

# PELATIHAN BERPIKIR POSITIF TERHADAP KONSEP DIRI REMAJA PANTI ASUHAN AISYIYAH TUNTANG

Dewi Puspita Sari<sup>1\*</sup>, Gusti Yuli  
Asih<sup>2</sup>, M. Nanang Irawan Budi  
Susilo<sup>3</sup>, Lisa Ardaniyati<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Fakultas Psikologi, Universitas  
Semarang

## Article history

Received : 25 Mei 2022

Revised : 26 Mei 2022

Accepted : 15 September 2022

## \*Corresponding author

Dewi Puspita Sari

Email :

dewipuspitasaki062@gmail.com

## Abstrak

Individu yang memasuki masa remaja berarti memasuki tahap *storm and stress*. Tahap ini dikenal sebagai tahap dimana masa remaja diasumsikan sebagai masa yang penuh dengan masalah, tekanan dalam hidupnya. Keluarga merupakan salah satu bagian terpenting di dalam membantu remaja bertumbuh, berkembang sehingga remaja siap dalam menghadapi segala tugas perkembangannya. Namun, sama-sama kita tahu bahwa tidak semua remaja yang dapat tinggal, memiliki bahkan diinginkan oleh orang tuanya (keluarga). Banyak diantaranya remaja ditiptikan di panti asuhan tentu dengan berbagai alasan yaitu orang tuanya telah tiada atau hanya memiliki ayah/ibu saja, dan karena kehidupan perekonomian yang terbatas. Oleh karena itu, pengabdian merasa perlu dilakukan adanya pelatihan mengenai berpikir positif dan konsep diri agar dapat memberikan pemahaman mengenai konsep diri serta remaja lebih memahami kelebihan dan kekurangan dirinya (*self*) secara wajar dan penuh rasa syukur. Sehingga anak-anak panti dapat mengoptimalkan diri untuk meraih sukses di masa depan. Metode yang akan digunakan untuk pengabdian ini adalah dengan melakukan pendekatan dengan anak panti dan pemberian materi serta permainan yang berisi tentang mengenali siapa dirinya, kekurangan kelebihannya apa, mimpinya apa dan membantu mereka menemukan kepercayaan diri untuk mewujudkan mimpinya. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan peningkatan dari nilai *pretest* sebesar 42,7 yang semula rata-rata 46,81 menjadi 89,59 dalam perhitungan *posttest* pemahaman tentang pelatihan berpikir konsep diri.

Kata Kunci: Berpikir Positif; Konsep Diri; Pemuda; Panti Asuhan

## Abstract

*Individuals who enter adolescence means entering the stage of storm and stress. This stage is known as the stage where adolescence is assumed to be a period full of problems and pressures in life. The family is critical in helping adolescents grow and develop, so they are ready to face all developmental tasks. However, we both know that not all teenagers who can live have even what their parents (family) want. Many of them are teenagers who are placed in orphanages for various reasons; namely, their parents have died or only have a father/mother, and because of their limited economic life. Therefore, the devotees feel that it is necessary to conduct training on positive thinking and self-concept so that they can provide an understanding of self-concept and adolescents better understand their strengths and weaknesses (self) naturally and gratefully. So that the orphanage children can optimize themselves to achieve success in the future. The method that will be used for this service is to approach the orphanage children and provide materials and games that contain about recognizing who they are, what their strengths and weaknesses are, what their dreams are, and helping them find the confidence to make their dreams come true. Based on the analysis that has been done with the Paired Sample T-Test, it shows an increase of 42.7. The pretest value, which initially had an average of 46.81 to 89.59 in the posttest calculation, shows an increase in adolescents understanding of thinking training on self-concept.*

