

**PENGARUH LATIHAN KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP  
HARGA DIRI REMAJA DALAM MENGHADAPI  
MEDIA SOSIAL DI SMA N 1 MAJENANG**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat  
Mencapai Derajat Sarjana

Oleh:

**JAJANG HARYANTO**

1411020106

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO**

**2018**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

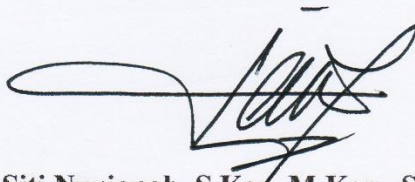
**PENGARUH LATIHAN KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP  
HARGA DIRI REMAJA DALAM MENGHADAPI  
MEDIA SOSIAL DI SMA N 1 MAJENANG**

**Jajang Haryanto**

**1411020106**

**Diperiksa dan disetujui**

**Pembimbing**



**Ns. Siti Nurjanah, S.Kep.,M.Kep., Sp.Kep. J.**  
**NIK/NIP. 2160396**



## SURAT PERNYATAAN

Bertandatangan dibawah ini, saya:

Nama : Jajang Haryanto

NIM : 1411020106

Program Studi : Keperawatan S1

Fakultas/ Universitas : Ilmu Kesehatan / Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar - benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini, dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 22 Mei 2018

Yang menyatakan,



JAJANG HARYANTO

1411020106

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan rasa bersyukur yang tak terhingga saya ucapkan Alhamdulillahilalamin kepada Allah SWT. Karena dengan ridho-Nya akhirnya saya dapat menyelesaikan karya ini yang saya persembahkan untuk orang – orang yang saya sayangi.

Pertama skripsi ini saya persembahkan untuk ibuku tercinta Daryani dan bapakku Tusro Haryadi, dan adik saya Fitri Aisyah Haryanti, dan Shely Putri Az Zahra yang saya sayangi dan cintai. Terimakasih atas do'a yang tiada hentinya selalu mendoakan saya, dukungan dan semangat yang selalu diberikan kepada saya, tanpa kalian karya kecil ini tak akan jadi seperti ini. Saya sangat bersyukur mempunyai keluarga yang seperti ini. Terimakasih Allah, terimakasih ibu, terimakasih bapak, terimakasih adik – adikku.

Untuk teman-teman keperawatan S1 kelas C angkatan 2014 senasib, seperjuangan, dan sepenanggungan terimakasih atas canda tawa dan solidaritas yang luar biasa kurang lebih 4 tahun kebersamaan. Tidak terasa kita akan mengenakan toga diatas kepala. Semoga kita semua selalu dalam lindungan-Nya dan meraih cita-cita yang kita inginkan, Amin.

