

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja adalah masa peralihan yang ditempuh seseorang dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Remaja berada diantara masa kanak-kanak yang belum bisa hidup sendiri dan belum dapat diberi tanggung jawab atas segala hal dan masa dewasa yang diberi tanggung jawab dan mampu memikulnya. Akan tetapi remaja berada diantara keduanya yang jika dilihat dari segi fisik ia telah seperti orang dewasa namun sesungguhnya ia belum matang dari segi emosional dan sosial masih memerlukan waktu untuk berkembang menjadi dewasa. Mereka sudah ingin berdiri sendiri namun mampu bertanggung jawab dalam sosial dan ekonomi.¹ Individu yang sebelumnya merupakan anak-anak yang terus bergantung pada orang tua akan mulai melepaskan diri tepatnya pada usia remaja awal dimana individu mulai belajar mandiri dan mengambil keputusan sendiri.

Menurut Papalia dan Olds, masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan

¹Zakiah Daradjat, Ilmu Jiwa Agama, (Jakarta: PT Bulan Bintang, 2005) cet. 17. 82-83.

tahun atau awal dua puluh tahun.² 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.³

Perubahan yang terjadi pada remaja juga terdapat dalam lingkungan seperti perubahan sikap orang tua atau anggota keluarga lain, guru, teman, 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. Adanya perubahan baik di dalam maupun di luar dirinya itu membuat kebutuhan remaja semakin meningkat terutama kebutuhan sosial dan kebutuhan psikologisnya.⁴

Dorongan yang menyebabkan remaja mau mengikuti tuntutan lingkungan ialah karena kecemasan akan menghadapi hukuman, ancaman dan tidak adanya kasih sayang dari orang lain.⁵ Kasih sayang bisa

²Khamim Zarkasih Putro, "Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja," *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, Vol. 17, No. 1, 2017, 25.

³Hendriati Agustiani, *Psikologi perkembangan: pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2009) cet. II, 28.

⁴Hendriati Agustiani, *Psikologi perkembangan*, 28.

⁵Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2008), 38.

didapatkan dari keluarga hingga teman sebaya. Kebutuhan sosial pada remaja akan mendorong remaja untuk berteman dan berinteraksi dengan orang lain baik teman sebaya maupun orang-orang yang berada disekitarnya. Akan tetapi, tidak semua remaja dapat memenuhi kebutuhan sosialnya dikarenakan kurangnya rasa percaya diri sehingga ia tidak dapat berinteraksi pada orang lain dengan baik.

Menurut Koetjaraningrat, salah satu kelemahan generasi muda adalah kurangnya rasa percaya diri. Pernyataan ini didukung oleh penelitian Afiatin dkk tahun 1997 bahwa permasalahan yang banyak dirasakan dan dialami oleh remaja pada dasarnya disebabkan oleh kurangnya rasa percaya diri. Menurut Mastuti dan Aswi, semakin individu kehilangan suatu kepercayaan diri, maka akan semakin sulit untuk memutuskan yang terbaik apa yang harus dilakukan pada dirinya.⁶

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan diri untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sekitarnya atau situasi yang sedang dihadapinya. Percaya diri bukanlah ia mampu mengatasi segala sesuatu dengan sendiri. Tetapi disini hanya mengacu kepada keyakinan diri serta minat yang di miliki untuk mencapai sesuatu dengan penuh harapan bahwa

⁶Tsalistiani Racmatillah dan Siti Fatimah, "Pengaruh Bimbingan Pribadi-Sosial Terhadap Peningkatan SikapPercaya Diri", Jurnal Fokus, Vol. 1, No. 1, 2018. 22-23.

ia mampu melakukan tugas tersebut, hal ini di dukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan-harapan yang realistis pada dirinya.⁷

Kepercayaan diri pada setiap individu tentunya sangat berbeda-beda hal ini akan dipengaruhi oleh sejauhmana penerimaan masyarakat terhadap individu, jika mereka merasa dirinya diterima maka akan muncul perasaan aman dan nyaman untuk melakukan segala hal yang mereka inginkan. Kepercayaan diri akan memperkuat motivasi untuk mencapai suatu keberhasilan. Kepercayaan diri juga membawa kekuatan dalam menentukan langkah dan merupakan faktor utama dan mengatasi suatu masalah.⁸ Kepercayaan diri merupakan salah satu sikap yang akan membawa seseorang ke arah hidup yang lebih baik. Karena dengan kepercayaan diri inilah individu mampu mengekspresikan dirinya beserta bakat-bakat yang ada pada dirinya.

