pembentukan konsep diri remaja menyebabkan remaja terjerumus dalam pergaulan seks berisiko. Hal ini membawa dampak yang lebih besar bagi remaja, khususnya perempuan yaitu pernikahan anak dan kekerasan dalam pacaran atau dalam rumah tangga. Seperti halnya yang diberitakan oleh Merdeka.com yang menjelaskan bahwa prevalensi pernikahan dini di Banyuwangi mencapai 12 persen, bahkan sering terjadi di wilayah pedesaan (Albab, 2017). Hal tersebut

merupakan indikasi dari rendahnya rasa percaya diri di kalangan remaja, terutama perempuan. Dengan demikian, upaya peningkatan kepercayaan diri remaja adalah suatu hal yang urgen, seperti yang diungkapkan oleh Preston (2005:7) sebagai berikut:

“I’ve always thought that if low self-esteem were a physical condition such as cancer or AIDS, or a potentially life-threatening habit like smoking and alcohol and drug abuse, the government would declare a national emergency, pump in massive funds and organise a mass publicity campaign to combat it. Certainly some politicians and educationalists are beginning to pay lip service to it, and hopefully times are changing.”

Kepercayaan diri yang merupakan salah satu aspek kesehatan mental tidak kalah pentingnya dengan kesehatan jasmani. Preston menambahkan argumennya bahwa meskipun peningkatan kepercayaan diri merupakan sesuatu hal yang penting, tidak hanya secara personal, tetapi bagi kemajuan suatu komunitas, bahkan negara, upaya ini sangat sulit ditemui secara sistematis dan berkelanjutan di lembaga pendidikan formal. Oleh karena itu, untuk mewujudkan transformasi sosial, masyarakat perlu berinisiatif untuk mengadakan pelatihan pendidikan nilai untuk meningkatkan percaya diri. Dalam hal ini, ajaran Buddha mengandung nilai Metta, Santuthi, Viriya, dan Adithana yang dapat berperan dalam menanamkan nilai-nilai percaya diri dalam komunitas Buddhis. Penanaman nilai ini dapat dilakukan dengan metode Living Value Education (LVE) karena tidak hanya cukup dilakukan dengan metode klasik, yaitu ceramah, tetapi perlu dilakukan dengan strategi pembelajaran yang interaktif, atraktif, dan humanis. Berdasarkan uraian tersebut, penulis ingin melakukan penelitian yang lebih mendalam tentang upaya meningkatkan percaya diri remaja Buddhis di Kecamatan Pesanggaran dan Gambiran, Kabupaten Banyuwangi, melalui metode Living Values Education.

2. KAJIAN LITERATUR

Percaya diri didefinisikan sebagai sebuah keyakinan kepada kemampuan diri dalam menyelesaikan suatu tantangan tertentu dan berkaitan dengan evaluasi diri pada kemampuan dan tingkah laku pribadi (Lenney, 1981:906). Percaya diri adalah perasaan seseorang tentang kompetensi dan keterampilan diri serta kemampuan untuk menangani berbagai situasi secara efektif (Shrauger, Sidney J; Schohn, 1995:256). Percaya diri mencakup dua konstruksi utama yaitu merasa berkompeten dan kurangnya kecemasan (Clement dalam Uludag, 2015:2). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri remaja adalah penampilan fisik, konsep diri, hubungan dengan orang tua dan hubungan dengan teman (Santrock, 2003:336- 338)

Ciri-ciri seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang rendah adalah memiliki inisiatif yang rendah, cenderung menunggu secara pasif. Hal tersebut dikarenakan individu merasa takut membuat kesalahan (Millon & Lerner, 2003:16). Sebaliknya seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, cukup berambisi, optimis, bekerja secara efektif dan bertanggung jawab (Lauster dalam Andayani & Afianti, 1996:24), berani menerima penolakan, punya pengendalian diri yang baik, tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima, memiliki internal locus control, serta memiliki cara pandang yang positif dan realistis (Fatimah, 2010:149).

Upaya membangun kepercayaan diri dimulai dengan evaluasi diri untuk mengukur tingkat kepercayaan diri. Tingkat kepercayaan diri ini dapat berbeda-beda dari waktu ke waktu dan tempat, tergantung pada latar belakang, pengalaman, situasi, dan kondisi. Burton dan Brinley Platts (2011: 12-13) mengajukan indikator untuk mengukur kepercayaan diri sendiri, yaitu arah dan nilai (tahu apa yang diinginkan, yang dituju, dan apa yang dianggap

sangat penting), termotivasi, stabilitas emosi, cara berpikir positif, self-awareness, fleksibilitas dalam berperilaku, keinginan untuk berkembang, kemauan mengambil risiko, dan a sense of purpose. Preston (2005) mengajukan program pengembangan diri untuk meningkatkan kepercayaan diri, yang mencakup langkah-langkah berikut: memutuskan untuk percaya diri; self awareness; berpikir dengan penuh percaya diri; menggunakan imajinasi untuk meningkatkan citra diri; bersikap dengan penuh percaya diri; serta berkomunikasi dengan penuh percaya diri.

Sikap adalah perilaku yang didasarkan pada nilai-nilai yang sudah dimiliki, oleh karena itu diperlukan penanaman nilai yang baik sehingga siswa dapat memilikinya dan mengaplikasikan melalui sikapnya yang baik. Pembentukan nilai menjadi sebuah sasaran dalam pendidikan, bukan hanya di Indonesia, pendidikan penanaman nilai ini juga menjadi perhatian UNESCO. UNESCO membuat sebuah program mengenai penanaman nilai, yaitu Living Values Education (LVE) (Arweck & Nesbitt, 2004:137).