Keywords: Positive Thinking; Self-Concept; Youth; Orphanage

## PENDAHULUAN

Individu yang memasuki masa remaja adalah individu yang mengalami berbagai jenis perubahan dalam berbagai aspek kehidupannya. Meliputi: Aspek fisik, kognitif dan psikososial. Masa remaja merupakan masa yang sangat penting bagi kehadiran orang tua atau orang dewasa untuk memahami dan merespon secara tepat kebutuhan remaja (Tentama, 2014). Hal ini sejalan dengan penelitian (Peter, 2015) bahwa saat individu tumbuh menjadi remaja maka orang tua (*significant others*) yang seharusnya memiliki peranan besar dalam mendampingi anak untuk melewati masa-masa krisis remaja. Namun, pada kenyataannya sama-sama kita pahami bahwa tidak semua remaja dapat tinggal, memiliki dan diinginkan oleh orang tuanya. Bahkan banyak diantaranya dititipkan di panti asuhan dengan berbagai macam alasan seperti orang tuanya telah tiada atau hanya memiliki ayah/ibu saja, dan karena kehidupan perekonomian yang terbatas. Kebanyakan dari mereka juga seringkali mengalami penolakan, stigmatisasi hingga menyebabkan remaja berhenti dari sekolah, perpindahan dari rumah baru serta perpisahan dengan teman dan saudara-saudara (Mutambara, 2015). Keadaan-keadaan tersebut dapat menjadi suatu kendala bagi mereka saat pindah ke panti asuhan. Pengalaman tersebut yang akan mempengaruhi pengharapan terhadap dirinya.

Pada kenyataannya, kita pahami bahwa panti asuhan tidak dapat memberikan pelayanan, pengasuhan sepenuhnya bagi perkembangan remaja. Hal ini sejalan dengan pendapat dari (Dalimunthe, 2017) yang menyatakan bahwa pengalaman remaja di panti asuhan menyebabkan remaja mengalami berbagai resiko keterbatasan dan permasalahan, yaitu keterbatasan orang tua asuh, keterbatasan fasilitas sehingga dapat memengaruhi kemampuan panti asuhan dalam menjamin perkembangan psikososial anak secara optimal. Berdasar hasil observasi dan wawancara pengabdian yang dilaksanakan pada tanggal 04 September 2021 dengan pengelola dari Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang yaitu Ibu Yuni didapatkan permasalahan yang muncul adalah remaja Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang kurang disiplin, belum bisa menerima keadaan bahwa dia anak yatim, piatu, terlantar. Selama Pandemi Covid-19 juga anak-anak panti merasa bosan, suntuk karena tidak pernah keluar, anak-anak panti asuhan juga kurang berani untuk bermimpi karena keadaan mereka saat ini dan juga kurang optimis dalam menjalani masa depan. Hal ini disebabkan karena belum bisa menerima keadaan yang mereka alami sehingga mereka kurang percaya diri dan merasa berbeda dengan yang lain, kurang dapat membuka diri atau bersosialisasi dengan teman sebaya atau orang lain, tidak dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya.

Konsep diri menjadi salah satu hal yang sangat penting dalam perkembangan manusia. Dengan konsep diri yang baik maka diharapkan individu memiliki kehidupan yang lebih terarah. Dikatakan Chaplin (Pardede, 2008) bahwa konsep diri merupakan suatu proses evaluasi individu dalam mengenal diri sendiri, penilaian atau penafsiran mengenai diri sendiri masing-masing individu. Melalui konsep diri individu akan memahami mengenai identitas diri, citra diri, harga diri, diri yang ideal, gambaran diri, serta peran diri kita, yang diperoleh melalui interaksi diri sendiri maupun dengan lingkungan. Konsep diri tidak terjadi begitu saja, tetapi berkembang secara bertahap seiring dengan tingkat perkembangan individu tersebut. Konsep diri terbentuk karena adanya interaksi dengan orang-orang sekitarnya. Apa yang dipersepsikan individu lain mengenai dirinya, tidak terlepas dari struktur, peran, dan status sosial yang dimiliki seorang individu tersebut (Papalia et al., 2004).