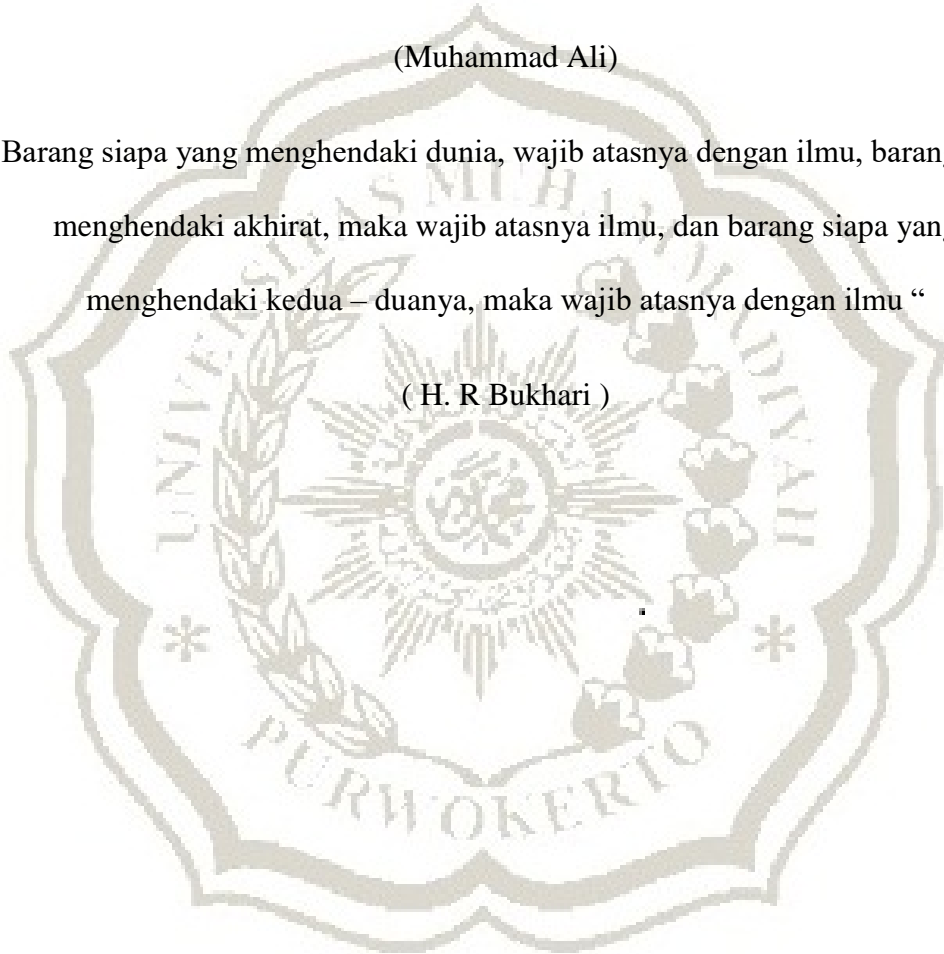
## MOTTO

“ Tiadanya keyakinanlah yang membuat orang takut menghadapi tantangan, dan saya percaya pada diri saya sendiri ”

(Muhammad Ali)

“ Barang siapa yang menghendaki dunia, wajib atasnya dengan ilmu, barang siapa menghendaki akhirat, maka wajib atasnya ilmu, dan barang siapa yang menghendaki kedua – duanya, maka wajib atasnya dengan ilmu “

( H. R Bukhari )



**PENGARUH LATIHAN KEPERCAYAAN DIRI  
TERHADAP HARGA DIRI REMAJA DALAM MENGHADAPI  
MEDIA SOSIAL DI SMA N 1 MAJENANG**

Jajang Haryanto<sup>1</sup>, Siti Nurjanah<sup>2</sup>

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Bagi masyarakat Indonesia khususnya kalangan remaja, seakan sudah menjadi ketergantungan untuk menggunakan media sosial, tiada hari tanpa membuka media sosial. Remaja pada saat ini, banyak yang melihat sosok orang lain yang di jadikan *role model* hanya melalui kiriman foto atau video yang ada di media sosial. Jika remaja memiliki harga diri yang rendah, maka mereka akan cenderung membandingkan diri sendiri dengan *role model*-nya dan menganggap diri mereka tidak ada apa-apanya. Apabila hal itu dibiarkan saja, akan berdampak negatif bagi perkembangan seorang remaja. Maka dibutuhkan suatu latihan untuk meningkatkan harga diri.

**Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh latihan kepercayaan diri remaja terhadap harga diri dalam menghadapi media sosial di SMA N 1 Majenang.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan rancangan *quasi experimental with one-group pre-post test design*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *accidental sampling*. Responden dalam penelitian ini sebanyak 52 orang.

**Hasil:** Selisih nilai rata – rata harga diri sebelum latihan kepercayaan diri dengan harga diri setelah latihan kepercayaan diri adalah 4.06 dengan nilai *p value* = 0,000 (*p-value* < 0,05).

**Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh latihan kepercayaan diri terhadap harga diri remaja dalam menghadapi media sosial di SMA N 1 Majenang.

**Kata Kunci:** Latihan kepercayaan diri, harga diri, remaja, media sosial.

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan UMP

<sup>2</sup>Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan UMP

# **THE EFFECT OF SELF-CONFIDENCE TRAINING ON TEENAGER'S PRIDE IN DEALING WITH SOCIAL MEDIA (EXPERIMENTAL RESEARCH IN SMA N 1 MAJENANG)**

Jajang Haryanto<sup>1</sup> Siti Nurjanah<sup>2</sup>

## **ABSTRACT**

**Background of the Research:** In the recent world, it is known that Indonesian people, especially teenagers, are becoming more dependent to use social media. They frequently use their social media account each day. Teenagers generally choose their role model only through photos or videos they get from the social media. When they have low pride of themselves, they tend to compare their role models to them. Sometimes, they will think that they are nothing compared with the role models. If this case is not concerned, it will negatively affect their development. From this rationale, it is urgently needed a training to improve their self-confidence.