LVE merupakan sebuah program untuk menanamkan nilai yang terdiri dari 12 nilai yaitu: 1) kedamaian; 2) penghargaan; 3) cinta; 4) toleransi; 5) kejujuran; 6) kerendahan hati; 7) kerjasama; 8) kebahagiaan; 9) tanggung jawab; 10) kesederhanaan; 11) kebebasan; 12) persatuan. LVE adalah metode penanaman nilai yang diprakarsai dan disponsori oleh UNESCO (Tillman, 2004:xx-xxi).

Tujuan dari pelaksanaan program LVE adalah sebagai berikut: a) agar seseorang dapat memikirkan dan merefleksikan nilai-nilai yang berbeda dan mampu untuk mengekspresikan diri, dalam hubungannya dengan diri sendiri dan kehidupan sosialnya; b) agar seseorang memiliki kemampuan dalam memahami keputusan yang akan diambil, memahami motivasi untuk mengambil keputusan tersebut, dan bertanggung jawab dengan pembuatan keputusan secara pribadi dan social; c) untuk menginspirasi seseorang dalam memilih hal-hal yang bersifat pribadi, sosial, moral, spiritual dan nilai-nilai serta sadar akan metode praktis untuk mengembangkan dan memperdalamnya dan mengaplikasikannya dalam kehidupan (Arweck & Nesbitt, 2004:134). Metode LVE ini dilakukan dengan berbagai kegiatan di antaranya: a) titik refleksi; b) imajinasi; c) latihan relaksasi/konsentrasi; d) ekspresi artistik; e) kegiatan pengembangan diri; f) keterampilan sosial; g) kesadaran akan nilai; serta h) mengembangkan keterampilan untuk keadilan sosial (Komalasari & Saripudin, 2018:396).

Alur pembelajaran LVE dilangsungkan dalam tiga prinsip penting, yaitu pengkondisian lingkungan, pembelajaran sarat nilai, proses pengendapan dan reproduksi nilai, transfer pembelajaran dalam kehidupan. Tahap pertama LVE menetapkan bahwa belajar dimulai dengan mengkondisikan suasana pembelajaran berbasis nilai, lingkungan yang bernilai akan membantu siswa melahirkan nilai dari dalam dirinya. Tahap kedua, setiap peserta diberi stimulus untuk mengenali dan melahirkan nilai yang sudah dimilikinya melalui refleksi internal, dan penggalian nilai dan informasi di kehidupan nyata. Hasil dari refleksi itu didiskusikan secara afektif, kemudiandikembangkan gagasannya dan diperdalam penghayatan nilainya. Setelah itu, tahap terakhir, transfer pembelajaran dalam kehidupan. Tahap kedua, yakni proses pengendapan dan reproduksi nilai, pada LVE membutuhkan bahan tertentu sebagai pemicu lahirnya nilai dari dalam diri, bahan yang disediakan dalam eksperimen ini adalah kegiatan-kegiatan yang dirancang khusus. Kemudian proses penggalian, pendalaman, dan pengembangan nilai dikondisikan melalui treatment penanaman nilai.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini akan menggunakan metode quasi experimental, dengan jenis one group pre-test-post test design. Desain ini melakukan dua kali pengukuran terhadap kepercayaan diri remaja beragama Buddha di Kecamatan Pesanggaran dan kabupaten Banyuwangi. Pengukuran pertama (pre-test) dilakukan untuk melihat kondisi sampel sebelum diberikan perlakuan, yaitu tingkat kepercayaan diri remaja awal sebelum diberi treatment berupa penanaman nilai percaya diri melalui metode living values education. Setelah treatment dilakukan, remaja akan diberikan pengukuran kedua (post test) untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri remaja. Dari hasil pre-test dan post test data akan dianalisis untuk mengetahui presentase gambaran tingkat percaya diri sebelum dan sesudah treatment metode living values education dilakukan.

Teknik pengambilan sampel atau teknik sampling yang digunakan adalah *probability sampling*, yaitu dengan *simple random sampling*, untuk penelitian kuantitatif, dimana dalam hal ini populasi akan dibatasi berdasarkan beberapa kriteria seperti: Pendidikan dan pembatasan usia antara 13-20 tahun.

Skala pengukuran yang dipakai dalam penelitian kuantitatif adalah menggunakan Skala Likert, untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri pemuda Buddhis sebagai subjek kajian. Pengumpulan data kuantitatif dilakukan melalui penyebaran kuesioner (angket) dan pengumpulan data kualitatif dilakukan melalui observasi dan dokumentasi.

Rencana kegiatan yang akan dilakukan untuk kesadaran nilai menggunakan metode LVE agar peserta lebih percaya diri adalah sebagai berikut:

Upaya meningkatkan kepercayaan diri remaja Buddhis melalui metode LVE diaplikasikan dalam sembilan kegiatan. Kegiatan pertama adalah membuat peraturan bersama yang bertujuan menjamin kenyamanan setiap peserta dalam tahapan-tahapan selanjutnya. Kenyamanan ini terbentuk melalui rasa aman mengemukakan pendapat, berekspresi, dan berefleksi dalam suasana kondusif yang diciptakan bersama. Kegiatan kedua bertajuk “Diriku Berharga”. Kegiatan ini bertujuan untuk menanamkan nilai *Santuthi* yang dilaksanakan dengan kegiatan hening berupa penghargaan diri dan meditasi.