Kepercayaan diri timbul dari kekuatan pikiran individu. Ketika individu sedang berpikir, maka pikiran tersebut akan diterima oleh akal dan ia bekerja sesuai dengan arah pikiran tersebut. Ketika individu berpikir bahwa ia dapat percaya diri, maka akal akan bekerja dan memperkuat pikiran tersebut sehingga individu dapat selalu percaya diri dalam segala situasi. Hal ini berlaku juga sebaliknya, yakni ketika individu

⁷Enung Fatimeh, Psikologi Perkembangan Peserta Didik, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2006), 149.

⁸Ummu Aiman, Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa psikologi semester VI (enam) yang akan menghadapi skripsi,” *Skripsi* (Malang: Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim, 2016), 21.

berpikir tidak percaya diri maka pikirannya akan memperkuat persepsi tersebut.⁹

Siswa yang mengalami rasa kurang percaya diri bermula pada pola pikir yang salah, keragu-raguan yang muncul karena sesuatu hal yang ada pada pikiran siswa tersebut. Pola pikir yang salah disini ialah pola pikir negatif yang muncul pada diri individu, yang memunculkan persepsi yang akan merubah sikap atau tingkah laku seseorang. Dilihat dari sudut pandang perkembangan, pada usia remaja sangat rentan dengan rasa percaya diri yang ia miliki. Siswa yang memiliki rasa kurang percaya diri akan menghambat tumbuh kembang anak tersebut dalam beraktifitas dilingkungan sekitar yang dia tempati baik disekolah, keluarga maupun lingkungan sekitar.¹⁰ Di sekolah remaja dihadapkan dengan masalah penyesuaian diri dengan teman-teman sebaya. Dalam proses penyesuaian diri tersebut remaja dihadapkan pada persoalan penerimaan atau penolakan teman sebaya terhadap kehadirannya dalam pergaulan. Remaja yang mengalami penolakan tentunya akan merasa kecewa.¹¹ Supaya tidak kecewa apalagi sampai menarik diri dari hubungan sosial, remaja yang mengalami penolakan harus memiliki pikiran positif sehingga ia tetap bisa

⁹Novi Kartika Sari, *Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy Berbasis Husnuzhan guna Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MAN Madiun*, Tesis (Yogyakarta: Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga, 2017), 5.

¹⁰I Wayan Handika, Dewi Arum Widhiyanti Merta Putri, dan Ni Ketut Suarni, "Penerapan Konseling Rational Emotive dengan Formula ABC untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa kelas VIII 2 SMP Laboratorium UNDIKSHA 2013/2014," e Jurnal Undiksha Bimbingan Konseling, Vol. 2, No.1, Tahun 2014. 3.

¹¹Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008) 146.

bertahan meskipun mengalami penolakan dalam hubungan sosial dengan teman sebayanya.

Berpikir adalah gejala kejiwaan yang dapat menetapkan hubungan-hubungan antara pengetahuan yang ada pada diri kita. Selama berpikir, pikiran dengan sendirinya melakukan tanya-jawab dengan pikiran kita dengan pikiran kita sendiri untuk dapat meletakkan hubungan pengetahuan-pengetahuan dengan tepat. Berpikir dan pikiran itu sendiri merupakan peristiwa kejiwaan karena berpikir selalu dilakukan dalam menghadapi suatu masalah yang harus dipecahkan.¹² Hal-hal yang muncul dalam pikiran manusia ada yang baik, dan ada juga yang buruk. Pemikiran manusia mengenai hal-hal yang baik disebut dengan berpikir positif (*positive thinking*), sedangkan pemikiran manusia mengenai hal-hal yang buruk disebut dengan berpikir negatif (*negative thinking*).¹³

Berpikir jika tidak dibarengi dengan pengendalian diri yang positif akan membentuk pikiran-pikiran yang negatif. Berpikir negatif berdampak pada interaksi sosial. Berpikir negatif pada orang lain akan menyebabkan kerusakan dan masalah dalam sebuah hubungan. Maka dibutuhkan sikap memahami orang lain untuk menghindari prasangka. Memahami orang lain adalah langkah penting dalam mengawali hubungan yang positif

¹²Akhmad Sagir. Husnuzzhan dalam perspektif psikologi.(Banjarmasin: Antasari press. 2009), cet. I. 11-12.