**Objectives:** To investigate the effect of self-confidence training on teenager's pride in dealing with social media

(experimental research in SMA N 1 Majenang)

**Methods:** This research used quasi experimental with one-group pre-post test design. The accidental sampling was used to get the samples (52 respondents).

**Results:** Statistically, the difference between teenager's pride before and after training is 4.06 with p value = 0.000 (p-value < 0.05).

**Conclusion:** This research shows that there is a significant effect of self-confidence training on teenager's pride in SMA N 1 Majenang dealing with social media.

**Keywords:** self-confidence training, pride, teenager, social media

---

<sup>1</sup>Student of Nursing Study Program S1 Faculty of Health Sciences UMP

<sup>2</sup>Lecturer of UMP Faculty of Health Science

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan Kepercayaan Diri Terhadap Harga Diri Reamaja Dalam Menghadapi Media Sosial”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar sarjana, Program Studi S1 Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak mungkin dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Drs. Syamsuhadi Irsyad, S.H., M.Hum, Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah membuat keputusan dalam penulisan skripsi ini.
2. Drs. Ikhsan Mujahid, M.Si, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah menyetujui penulisan skripsi ini.
3. Ns. Sri Suparti, S.Kep, M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan izin kepada penulis, sehingga dapat terselesaikan skripsi ini.
4. Ns. Siti Nurjanah, S.Kep.,M.Kep., Sp.Kep.J selaku pembimbing yang telah membimbing dan memberikan arahannya sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini.
5. Ns. Dayat Trihadi, M.Kep., Sp.Kep.J, selaku penguji I yang telah memberikan masukan pengarahan dan menguji penulis.

6. Ns. Etlidawati, S.Kep., M.Kep, selaku penguji II yang telah memberikan masukan pengarahannya dan menguji penulis.
7. Seluruh dosen dan staf akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, terima kasih atas ilmu pengetahuan yang telah disalurkan selama ini.
8. Drs. Akhmad Basir selaku kepala sekolah SMA N 1 Majenang yang telah mengizinkan untuk melaksanakan penelitian.
9. Kedua orang tua yaitu Bapak, Ibu, dan Adikku. Keluarga tercinta yang tak henti-hentinya memberikan do'a yang selalu dipanjatkan kepada Allah SWT demi kelancaran penulis serta memberikan dukungan baik moril maupun materil.
10. Semua teman – teman angkatan 2014 terimakasih atas dukungan, kesabaran selama berteman dan semoga persahabatan kita tetap terjaga.
11. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan yang turut membantu terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan limpahan rahmat-Nya kepada mereka, dan kelak mendapatkan balasan yang lebih baik dan lebih banyak dari-Nya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna karena faktor keterbatasan yang ada dalam diri penulis. Maka dengan kerendahan hati, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini.

Purwokerto, 22 Mei 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>MOTO</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>ABSTRACT</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xiv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Penelitian Terkait .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	13
A. Remaja .....	13
B. Media Sosial .....	17

C. Harga Diri .....	20
D. Latihan Percaya Diri .....	25
E. Kerangka Teori .....	28
F. Kerangka Konsep .....	29
G. Hipotesis Penelitian .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
A. Desain Penelitian .....	30
B. Populasi Sampel Teknik Sampling .....	31
C. Waktu dan Tempat Penelitian .....	32
D. Variabel Penelitian .....	32
E. Definisi Operasional .....	33
F. Instrumen Penelitian .....	34
G. Uji Instrumen .....	36
H. Teknik Pengumpulan Data .....	36
I. Pengolahan Data .....	37
J. Analisa Data .....	39
K. Prosedur Penelitian .....	40
L. Etika Penelitian .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>44</b>
A. Proses Pelaksanaan Penelitian .....	44
B. Hasil Penelitian .....	47
C. Pembahasan .....	49
D. Keterbatasan Penelitian .....	61
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>62</b>
A. Kesimpulan .....	62