Oleh karena itu, untuk meningkatkan konsep diri remaja panti asuhan diperlukan suatu intervensi yakni intervensi kelompok (Yosep, 2007) menyatakan bahwa Intervensi kelompok merupakan suatu treatment yang dilakukan untuk meningkatkan perilaku bertahan pada situasi yang tidak menyenangkan dan adaptasi yang mungkin bisa didapatkan dari individu lain yang mengalami masalah serupa. Dari penjelasan diatas, pengabdian tertarik untuk memberikan intervensi kelompok berupa pelatihan berpikir positif. Pelatihan berpikir positif sendiri dapat diartikan sebagai sebagai suatu upaya pemberian intervensi kognitif yang lebih menekankan pada sudut pandang dan emosi yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun situasi yang dihadapi (Elfiky, 2015).

Hasil-hasil penelitian mengenai pelatihan berpikir positif yang pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya. bahwa pelatihan berpikir positif efektif dalam meningkatkan asertivitas remaja panti asuhan (Ertastuti et al., 2012). Hasil penelitian tersebut didukung oleh Putri, (2017) pelatihan berpikir positif dapat meningkatkan konsep diri remaja yang tinggal di panti asuhan.

Pelatihan berpikir positif diberikan kepada individu yang memiliki konsep diri negatif, diberikan kepada individu yang memiliki usia yang tidak jauh berbeda dan tinggal bersama di panti asuhan. Sehingga dari pelatihan ini diharapkan dapat mendorong remaja panti asuhan untuk mendapatkan pemahaman mengenai kelebihan dan kekurangan secara wajar dan penuh rasa syukur. Sehingga anak-anak panti dapat mengoptimalkan diri untuk meraih sukses di masa depan melalui kegiatan pemberian materi, praktik individu, contoh kasus dan *games* yang berkaitan dengan konsep diri. Menurut Agung (2016), suatu kelompok terbentuk dari kumpulan individu yang saling berinteraksi antara satu sama lain, interaksi tersebut akan berimplikasi pada perubahan perilaku dan psikologis anggota kelompok.

Dari berbagai pemaparan di atas, diperlukan suatu program untuk melatih mereka agar dapat berpikir positif dan memiliki konsep diri yang baik. Tim Pengabdian dari Fakultas Psikologi Universitas Semarang bergerak untuk berbagi informasi melalui program "Pelatihan berpikir positif terhadap konsep diri remaja Panti Asuhan Aisyiah Tuntang". Harapan dan target luaran dari program pengabdian masyarakat adalah dengan adanya program pelatihan ini diharapkan dapat menjawab kebutuhan dari Panti Asuhan Aisyiah Tuntang sehingga dapat bermanfaat untuk perkembangan psikologis.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan program ini dilakukan setelah mendapat persetujuan dari Yayasan Panti Asuhan Aisyah yang beralamatkan Jl. Fatmawati No.71, Gading, Tuntang, Kecamatan Tuntang, Semarang, Jawa Tengah 50773. Tema pengabdian berbentuk program pelatihan yaitu dengan memberikan pelatihan berpikir positif terhadap konsep diri remaja Panti Asuhan Aisyiah Tuntang. Adapun kegiatan PKM ini dilaksanakan selama 2 hari, pada tanggal 24 Oktober 2021 dan tanggal 25 Oktober 2021 bertempat di Panti Asuhan Aisyiah Tuntang dengan jumlah peserta yaitu 32 remaja putri Panti Asuhan Aisyiah Tuntang dengan rentan usia 13-18.

Tema pengabdian berbentuk program pelatihan yaitu dengan memberikan pelatihan berpikir positif terhadap konsep diri remaja Panti Asuhan Aisyiah Tuntang. Harapan tim pengabdian Kepada Masyarakat dalam kegiatan ini dapat membantu anak-anak panti dalam menemukan potensi dalam dirinya dan menumbuhkan mimpi sehingga memiliki kepercayaan diri dan lebih optimis dalam menghadapi tantangan ke depan.

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

### **1. Tahap Persiapan**

Pada tahap awal, tim pengabdian melakukan pengukuran awal untuk mengetahui pemahaman remaja mengenai konsep diri melalui kuesioner yang berisi pertanyaan tertutup dan terbuka dimana remaja panti asuhan diminta untuk menuliskan konsep diri yang dia ketahui saat ini.