Kegiatan ketiga berupa kesadaran nilai yang bertujuan merefleksi diri tentang nilai-nilai yang dianggap penting bagi masing-masing. Kemudian refleksi tentang sebuah nilai yang universal yang bila diterapkan sungguh-sungguh akan menciptakan dunia yang lebih baik. Selain itu, kegiatan kelompok akan mengasah kemampuan peserta untuk bekerja sama dan berkomunikasi. Dalam kegiatan berikutnya, peserta kembali diajak melihat diri masing-masing terkait dinamika diri mengingat kepercayaan diri terbentuk bukan hanya sebagai suatu proses seketika, tetapi berdasarkan perjalanan hidup. Kegiatan kelima yang bertajuk “Mengobarkan Kembali Impian”, Kegiatan ini akan membuat peserta menjadi tenang dan berkonsentrasi untuk menggali imajinasi yang membuat nilai-nilai menjadi lebih relevan dengan peserta karena mereka mencari tempat dalam diri dimana mereka mengalami sendiri kualitas nilai tersebut dan menghasilkan ide yang mereka tahu adalah milik mereka dan mengobarkan kembali impian mereka. Dalam kegiatan “Kue Nilai”, setiap kelompok secara bersama-sama membuat sebuah gambaran kue dunia damai dengan komposisi nilai-nilai yang diperlukan. Aktivitas ini bertujuan agar peserta dapat memahami peran pentingnya dalam membangun dunia.

Dalam kegiatan mendengarkan aktif, secara langsung akan dipraktekan nilai penghargaan, bagaimana menghargai orang lain. Dengan saling menghargai, kepercayaan diri seseorang akan dapat berkembang. Dalam kegiatan kedelapan, refleksi nilai diri, peserta diberikan kertas busur nilai untuk merefleksikan diri, mana nilai-nilai yang sudah baik dan kurang dalam dirinya. Kegiatan terakhir merupakan kegiatan “Berbagi Nilai”. Dalam kegiatan ini satu per satu peserta duduk di kursi tengah yang sudah disediakan. Kemudian peserta yang lain secara bergantian membisikkan nilai-nilai yang berpotensi serta kesan pesan kepada peserta yang duduk di tengah tersebut. Pada kegiatan ini nilai-nilai yang dibisikkan akan membuat peserta merefleksikan diri apakah dia memiliki nilai itu dan makin menguatkan nilai-nilai yang ia miliki untuk membuatnya lebih percaya diri.

Total waktu yang diperlukan untuk seluruh rangkaian acara ini adalah 465 menit atau 7-8 jam. Agar berjalan dengan optimal, diperlukan waktu jeda di antara satu tahapan dengan tahapan berikutnya. Oleh karena itu, pelaksanaan kegiatan ini memerlukan waktu sekitar dua-tiga hari secara bergantian di tiap kecamatan. Dengan demikian, diharapkan kepercayaan diri generasi muda Buddhis meningkat dan secara lebih luas mempunyai ketangguhan mental untuk mengabdikan diri secara lebih optimal bagi masyarakat dan bangsa.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Data Penelitian Tahap Pre-Test dan Post-Test

Analisis data disini terbagi menjadi dua bagian, yaitu data tingkat kepercayaan diri remaja awal sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan berupa penanaman nilai percaya diri melalui metode living values education (LVE).

Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri, digunakan perhitungan rentang skala. Untuk mendapatkan nilai skala penulis menggunakan rentang skala semantik dengan rumus sebagai berikut :

$$RS = \frac{m - n}{b}$$

Dimana :

RS = rentang skala

m = angka tertinggi dalam pengukuran, angka tertinggi adalah 5

n = angka terendah dalam pengukuran, angka terendah adalah 1

b = banyaknya kelas terbentuk.

Ada lima kelas yang terbentuk sesuai dengan jumlah kategori dengan rumus diatas, maka rentang skala dapat dihitung sebagai berikut :

$$RS = \frac{5 - 1}{5} = 0,8$$

Dengan rentang skala 0,8 maka skala numeriknya adalah sebagai berikut :

Klasifikasi	Rentang Skala
Sangat Rendah	1 - 1.8
Rendah	1.81 - 2.61
Sedang	2.62 - 3.42

Tinggi	3.43 - 4.23
Sangat Tinggi	4.24- 5

Tingkat Kepercayaan Diri Sebelum Diberikan Treatment

Dari tiga puluh remaja Buddhis di Kecamatan Pesanggaran, terlihat bahwa tingkat kepercayaan diri terbesar remaja Buddhis di daerah tersebut berada di frekuensi sedang. Dua remaja memiliki tingkat kepercayaan diri rendah, dua puluh lima remaja memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, dan tiga remaja memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi. Dari data tersebut juga diketahui tidak ada remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat rendah maupun sangat tinggi. Sedangkan dari tiga puluh remaja Buddhis di Kecamatan Gambiran, terlihat bahwa tingkat kepercayaan diri terbesar remaja Buddhis di daerah tersebut berada di frekuensi sedang. Dua remaja memiliki tingkat kepercayaan diri rendah, dua puluh lima remaja memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, dan tiga remaja memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi. Dari data tersebut juga diketahui tidak ada remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat rendah maupun sangat tinggi. Dengan demikian secara kolektif dari enam puluh remaja Buddhis di Kecamatan Pesanggaran dan Kecamatan Gambiran, terlihat bahwa tingkat kepercayaan diri terbesar remaja Buddhis di daerah tersebut berada di frekuensi sedang. empat remaja memiliki tingkat kepercayaan diri rendah, lima puluh remaja memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, dan enam remaja memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi. Dari data tersebut juga diketahui tidak ada remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat rendah maupun sangat tinggi.