B. Saran .....62

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**



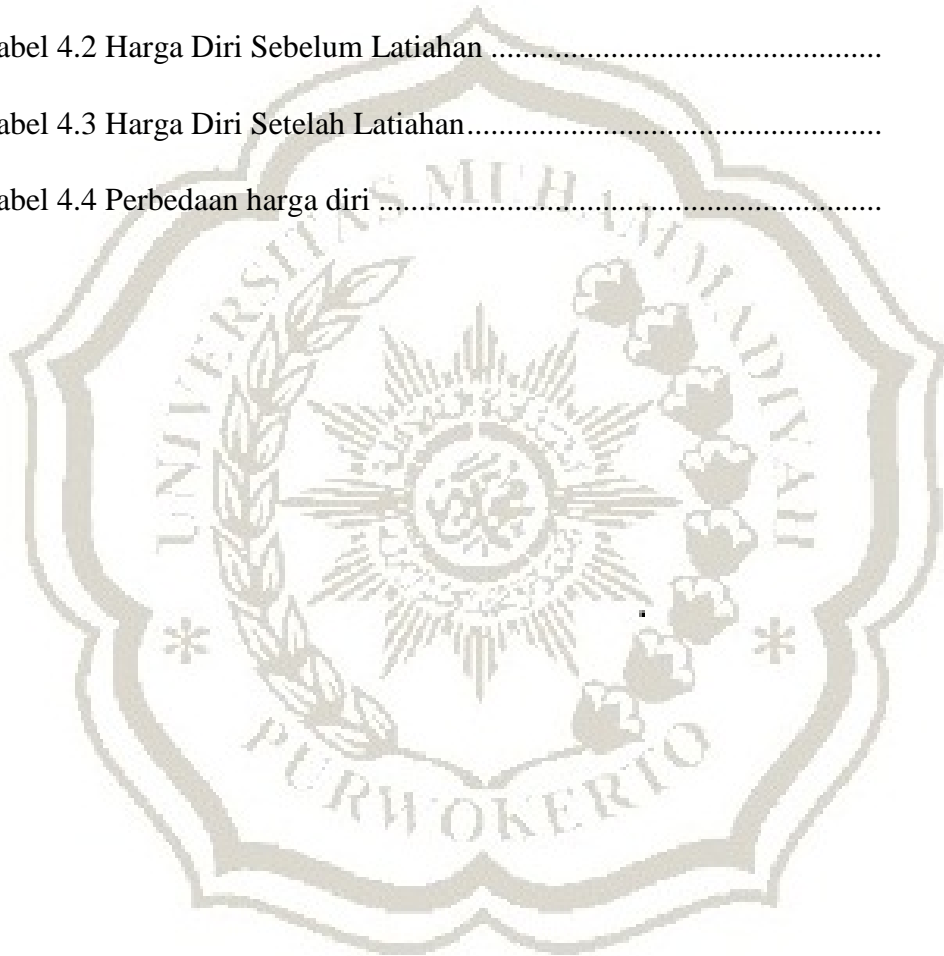
## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori .....	28
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	29
Bagan 3.1 Desain Penelitian .....	30



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	33
Tabel 3.2 Kisi Kisi Kuisisioner .....	35
Tabel 4.1 Karakteristik Responden .....	47
Tabel 4.2 Harga Diri Sebelum Latihan .....	48
Tabel 4.3 Harga Diri Setelah Latihan.....	48
Tabel 4.4 Perbedaan harga diri .....	48



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Surat Persetujuan Responden
- Lampiran 3 Kuesioner Harga Diri
- Lampiran 4 SAP Latihan Percaya Diri
- Lampiran 5 Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 6 Lembar Observasi
- Lampiran 7 Skor *Pre-Post test*
- Lampiran 8 Hasil Olah Data
- Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 10 Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian dari BAPPEDA dan KESBANGPOL
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi
- Lampiran 13 Surat Pengesahan Terjemahan Judul Skripsi
- Lampiran 14 Lembar Perstujuan Perbaikan