### **2. Tahap Pelaksanaan**

Setelah semua tahap persiapan dilaksanakan, selanjutnya yaitu tahap pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan dilakukan bentuk ceramah, *sharing*, diskusi, tanya jawab, *games*, praktek dan evaluasi. Permainan dapat menciptakan hubungan yang baik antara sesama anak-anak panti dan juga mengajarkan membuka diri. Modul kegiatan PKM disusun oleh praktikan berdasarkan kebutuhan analisis dan mengacu teori Burns.

### **3. Tahap Evaluasi**

Tahap kegiatan yang berikutnya adalah tim pengabdian melakukan pengukuran keberhasilan untuk mengetahui konsep diri sebelum dan sesudah diberikan dan sesudah pelaksanaan PKM menggunakan

*pretest* dan *posttest* mengenai pemahaman anak-anak Panti Asuhan Aisyiyah tentang konsep diri. Sedangkan untuk evaluasi kegiatan pengabdian ini dilakukan setelah penyampaian materi dan sesi Tanya jawab. Evaluasi berupa pengisian kuesioner terkait kepuasan mitra terhadap pelaksanaan program pengabdian masyarakat yang berlangsung.

## HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan PKM dilaksanakan pada tanggal 24 Oktober 2021 dan tanggal 25 Oktober 2021 bertempat di Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang berjalan penuh antusias dari semua pihak. Menurut pengelola Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang, kegiatan seperti inilah yang memang diperlukan bagi remaja panti asuhan. Peserta pengabdian masyarakat ini adalah remaja Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang berjumlah 32 orang. PKM dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan pelatihan yaitu dengan ceramah, *sharing*, diskusi, tanya jawab, dan permainan untuk menjalin hubungan antara tim dengan anak-anak, praktek dan evaluasi. Permainan dapat menciptakan hubungan yang baik antara sesama anak-anak panti dan juga mengajarkan membuka diri. Selain itu dengan permainan kita dapat mengajarkan anak-anak panti mengenali siapa dirinya, kekurangan kelebihan apa, mimpinya apa dan membantu mereka menemukan kepercayaan diri untuk mewujudkan mimpinya. Kegiatan ini dilaksanakan dengan berbagai tahap.

### Tahap persiapan

Pada tahap ini pengabdian berkoordinasi dengan tim pelaksana dimana didapatkan hari, tanggal, jam, tempat pelaksanaan. Didalam pelaksanaannya mitra turut berpartisipasi dalam menyediakan tempat dan perlengkapan (sarpras) untuk menunjang pelaksanaan program.

Dalam pelaksanaannya tim pengabdian membuat 2 sesi pertemuan dengan beberapa pertimbangan antara lain agar pesan yang tersampaikan dapat diterima dengan baik, serta mempertimbangkan peserta dan tim pengabdian. Terkait proses pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 1. Pelaksanaan kegiatan pengabdian (Pertemuan Ke-1)**

Sesi	Waktu	Kegiatan	Tujuan
Ceramah	5 menit	Pembukaan, Sambutan, Perkenalan, <i>Ice Breaking</i>	Membuka sesi pelatihan dan pengenalan antar peserta dengan <i>trainer</i>
	5 menit	Penjelasan dan Maksud Tujuan Pelatihan	Menyamakan Persepsi antara peserta dan trainer
	15 menit	<i>Pretest</i>	Mengetahui sejauh mana pemahaman dari peserta mengenai pelatihan berpikir positif dan konsep diri.
	70 menit	Ceramah dan games	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatihan konsep diri</li> <li>• Mengenal Teori Johari Windows</li> <li>• Games terkait konsep diri</li> </ul>
Tanya jawab dan <i>Sharing</i>	35 menit	Tanya Jawab, Diskusi, <i>Sharing</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanya jawab dengan peserta, berikut <i>sharing</i> dari peserta</li> <li>• Diskusi kasus / permasalahan yang pernah dialami, pengenalan dan manfaat dari kegiatan sosialisasi dan pelatihan</li> </ul>
	10 menit	Review dan Penutup	Review materi ceramah