Tingkat Kepercayaan Diri Setelah Diberikan Treatment

Dari tiga puluh remaja Buddhis di Kecamatan Pesanggaran, setelah diberikan perlakuan penanaman nilai percaya diri dengan metode LVE, terlihat bahwa tingkat kepercayaan diri terbesar remaja Buddhis di daerah tersebut berada di frekuensi sedang. Satu remaja memiliki tingkat kepercayaan diri rendah, dua puluh satu remaja memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, dan delapan remaja memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi. Dari data tersebut juga diketahui tidak ada remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat rendah maupun sangat tinggi. Sedangkan dari tiga puluh remaja Buddhis di Kecamatan Gambiran, setelah diberikan perlakuan penanaman nilai percaya diri dengan metode LVE, terlihat bahwa tingkat kepercayaan diri terbesar remaja Buddhis di daerah tersebut berada di frekuensi sedang. Dua puluh enam remaja memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, dan empat remaja memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi. Dari data tersebut juga diketahui tidak ada remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat rendah maupun sangat tinggi. Dengan demikian secara kolektif dari enam puluh remaja Buddhis di Kecamatan Pesanggaran dan Kecamatan Gambiran, setelah diberikan perlakuan penanaman nilai percaya diri melalui metode LVE, terlihat bahwa tingkat kepercayaan diri terbesar remaja Buddhis di daerah tersebut berada di frekuensi sedang. Satu remaja memiliki tingkat kepercayaan diri rendah, empat puluh tujuh remaja memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, dan dua belas remaja memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi. Dari data tersebut juga diketahui tidak ada remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat rendah maupun sangat tinggi.

b. Pengujian Hipotesis

Uji Pasyarat

Sebelum dilakukan uji hipotesis dengan melakukan uji T, data perlu di uji terlebih dahulu untuk memenuhi prasyarat uji T, yaitu uji normalitas.

Uji normalitas digunakan untuk menentukan apakah data yang akan diuji sebagai data input telah terdistribusi normal atau tidak. Untuk normalitas ini dilakukan pada data pre-test dan post-test. Dalam uji normalitas digunakan uji kolomogorov smirnov. Dari hasil uji ini dapat diketahui bahwa pengujian normalitas data pada semua kelompok menghasilkan nilai signifikansi $> 0,05$, sehingga semua data tersebut dinyatakan normal dan dapat dilakukan uji selanjutnya yaitu uji *paired t*.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *paired t* (uji t berpasangan), untuk menguji apakah terdapat perbedaan pretes dan posttes tingkat kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil uji di Kecamatan Gambiran, didapat bahwa pengujian perbedaan hasil pretest dan posttest menghasilkan nilai signifikasni sebesar 0,068. Hal ini diketahui bahwa nilai signifikan $> \alpha$ sebesar 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa hasil pretes dan posttest tingkat kepercayaan diri adalah **tidak berbeda secara signifikan**. Nilai pretes dan posttest tingkat kepercayaan diri di Kecamatan Gambiran adalah sama saja. Sedangkan di Kecamatan Pesanggaran, didapat bahwa pengujian perbedaan hasil pretest dan posttest menghasilkan nilai signifikasni sebesar 0,012. Hal ini diketahui bahwa nilai signifikan $< \alpha$ sebesar 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa hasil pretes dan posttest tingkat kepercayaan diri adalah **berbeda secara signifikan**.

Ditinjau dari rata-rata, rata-rata posttest kepercayaan diri sebesar 3,2166, sedangkan rata-rata pretes kepercayaan diri sebesar 3,0309. Hal ini menunjukkan bahwa nilai rata-rata kepercayaan diri meningkat. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Penanaman nilai dengan menggunakan metode pendidikan nilai LVE dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja Buddhis di Kecamatan Pesanggaran Kabupaten Banyuwangi. Secara kolektif, didapat bahwa pengujian perbedaan hasil pretest dan posttest menghasilkan nilai signifikasni sebesar 0,002. Hal ini diketahui bahwa nilai signifikan $< \alpha$ sebesar 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa hasil pretes dan posttest tingkat kepercayaan diri adalah **berbeda secara signifikan**.

Ditinjau dari rata-rata, rata-rata posttest kepercayaan diri sebesar 3,1869, sedangkan rata-rata pretes kepercayaan diri sebesar 3,0273. Hal ini menunjukkan bahwa nilai rata-rata kepercayaan diri meningkat. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Penanaman nilai dengan menggunakan metode pendidikan nilai LVE dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja Buddhis di Kecamatan Pesanggaran dan Kecamatan Gambiran Kabupaten Banyuwangi.

c. Efektifitas Penanaman Metode Pendidikan Nilai LVE dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Pemuda Buddhis

Berdasarkan pada data kuantitatif di atas, dapat diketahui bahwa penanaman nilai pada metode *Living Values Education* (LVE), efektif dalam meningkatkan kepercayaan dalam diri pemuda Buddhis di tempat penelitian. Untuk lebih memperkuat dan memperdalam hasil penelitian, data diolah tidak hanya secara kuantitatif, melainkan juga secara kualitatif. Data kualitatif diperoleh melalui observasi dan dokumentasi terhadap setiap program yang dilakukan dalam hubungannya dengan metode LVE. Pengolahan data kualitatif tersebut disajikan sebagai berikut.

1) Sekilas tentang LVE

Anak-anak, orang muda dan masyarakat saat ini semakin terkena dampak negatif dari kekerasan, masalah sosial dan kurangnya rasa menghargai pada sesama dan dunia di sekitar mereka. Nilai-nilai kehidupan yang dianggap bisa memberi panduan bagi individu untuk menghadapi dampak negatif

tersebut, dirasakan semakin luntur dan terkubur dalam. Pendidikan nilai dirasa semakin penting untuk menawarkan pengalaman positif dan memberi pilihan yang dapat memperkuat nilai-nilai kehidupan, khususnya bagi anak-anak dan remaja apilihan yang dapat memperkuat nilai-nilai kehidupan, khususnya bagi anak-anak dan remaja.