¹³Rohmat Kurnia S.S., Akhlak Mulia”Menjadi Dirimu yang Terbaik”.(tt: PT. Sarana Panca Karya Nusa, 2007) 9-10.

sehingga menghasilkan sikap saling memaafkan dan tentunya akan mengurangi sikap prasangka pada orang lain.¹⁴

Berkeanaan dengan terbatasnya kemampuan akal (daya pikir), Quraish Shihab memberi perumpamaan bahwa akal ibarat keahlian berenang. Keahlian tersebut sangat bermanfaat ditengah laut dan sungai. Akan tetapi bila di samudera lepas dan di tengah ombak serta gelombang yang begitu membahana maka kemampuan berenang itu tidak berguna lagi dan ia akan memerlukan sebuah pelampung. Pelampung yang dimaksud ialah ajaran agama.¹⁵

Berpikir positif dalam islam dikenal dengan *husnuzzhan*, *husnuzzhan* sebagai sebuah konstruk psikologis yang mengambil inspirasi dari tradisi Islam dimaknai sebagai berprasangka baik. Dalam hal ini, *husnuzzhan* tidak hanya terkait dengan relasi interpersonal, melainkan juga intrapersonal (ke dalam diri) dan relasi transendental (dengan Tuhan). Islam mengajarkan umatnya untuk senantiasa baik sangka dengan apa yang dihadapi, baik ketika berinteraksi dengan sesama manusia maupun menghadapi takdir Allah.¹⁶ Ketika seseorang *berhusnuzzhan*, seseorang akan bisa meyakini kemampuan dirinya serta

¹⁴Ahmad Rusydi , “Husn Al-Zhaan: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental,” *Proyeksi*, Vol. 7, No. 1, 2012, 4.

¹⁵Malkan, “Berpikir dalam perspektif Al-Qur’an,” *Jurnal Hunafa*, Vol. 4, no. 4, 2007, 358.

¹⁶Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, Fani Eka Nurtjahjo, “Validasi Islam Positive Thinking Scale (IPTS) Berbasis Kriteria Eksternal,” *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 4, No. 1, 2017, 55.

mensyukuri segala karunia segala karunia yang telah Allah berikan kepadanya. Ia akan selalu optimis dalam menatap masa depan.¹⁷

Manusia seringkali kesulitan dalam *berhusnuzhan* dikarenakan pada dasarnya manusia menyukai hal-hal yang baik menurut pandangannya dan tidak menyukai hal-hal yang tidak menyenangkan menurut dirinya. Seperti digambarkan Al Qur'an Surat Al Baqarah: 216:

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Artinya: “Diwajibkan atas kamu berperang, padahal itu tidak menyenangkan bagimu. Tetapi boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.” (Q.S. Al-Baqarah: 216)

Konteks ayat di atas secara garis besar menyatakan bahwa Islam juga mengakui di balik rasa berat, pahit, dan tidak menyenangkan itu terdapat hikmah yang menjadikan ringannya keberatan itu, manisnya kepahitan, dan kebaikan tersembunyi yang kadang-kadang tidak

¹⁷Abu Salman Farhan Al-Atsary, *The Amazing Husnudzon: Menjemput kesuksesan dengan berpikir positif*, (Yogyakarta: Qudsi Media, 2015)79.

terlihat oleh pandangan manusia yang terbatas menurut Quthb.¹⁸ Manusia seringkali memandang suatu hal buruk namun sebenarnya ada hikmah dibalik suatu hal tersebut, sehingga dengan pikiran buruk yang berasal dari dirinya itu ia menjadi pesimis dan cenderung merasa tidak percaya diri.

Kepercayaan diri sangat diperlukan tidak hanya dalam bidang pekerjaan, pendidikan bahkan kehidupan sehari-hari yang mengharuskan manusia berinteraksi dengan manusia lainnya. Namun tidak semua orang dapat memunculkan dan mengembangkan kepercayaan dirinya sehingga sering kali kesulitan dalam melakukan hubungan sosial dengan orang lain dan mencapai tujuannya terutama dalam bidang pendidikan khususnya sekolah.