**Tabel 2. Pelaksanaan kegiatan pengabdian (Pertemuan Ke-2)**

Sesi	Waktu	Kegiatan	Tujuan
Pelatihan	5 menit	Pembukaan, Sambutan, Perkenalan, <i>Ice Breaking</i>	Membuka sesi pelatihan dan penyegaran antar peserta dengan trainer
	5 menit	Penjelasan dan Maksud Tujuan Pelatihan	Menyamakan Persepsi antara peserta dan trainer
	75 menit	Ceramah	<ul style="list-style-type: none"> <li>Memberikan pelatihan <i>soft skill</i> dan <i>problem solving</i>.</li> <li>Diskusi kasus atau permasalahan yang pernah dialami terkait konsep diri.</li> </ul>
Tanya jawab dan sharing	35 menit	Tanya Jawab, Diskusi, Sharing	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tanya jawab dengan peserta, berikut sharing dari peserta</li> <li>Diskusi kasus/ permasalahan yang pernah dialami, pengenalan dan manfaat dari kegiatan sosialisasi dan pelatihan</li> </ul>
	10 menit	Review Materi, <i>Postfest</i> , Penutup	Review Materi Ceramah, <i>post test</i>

### Tahap pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dalam bentuk ceramah, *sharing*, diskusi, Tanya jawab, dan permainan untuk menjalin hubungan antara tim dengan anak-anak, praktek dan evaluasi. Permainan dapat menciptakan hubungan yang baik antara sesama anak-anak panti dan juga mengajarkan membuka diri. Selain itu dengan permainan kita dapat mengajarkan anak-anak panti mengenali siapa dirinya, kekurangan kelebihan apa, mimpinya apa dan membantu mereka menemukan kepercayaan diri untuk mewujudkan mimpinya. Harapan tim pengabdian Kepada Masyarakat dalam kegiatan ini dapat membantu anak-anak panti dalam menemukan potensi dalam dirinya dan menumbuhkan mimpi sehingga memiliki kepercayaan diri dan lebih optimis dalam menghadapi tantangan ke depan. Pelaksanaan kegiatan PkM yang telah dilakukan terangkum pada gambar berikut ini:



(a) (b)  
**Gambar 1. Pemaparan materi (a) *Sharing* dan diskusi (b)**



**Gambar 2. Games (a) Penutup (b)**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mendapatkan respon positif dari remaja panti asuhan yang menjadi peserta dalam pelatihan. Salah satu peserta mengatakan pelatihan ini sangat menarik dan mengubah pandangannya untuk mengevaluasi diri dan optimis akan masa depan yang lebih baik. Hal ini dapat diartikan bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat karena remaja panti mendapatkan suatu pengetahuan serta pengalaman baru untuk lebih mengerti kelebihan dan kekurangan diri, berdamai dengan kondisi yang mereka alami dengan penuh rasa syukur. Remaja yang mengikuti PKM ini terlihat antusias dan sangat senang saat mengikuti acara dari awal hingga akhir bahkan mereka ingin kegiatan seperti ini sering dilaksanakan di Panti Asuhan. Dengan meningkatkan pemahaman bagi remaja mengenai konsep diri yang positif dan berpikir positif diharapkan pelatihan ini dapat digunakan dengan sebaiknya.

Faktor pendukung kegiatan ini adalah kerjasama yang baik antara mitra dengan tim pelayanan sehingga kegiatan pengabdian dapat berjalan dengan lancar sesuai waktu yang telah ditentukan, dan kebutuhan mitra akan pelatihan yang dilakukan adalah pengakuan. Perkembangan masa depannya penting untuk kepribadian yang lebih baik. Hambatan dari kegiatan ini adalah perlunya pemantauan yang terencana dan program-program lain untuk mendukung pengembangan diri.