Pada bagian ini subjek penelitian menerima materi mengenai Living Values Education dari narasumber. Materi diberikan sebelum dilakukan pengumpulan data penelitian. Pada tahap ini belum terlihat peserta mengikuti dengan antusiasme karena ini adalah hal yang baru bagi subjek penelitian

2) Kesadaran Nilai: Nilai Kita dan Perkembangan Nilai pada Anak

Nilai-nilai sangat mempengaruhi kehidupan seseorang. Nilai tersebut merupakan sebuah pembimbing dalam setiap hal yang dilakukan dan diinginkan untuk dicapai. Pada sesi ini peserta diarahkan untuk merefleksi dengan diberikan berbagai pertanyaan, yaitu: Orang yang sangat berpengaruh dalam hidup; Nilai atau kualitas apa yang terlihat dari orang tersebut; Jika setiap orang di dunia memiliki nilai tersebut, apakah dunia menjadi berbeda; Lagu yang sangat disukai, nilai apa yang ditunjukkan lewat kata-kata dan musiknya; Puisi, kutipan, buku-buku penting, nilai atau kualitas apa yang ada di dalamnya; Gambar/film/pemandangan/patung favorit, nilai dan perasaan apa yang terkandung di dalamnya; Ingat moment positif yang special dalam hidup, perasaan apa yang waktu itu dirasakan, nilai apa yang terdemonstasi dalam moment tersebut; dan Apakah itu nilai. Setelah itu setiap peserta mensharingkan apa yang ia tulis kepada yang lain mereka ditanyai oleh fasilitator satu persatu. Ada seorang peserta yang menangis saat menceritakan siapa orang yang paling berpengaruh dalam dirinya.

Setelah itu instruktur memberikan instruksi untuk menuliskan enam nilai yang paling penting dalam hidup. Nilai adalah mercusuar dalam hidup. Seseorang menggunakan nilai sebagai potensi ketika sedang mengalami dan memperlakukan orang lain dalam kehidupan dengan kualitas tersebut, dan menjadi sebuah nilai ketika seseorang memperlakukan orang lain dengan kualitas tersebut, serta menggunakannya untuk membuat keputusan positif dalam hidupnya.

Tujuan dari kegiatan ini adalah merefleksi diri bahwa kita menginginkan sebuah nilai yang universal, namun walaupun memilikinya, ternyata kita tidak hidup dalam nilai-nilai itu. Jika kita dapat sungguh-sungguh hidup dalam nilai-nilai itu, maka akan tercipta dunia yang lebih baik.

Pada tahapan ini setiap peserta yang menjawab beberapa pertanyaan di atas memiliki beberapa kesamaan dalam jawabannya yaitu sosok yang disebutkan adalah sosok orangtua. Diantara kedua orangtua, sosok ayah yang lebih banyak disebutkan sebagai sosok yang sangat berpengaruh dalam kehidupan peserta penelitian. Adapun nilai dan kualitas yang dilihat adalah adanya rasa aman, disayangi, dicintai dengan adanya orangtua dalam kehidupan subjek penelitian

3) Menciptakan Suasana Berbasis Nilai: Menciptakan nilai penghargaan diri

Kegiatan yang dilakukan saat materi menciptakan suasana berbasis nilai yang pertama adalah kondisi saat kita hening. Dari situlah fasilitator memberikan sugesti tentang bagaimana diri mencintai karakter diri yang berbeda dengan yang lain. Peserta diberikan sugesti untuk mengendarai sebuah kendaraan imajinasi ke sebuah dunia yang memiliki keindahan karakteristik yang berbeda

Dari sugesti dari kegiatan hening itulah kita mendapat bayangan atau imajinasi untuk membangun sebuah nilai positif dalam diri. Diri kita yang semula kurang mencintai diri sendiri, menjadi tergugah dan lebih menghargai diri dengan karakteristiknya yang berbeda. Kita tergugah untuk membuat suasana diri maupun lingkungan kita menjadi nyaman. Tidak hanya itu kita juga saling berbagi tentang imajinasi kita.

Latihan hening ini ditujukan untuk membantu individu agar menikmati rasa dari nilai, sehingga individu dapat menjadi tenang, lebih hening dan berkonsentrasi. Imajinasi itu membuat nilai-nilai menjadi lebih relevan dengan individu karena mereka mencari tempat dalam diri mereka dimana mereka mengalami sendiri kualitas nilai tersebut dan menghasilkan ide yang mereka tahu adalah milik mereka.

Banyak hal yang dapat dibagikan antar peserta. Sebagaimana peserta menjadi terasa damai dan tenang. Tak hanya itu dari imajinasi yang dibagikan antar peserta menjadi kaya akan nilai positif yang terdapat dalam diri. Para peserta menjadi saling peduli dan bebas bercerita dari hasil sugesti tersebut. Bahkan beberapa peserta ingin mewujudkan suasana yang nyaman dan berbasis nilai tersebut baik lingkungan sekitarnya dan di lingkungan pendidikan.