Permasalahan mengenai kepercayaan diri juga dialami oleh siswa MTs Al-Ikhwan. Peneliti melakukan wawancara dengan tiga orang siswa dan ketiganya mengakui bahwa mereka seringkali kesulitan saat mengemukakan pendapat dan tampil di depan umum dalam kelompoknya dikarenakan kurangnya kepercayaan diri, bahkan sebagiannya kesulitan dalam berinteraksi dengan orang yang tidak dekat dengannya. Alasannya

¹⁸Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, Fani Eka Nurtjahjo, "Validasi Islam Positive Thinking Scale (IPTS) Berbasis Kriteria Eksternal," 55.

dikarenakan adanya perasaan takut salah, malu, dan berpikir bahwa ia akan diolok-olok oleh temannya.¹⁹

Peneliti memilih MTs Al-Ikhwan kelas VIII sebagai lokasi penelitian karena apa yang akan diteliti oleh peneliti ini sejalan dengan visi MTs Al-Ikhwan yaitu: *Terwujudnya anak didik waladun shaleh yang berpengetahuan luas dan berwawawasan lingkungan*. Berwawasan lingkungan disini tentunya tak bisa lepas dari kepercayaan diri karena dalam suatu lingkungan pastinya seseorang dituntut untuk berinteraksi satu sama lain, dan salah satu faktor yang mendukung untuk melakukan interaksi sosial ialah kepercayaan diri.

Berinteraksi dengan orang lain terdapat kemungkinan individu dapat menyesuaikan diri dengan orang lain atau sebaliknya. Penyesuaian diri tersebut merupakan dorongan dalam diri manusia untuk melakukan interaksi. Penyesuaian diri dapat dilakukan apabila seseorang memiliki kepercayaan diri sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan kemudian melakukan interaksi dengan orang lain ataupun dalam kelompok. Seperti yang diungkapkan Murray, manusia sebagai makhluk sosial mempunyai kepercayaan diri untuk mengadakan hubungan dengan orang lain.²⁰

¹⁹A, B dan C, siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 februari 2018

²⁰Nyi Ayu Revi Soraya, "Pengaruh interaksi sosial terhadap kepercayaan diri siswa kelas VII SMPN 21 Bandar Lampung tahun ajaran 2015/2016", Skripsi (Malang: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, 2016), 8.

Peneliti memandang siswa MTs Al-Ikhwan dapat dijadikan subjek dalam penelitian mengenai *husnuzhan* karena seluruh siswanya beragama islam dan sering melakukan kegiatan-kegiatan agamis secara rutin serta mempelajari mata pelajaran yang berkaitan dengan hubungan kepada Tuhan maupun manusia sehingga lebih memahami konsep berpikir positif dalam islam (*husnuzhan*). Adapun subjek penelitian ini ialah seluruh siswa kelas VIII dimana pada kelas VIII siswa secara keseluruhannya sudah memasuki usia remaja yakni 12-13 tahun sebagaimana menurut Hurlock usia remaja awal adalah individu yang berusia antara 13 hingga 14 tahun sampai 17 tahun.²¹

Permasalahan siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan mengenai kepercayaan diri yang beberapanya disebabkan oleh pikiran negatif bahwa mereka akan diejek dan ditertawai jika melakukan kesalahan. Peneliti tertarik untuk mengetahui apakah kepercayaan diri siswa yang berpikiran negatif berbeda dengan siswa yang berpikiran positif atau justru sama saja sehingga peneliti melakukan penelitian dengan tema “*Hubungan husnuzhan terhadap kepercayaan diri siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin*”.

²¹Bismy Hafizha Mayara, Emma Yuniarramah dan Marina Dwi Mayangsari, “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Konformitas pada Remaja,” *Jurnal Ecopsy*, Vol. 3, No. 2, 2016. 74.

B. RUMUSAN MASALAH

1. Bagaimana tingkat *husnuzzhan* siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin?
2. Bagaimana tingkat kepercayaan diri siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin?
3. Apakah *husnuzzhan* memiliki hubungan dengan kepercayaan diri siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Untuk mengetahui tingkat *husnuzzhan* siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin
2. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin
3. Untuk mengetahui apakah *husnuzzhan* memiliki hubungan dengan kepercayaan diri siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Praktis
 - a. Diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah baik secara langsung maupun tidak langsung sebagai salah satu sumber referensi pada mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin khususnya prodi Psikologi Islam.

- b. Bagi peneliti merupakan pengalaman yang dapat digunakan untuk bekal meningkatkan pengetahuan dan kemampuan sesuai dengan disiplin ilmu yang telah ditekuni.
 - c. Bagi guru, sebagai bahan acuan maupun masukan dalam memberikan bimbingan kepada siswa untuk dapat menumbuhkan *husnuzzhan* pada siswa guna mendorong kepercayaan diri pada siswa MTs Al-Ikhwan Banjarmasin.
 - d. Bagi siswa MTs Al-Ikhwan Banjarmasin dapat memperoleh gambaran mengenai tingkat *husnuzzhan* dan kepercayaan diri mereka.
2. Manfaat Teoritis
 - a. Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan dan pengayaan keilmuan psikologi yang khususnya terkait konstruksi teoritis antara *husnuzzhan* dan kepercayaan diri.
 - b. Secara keilmuan dapat menjadi acuan secara teoritis bagi pendidik dan siswa yang ingin memahami konsep *husnuzzhan* dan kepercayaan diri.