### **Evaluasi**

Di penutupan aktivitas dilakukan evaluasi melalui *pretest* dan *posttest* mengenai pemahaman anak-anak Panti Asuhan Aisyiyah tentang konsep diri. Sedangkan untuk evaluasi kegiatan pengabdian ini dilakukan setelah penyampaian materi dan sesi Tanya jawab. Evaluasi berupa pengisian kuesioner terkait kepuasan mitra terhadap pelaksanaan program pengabdian masyarakat yang berlangsung.

Hasil pelatihan berpikir positif dan konsep diri dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan pemahaman serta unsur-unsur konsep diri serta memahami kelebihan dan kekurangan secara wajar dan penuh rasa syukur. Sehingga anak-anak panti dapat mengoptimalkan diri untuk meraih sukses di masa depan. Dari hasil *pretest* dan *posttest* yang telah diikuti 32 responden didapati bahwa hasil analisis *Pretest* dan *Posttest* yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* mengenai pelatihan berpikir terhadap konsep diri remaja Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang. Hasil analisis dengan *Paired Sample T-Test* menunjukkan adanya peningkatan sebesar 42.7 Nilai *pretest* yang semula memiliki rata-rata 46,81 menjadi 89,59 pada perhitungan *posttest*, yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman remaja mengenai pelatihan berpikir terhadap konsep diri. Kemudian hasil mean rata-rata *pretest* nilai berpikir positif yaitu 46,81 dengan jumlah sampel 32 orang, untuk standar deviasi 8,248 dan *standar error mean* 1,458. Sedangkan untuk nilai *posttest* mean rata-rata mendapatkan nilai 89,59 dengan jumlah sampel 32 orang, standar deviasi 4,898 dan *standar error mean* 0,866. Dengan demikian ada peningkatan berpikir positif setelah diberikan pelatihan.

Lebih lanjut, nilai signifikansi (*sig 2-tailed*) sebesar 0,00 atau  $0,00 < 0,05$  yang artinya ada perbedaan nilai berpikir positif sebelum dan sesudah diberikan treatment berpikir positif, hal ini juga bisa dilihat dari t hitung

25,801 pada derajat kebebasan (df) 31 kemudian dibandingkan dengan t tabel  $0,05=3,633$  atau t hitung  $25,801 > t$  tabel 3,633, ini juga menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti adanya perubahan berpikir positif pada remaja sebelum dan sesudah pelatihan. Dengan adanya pelatihan berpikir positif maka ada peningkatan berpikir positif pada remaja. Hal ini juga diperkuat oleh pendapat dari (Hidayat et al., 2013) yang mengungkapkan bahwa permasalahan psikologis seperti penerimaan diri, konsep diri positif cukup efektif dengan pemberian pelatihan berpikir positif. Menurut Tentama, (2014) pelatihan berpikir positif memungkinkan Anda untuk lebih fokus pada hal-hal positif dari berbagai masalah yang dihadapi individu. Berpikir positif memungkinkan orang untuk tenang, rileks dan beradaptasi untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi. Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan (Damayanti & Purnamasari, 2011) bahwa orang yang berpandangan positif tentang dirinya cenderung lebih bahagia, lebih sehat, lebih sukses, dan mudah beradaptasi dengan situasi yang berbeda

## KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai konsep diri dan berpikir positif sebagai salah satu strategi pengembangan diri telah berhasil dilaksanakan. Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang menjadi memahami bagaimana pentingnya menambah pengetahuan serta memperbaiki kualitas diri guna pengembangan diri yang lebih optimal. Remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang memahami pentingnya memperluas pengetahuan dan meningkatkan kualitas mereka untuk pengembangan diri yang lebih baik. Remaja memahami pentingnya pengembangan diri, memahami unsur-unsur konsep diri, dan memahami secara wajar dan bersyukur baik fisik maupun mental. Sehingga dapat mengoptimalkan diri untuk meraih sukses di masa depan. Hal ini dapat diartikan bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat karena remaja panti mendapatkan suatu pengetahuan serta pengalaman baru untuk lebih mengerti kelebihan dan kekurangan diri, berdamai dengan kondisi yang mereka alami dengan penuh rasa syukur. Remaja yang mengikuti PKM ini terlihat antusias dan sangat senang saat mengikuti acara dari awal hingga akhir bahkan mereka ingin kegiatan seperti ini sering dilaksanakan di Panti Asuhan. Dengan meningkatkan pemahaman bagi remaja mengenai konsep diri yang positif dan berpikir positif diharapkan pelatihan ini dapat digunakan dengan sebaiknya.