Setelah itu para peserta workshop dikondisikan untuk kembali ke masa kecil. Dengan berbagai tindakan anak kecil seperti bernyanyi dan menari bersama. Adapun lirik dari lagu tersebut antara lain:

“Ada rusa besar
Suka sekali minum jus
Ada rusa besar
Suka sekali minum jus
Sowowowowo
Wiiiiyyooooo.....wiiiiiiyyyyooooo
Wiyo wiyo wiyo”

Selain lagu “Rusa Besar” peserta juga bernyanyi dengan judul “Bintang Damai” dengan syair sebagai berikut:

“Akulah bintang damai
Akulah bintang damai
Kita saling cinta
Kita saling hormat
Kitalah bintang damai”

Dalam aktivitas hening, setiap peserta dapat melakukan dengan baik, dimana kegiatan ini juga terlihat efektivitasnya dilakukan menjelang

kegiatan penelitian. Peserta terlihat lebih tenang dan lebih siap dalam mengikuti berbagai kegiatan penelitian.

Beberapa kendala awal yang terlihat adalah terdapat beberapa orang subjek penelitian yang terkesan tidak mampu mengikuti kegiatan dengan baik. Hal ini tercermin dari observasi peneliti dimana beberapa peserta terlihat tidak mampu diajak untuk hening dan beberapa terlihat tertawa kecil dengan ajakan untuk hening ini sehingga sedikit menimbulkan gangguan. Namun hal tersebut dapat teratasi dengan dampingan dari tim peneliti dan peserta dapat mengikuti dengan baik

- 4) Aktualisasi lima nilai dasar (aman, bernilai, dihargai, dimengerti dan dicintai)

Anak-anak memiliki lima kebutuhan nilai yang berkaitan dengan perasaan mereka. Adapun lima kebutuhan nilai dasar tersebut adalah bernilai, aman, dipahami, dihargai, dan disayangi. Jika lima dasar tersebut dapat terpenuhi maka anak-anak akan tumbuh dengan kepribadian yang positif. Anak-anak akan berani mengeksplor bakat dan cita-cita mereka dalam suasana yang berbasis nilai. Dalam menumbuhkan lima nilai dasar peserta diajak untuk membuat kelompok. Satu kelompok terdiri dari lima peserta. Peserta diberikan satu nilai dasar untuk didiskusikan. Dalam satu kelompok peserta menulis hal-hal yang berimplementasi dengan nilai dasar. Kemudian, peserta mempresentasikan hasil dari diskusi kelompok.

Kegiatan ini dapat diikuti dengan baik oleh seluruh peserta penelitian. Dari hasil observasi terlihat sebagian besar peserta penelitian mengikuti kegiatan dengan penuh seksama. Namun terdapat beberapa jumlah peserta yang masih terkesan tidak menghiraukan arahan dari pendamping penelitian. Tetapi hal tersebut dapat diatasi setelah dilakukan peneguran dan ajakan kembali kepada seluruh peserta untuk dapat mengikuti kegiatan penelitian dengan baik dan tidak menimbulkan gangguan dengan dikaitkan pada nilai kehidupan yang relevan

- 5) Rekoleksi Nilai: Nilaiku Dahulu, Sekarang, dan di Masa Depan

Setelah belajar mengenai lima nilai dasar dalam materi mengobarkan nilai dalam diri, peserta belajar tentang nilai-nilai yang pernah dirasakan dahulu, nilai yang dirasakan sekarang dan nilai akan dikembangkan untuk masa depan. Hal ini karena dalam menghidupkan nilai, tentunya peserta menyadari bahwa banyak nilai-nilai terdahulu yang terlupakan atau terpendam. Banyak faktor yang membuat individu lupa akan nilai yang ada dalam diri. Hingga nilai-nilai yang sebaiknya dikembangkan menjadi terkubur karena banyak faktor.

Dalam menghidupkan nilai dalam materi nilai dahulu, nilai sekarang dan nilai masa depan adalah peserta diminta untuk duduk dengan tenang. Kemudian fasilitator memberikan 3 kertas untuk menulis nilai-nilai dahulu yang pernah dirasakan pada kertas pertama, nilai-nilai yang dirasakan sekarang pada kertas kedua, dan yang terakhir peserta diminta menuliskan nilai-nilai yang akan dibawa ke masa depan. Setelah selesai, peserta diminta untuk menunjukkan hal-hal yang sudah ditulis sebelumnya kemudian saling bertukar dengan peserta yang lain. Namun, peserta boleh

menukar atau tidak nilai-nilai tersebut. Kemudian peserta saling membacakan nilai-nilai yang ditemukan bahkan nilai-nilai yang sudah ditulis.

Nilai yang ada pada masa anak-anak tentunya berbeda dengan nilai yang dirasakan pada masa sekarang. Seakan individu lupa atau tidak menyadari bahwasannya dahulu berada pada lingkungan yang bernilai dan indah. Namun, ada juga peserta yang tidak menyadarinya, karena tidak merasakan nilai yang positif. Hal ini karena banyak faktor yang mempengaruhi, mungkin faktor lingkungan yang mengintimidasi dan membuatnya kurang berkembang sehingga nilai-nilai positif dalam diri menjadi terkubur oleh nilai negatif yang ada. Sehingga individu tersebut lupa akan kebahagiaan dan suasana indah masa anak-anak.

Tidak hanya itu, dimasa sekarang tidak sedikit individu kurang mengembangkan nilai positif dalam diri. Banyak faktor yang membuat itu terjadi. Misalnya individu tersebut hidup penuh dengan tekanan, baik tekanan keluarga, ekonomi dan pekerjaan. Banyak juga yang membuat nilai tersebut menjadi terkubur karena faktor dari dalam diri, misalnya pengaruh amisi dan emosi yang semakin mengelabui pikirannya sehingga nilai positif dalam diri menjadi tidak berkembang.

Nilai positif yang berkembang dalam individu akan membuat individu akan hidup di dalam suasana berbasis nilai. Hal ini akan memengaruhi pola pikir dan tingkah laku setiap individu. Individu akan cenderung melakukan hal-hal yang bernilai positif.

Pada tahapan penelitian ini seluruh peserta menunjukkan partisipasi yang tinggi. Masing-masing dari peserta memaparkan nilai-nilai dalam kehidupannya pada masa lampau, sekarang dan akan datang. Sebagian besar jawaban yang diberikan oleh peserta penelitian menunjukkan adanya perubahan nilai yang dirasakan dari ketiga masa tersebut di atas.

Masa kecil peserta penelitian dilalui dengan nilai-nilai positif yang dirasakan. Namun dengan berkembangnya waktu pemuda Buddhis sebagai subjek penelitian merasakan adanya perubahan nilai dalam kehidupan keluarga mereka. Hal ini dirasakan melalui beberapa indikator diantaranya adalah perubahan sikap dari kedua orangtuanya, ataupun dirasakan berkurangnya rasa cinta dari orangtua maupun anggota keluarga lain.

6) Aktivitas Nilai: Menciptakan nilai kedamaian

Dalam aktifitas ini, para individu mengeksplorasi nilai dalam kaitannya dengan diri mereka sendiri untuk membangun keterampilan yang berkaitan dengan nilai, pada kegiatan ini peserta dibagi dalam kelompok-kelompok kecil untuk membuat sebuah roti dunia, yaitu implementasi roti sebagai dunia yang diharapkan yang dibuat dari bahan-bahan nilai-nilai yang diharapkan ada dalam setiap individu yang membuat dunia semakin baik, setelah itu setiap individu dalam kelompok didorong untuk merefleksikan tentang nilai dan mewujudkan nilai-nilai tersebut dalam wujud artistik dan kreatif melalui kesenian yaitu dengan menggambar roti dunia.

Penggambaran tersebut dilakukan dengan menarik dan menyenangkan dengan menggunakan berbagai warna sebagai analogi anak-anak yang bisa mengeksplorasi berbagai macam budaya.

Pada tahapan kegiatan ini, seluruh peserta mampu mengikuti dan melaksanakan kegiatan dengan baik. Setiap kelompok peserta mampu menghasilkan kue nilai seperti yang diarahkan, dan mampu untuk mempresentasikannya di depan teman-teman yang lain tanpa adanya terlihat kurangnya kepercayaan diri yang berarti. Beberapa peserta masih terlihat kurang percaya diri maupun malu untuk tampil di depan teman-temannya

7) Mendengarkan aktif

Dalam kegiatan mendengar aktif peserta dibentuk berpasang-pasangan. Secara bergantian peserta diposisikan sebagai pendengar peserta pasangannya yang bercerita. Di sisi lain, fasilitator memberikan petunjuk kepada pendengar untuk melakukan hal-hal negatif yang mengacau seperti, bermain HP, pandangan mata yang tak fokus, memperhatikan yang lain dan masih banyak lagi. Kemudian setelah bergantian, giliran teman yang satunya lagi mendengar, ada intruksi lain untuk mendengarkan sepenuh hati, saling kontak mata dan memberi tanggapan. Intruksi tersebut hanya diberikan kepada pendengar tanpa sepengetahuan yang bercerita. Setelah melakukan kegiatan tersebut barulah peserta merefleksikan hal-hal yang sudah dirasakan pada saat mendengar aktif.

Setelah peserta menceritakan apa yang dirasakan lalu fasilitator dan peserta bersama mengidentifikasi bagaimana menjadi pendengar yang baik seperti dengan menatap matanya, mengkonfirmasi perasaan, mendengarkan dengan penuh perhatian, gestur dan sentuhan. Hal-hal tersebut seharusnya dilakukan agar membuat yang bercerita merasa dihargai, aman dan dimengerti.

Pada tahapan kegiatan ini, peserta mampu menjalankan kegiatan sesuai dengan petunjuk yang telah diinstruksikan. Terlihat beberapa peserta saja yang terkesan kurang mampu menghargai instruksi yang diberikan namun setelah dilakukan pengarahan lebih lanjut mereka semua mampu menjalankan dengan baik.

Di akhir dari kegiatan ini peserta mampu menjabarkan nilai dari kegiatan ini dimana pengujian berbeda dilakukan dan nilai yang ingin ditanamkan mampu diserap oleh peserta penelitian.

8) Aktivitas Nilai - "Creating from Nothing"

Pada sesi terakhir ini peserta dipanggil satu persatu untuk duduk di tengah dan setiap peserta lain dan mentor membisikkan nilai-nilai positif ke peserta yang duduk ditengah seperti "kamu anak yang kuat, yang sabar, yang dicintai, yang baik, yang rajin, percaya diri dll". Pada kegiatan ini hampir semua peserta yang duduk ditengah menangis karena terharu diakhir kegiatan semua mengucapkan terimakasih.

Para peserta terlihat terharu dengan berbagai nilai positif yang dibisikkan oleh masing-masing peserta lain beserta pendamping. Dengan bisikan nilai

tersebut terlihat mampu meningkatkan rasa percaya diri peserta karena mendapatkan nilai yang positif dari teman di sekitarnya.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil penelitian, diketahui bahwa penanaman nilai kepercayaan diri pada remaja Buddhis di dua kecamatan di Banyuwangi, dengan menggunakan metode Living Values Education (LVE), menunjukkan efektifitas yang signifikan. Program yang dilakukan untuk menanamkan nilai dalam LVE terbukti efektif memberikan perubahan terhadap peserta. Peserta yang di awal program masih terlihat kurangnya kepercayaan diri, selama kegiatan perlahan semakin meningkat dan dapat memperkuat kepercayaan diri mereka di akhir program. Dari observasi penelitian terlihat bahwa peserta secara umum menjadi lebih percaya diri, akrab dan bahagia dalam mengikuti program ini.