Faktor pendukung dari kegiatan ini adalah kerjasama yang baik antara mitra dengan tim pengabdian sehingga kegiatan pengabdian berjalan dengan baik, sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan dan juga kesadaran mitra bahwa memang pelatihan yang dilaksanakan merupakan kebutuhan untuk pengembangan diri dan penting untuk perkembangannya ke depan agar menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Faktor penghambat dari kegiatan ini adalah perlu adanya monitoring yang terjadwal dan program lain yang mendukung pengembangan diri

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM Universitas Semarang yang telah memberikan kesempatan melakukan pengabdian, Tim Pengabdian Fakultas Psikologi-Universitas Semarang periode Gasal 2021/2022 yang telah bekerja bersama dalam melakukan proses pengabdian, rekan-rekan mahasiswa Fakultas Psikologi-Universitas Semarang atas partisipasinya, sehingga kegiatan PKM ini dapat terlaksana dengan sukses.

## PUSTAKA

- Agung, I. M. (2016). Dinamika kelompok perspektif psikologi sosial. *Psikologi Sosial* 2, 2012, 1–35.
- Dalimunthe, S. F. (2017). MANAJEMEN KONFLIK DALAM ORGANISASI. *BAHAS*, 27(1).  
<https://doi.org/10.24114/bhs.v27i1.5657>
- Damayanti, E. S., & Purnamasari, A. (2011). BERPIKIR POSITIF DAN HARGA DIRI PADA WANITA YANG MENGALAMI MASA PREMENOPAUSE. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 8(2), 143.  
<https://doi.org/10.26555/humanitas.v8i2.461>

Elfiky, I. (2015). *Terapi berpikir positif*. Jakarta: Penerbit Zaman.

Ertyastuti, A. J., Andayani, T. R., & Priyatama, A. N. (2012). Pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap remaja panti asuhan. *Jurnal Psikologi*, 4(2), 172–203.

Hidayat, I. N., Andayani, T. R., & Priyatama, A. N. (2013). Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif Terhadap Peningkatan Konsep Diri Pada Remaja Difabel Di BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajawa*, 2(4), 93–102.

Mutambara, J. (2015). Behavior Enhancing Psychosocial Support through Positive Youth Development: Narratives from Orphans in Zimbabwe. *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, 3(6), 1–7. <https://doi.org/10.4172/2375-4494.1000264>

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2004). *Human Development (9th ed)* (9th ed.). McGraw Hill.

Pardede, N. (2008). *Masa Remaja. Buku Ajar: Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Jakarta: CV. Sagung Seto.

Peter, R. (2015). Peran Orangtua dalam Krisis Remaja. *Humaniora*, 6(4), 453. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v6i4.3374>

Tentama, F. (2014). Hubungan positive thinking dengan self-acceptance pada difabel. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(2), 1–7.

Yosep, I. (2007). *Keperawatan Jiwa*. Bandung: PT. Refika Aditama

**Format Sitasi:** Sari, D.P., Asih, G.Y., Susilo, M.N.I.B., & Ardaniyati, L. (2023). Pelatihan Berpikir Positif Terhadap Konsep Diri Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang. *Reswara. J. Pengabdian. Kpd. Masy.* 4(1): 6-13. DOI: <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v4i1.2010>



Reswara: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat oleh Universitas Dharmawangsa Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan dengan Lisensi Internasional Creative Commons Attribution NonCommercial ShareAlike 4.0 ([CC-BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/))