Di samping efektifitas penanaman nilai tersebut, terdapat juga beberapa kendala yang ditemui dalam proses penelitian. Mengingat program LVE masih merupakan program baru khususnya di kalangan Buddhis, maka terdapat beberapa kendala yang ditemui. Beberapa kendala tersebut diantaranya sulitnya mengajak atau membuka diri peserta untuk terlibat sepenuhnya dalam kegiatan. Kemudian antusiasme juga menjadi kendala khususnya di awal program. Peserta di awal program masih belum menunjukkan antusiasme untuk mengikuti program, namun hal tersebut dapat diperbaiki selama program dilaksanakan.

Mengingat hasil yang didapatkan seperti yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa program LVE merupakan program yang sangat baik untuk dilakukan karena mampu meningkatkan nilai-nilai penting dalam kehidupan. Dengan signifikansi hasil penelitian seperti itu, perlu adanya pengembangan dan perluasan program ini di kalangan yang lebih luas. Diharapkan hasil penelitian ini mampu juga menjadi tolok ukur untuk pelaksanaan dan pengembangan kegiatan berikutnya.

6. REFERENSI

Albab, M. U. (2017, April 17). Info Banyuwangi. Retrieved from Merdeka.com <https://banyuwangi.merdeka.com/info-banyuwangi/bkkbn-jangan-menikah-pada-usia-dini-1704173.html>

Andayani, Budi; Afiatin, T. (2016). Konsep Diri, Harga Diri, dan Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Psikologi (Yogyakarta)*, 23(2), 23–30. <https://doi.org/10.22146/jpsi.10046>

Arweck, E., & Nesbitt, E. (2004). “Living Values: An Educational Program” - From initiative to Uptake. *British Journal of Religious Education*, 26(2), 133–149. <https://doi.org/10.1080/01416200420042000181910>

Burns R.B., Dobson C.B. (1984) "The Self-Concept. *Introductory Psychology*. Springer, Dordrecht

Burton, K., & Platts, B. (2011). *Building Self-Confidence for Dummies*. John Wiley & Sons.

Drake, C. (2001). Values Education and Human Rights: The Living Values Educational Programme in Asia. *Human Rights Education in Asian Schools Vol 4*, 1–24.

Fatimah, E. (2010). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.

Herman. (2019). Kemampuan Public Speak Training Samanera dan Atthasilani Padepokan Dhammadipa Arama Batu. Tesis. Pascasarjana Magister Manajemen. Universitas Gajayana, Malang.

Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Karimi, A., & Saadatmand, Z. (2014). The Relationship between Self-Confidence with Achievement Based on Academic Motivation. *Kuwait Chapter of Arabian Journal of Business and Management Review*, 4(1), 210–215. <https://doi.org/10.12816/0018904>

Komalasari, K., & Saripudin, D. (2018). The Influence of Living Values Education-Based Civic Education Textbook on Student’s Character Formation. *International Journal of Instruction*, 11(1), 395–410. <https://doi.org/10.12973/iji.2018.11127a>

Lenney, E. (1981). What ’ s Fine for the Gander Isn ’ t Always G o o d for the Goose : Sex Differences in Self-Confidence as a Function of Ability Area and Comparison with Others 1. *Sex Roles*, 7(9), 905–924.

Listyowati, A., Andayani, T. R., & Karyanta, N. A. (2011). Hubungan Antara Kebutuhan Aktualisasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kematangan Karir pada Peserta Kelas XII SMAN 2 Klaten. *Jurnal Wacana Psikologi*, 116-145.

Magnusson, C., & Nermo, M. (2018). From childhood to young adulthood: the importance of self-esteem during childhood for occupational achievements among young men and women. *Journal of Youth Studies*, 21(10), 1392–1410. <https://doi.org/10.1080/13676261.2018.1468876>

Maslow, A. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 370-396.

Millon, T., & Lerner, M. J. (2003). *Handbook of Psychology*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.

Nurlis. (2008). Pengaruh Latihan Membangun Kepercayaan Diri terhadap Rasa Percaya Diri Remaja di Kelurahan Sindang Barang Bogor. Tesis. Program Pascasarjana Fakultas Ilmu Keperawatan Kekhususan Keperawatan Jiwa Universitas Indonesia.

Pamela, E., & Warawuru, F. E. (2006, Mei). Efektifitas LVEP (Living Values Education Program) dalam Meningkatkan Harga Diri Remaja Akhir. *Provita*, 2, 13-23.

Preston, D.L. (2005). *365 Steps to Self Confidence: A Complete Programme for Personal Transformation*.

Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.

Sari, G. E. P. (2010). Perbedaan Ketidakpuasan terhadap Bentuk Tubuh Ditinjau dari Strategi Koping pada Remaja Wanita di SMA Negeri 2 Ngawi. (Doctoral dissertation, Universitas Sebelas Maret Surakarta).

Shrauger, Sidney J; Schohn, M. (1995). Self Confidence in College Students: Conceptualization, Measurement, and Behavioral implication. *Psychological Assessment*, 2, 255–278.

Tillman, D. 2004. *Living Values: An Educational Program Living values Activities for Young Adults*. Jakarta: PT Grasindo.

Tim Peneliti PSW UGM. (2006). *Pemetaan Permasalahan Remaja Putri*. Yogyakarta: BIGRAF Publishing.

Uludag, O. (2015). Classification of self-confidence : Is general self-confidence an aggregate of specific self-confidences ? Classification of self-confidence : Is general self- confidence an aggregate of specific self- Emrah Oney , Ph . D . Faculty of Business Administrati. (June)..