E. DEFINISI OPERASIONAL

1. Menurut Al-Kafwiy *husnuzzhan* secara istilah ialah mengambil sesuatu yang ragu kebenarannya diantara sesuatu yang benar. Rusydi memandang bahwa *husnuzzhan* adalah mengambil anggapan yang baik

atas sesuatu hal.²² *Husnuzzhan* merupakan pemikiran baik mengenai apa yang ia dapatkan, apa yang ia alami dan apa yang ia miliki sehingga perasaannya akan menjadi tenang tanpa merasakan kekhawatiran.

Rusydi membagi *husnuzzhan* ke dalam dua dimensi, yaitu berprasangka baik kepada Tuhan dan berprasangka baik kepada sesama manusia yang kemudian dijabarkan sebagai berikut:

- a. Dimensi prasangka baik kepada Tuhan dijabarkan melalui tiga indikator kunci, yaitu sikap tawakkal atas apa yang menjadi ketetapan-Nya, merasakan kasih sayang Allah, dan merasakan kemaafan Allah atas dirinya dari berbagai kesalahan kehidupan yang pernah dilakukan.
 - b. Berprasangka baik kepada sesama manusia sebagai dimensi *husnuzzhan* diindikasikan oleh ketiadaan perilaku memata-matai orang lain serta menggunjing orang lain (*tajassus* dan *tahassus*), ketiadaan kebencian kepada orang lain dan ketiadaan sikap hasad (iri) kepada orang lain.²³
2. Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan diri untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sekitarnya atau situasi

²²Ahmad Rusydi, "Husn Al-Zhaan: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental," 5.

²³Ahmad Rusydi, "Husn Al-Zhaan", 14.

yang sedang dihadapinya.²⁴ Kepercayaan diri merupakan rasa percaya pada kemampuan diri sendiri dan mampu menghadapi segala tantangan yang ada tanpa memerlukan dorongan dari orang lain untuk mencapai tujuannya.

Santrock mendefinisikan kepercayaan diri merupakan sebuah dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri seseorang sehingga seseorang dapat melihat gambaran positif dari diri mereka. Percaya diri juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri. Hal ini diperkuat oleh Anita Lie yang menjelaskan bahwa percaya diri adalah sikap yakin akan kemampuan diri untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah. Dengan kepercayaan diri, seseorang akan merasa lebih berharga dan mempunyai kemampuan untuk menjalani kehidupan.²⁵

Lauster mengemukakan karakteristik dari individu yang memiliki kepercayaan diri yang proporsional, adalah:

- a. Percaya akan kompetensi dan kemampuan diri sendiri sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan atau rasa hormat orang lain.
- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.

²⁴Enung Fatimeh, Psikologi Perkembangan Peserta Didik, 149.

²⁵Rian Ardi Pratama, "Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Pelatihan Asertif Pada Siswa Kelas VII C SMPN 2 Bukateja Tahun Pelajaran 2013/2014", (Skripsi tidak di terbitkan Program Studi Bimbingan Dan Konseling Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan universitas Negeri Yogyakarta, yogyakarta, 2014), 9.

- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- d. Punya pengendalian diri yang baik.
- e. Mempunyai cara pandang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi disekitarnya.²⁶

F. PENELITIAN TERDAHULU

1. Jurnal penelitian yang disusun oleh Ahmad Rusydi, berjudul “*Husn Al-Zhaan: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental*,” *Proyeksi*, Vol. 7, No. 1, tahun 2012 ini merupakan penelitian lapangan dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara konsep berpikir positif dalam islam (*husnuzzhan*) terhadap kesehatan mental. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara *husnuzzhan* dengan kesehatan mental yang signifikan. Artinya *husnuzzhan* memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental orang yang ber*husnuzzhan*.
2. Ummu Aiman, Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa semester VI yang akan menghadapi skripsi. Fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tahun 2016. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui signifikansi

²⁶ Rian Ardi Pratama, "Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Pelatihan Asertif Pada Siswa Kelas VII C SMPN 2 Bukateja Tahun Pelajaran 2013/2014", 9-11.

hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan mahasiswa psikologi semester enam yang akan menghadapi skripsi dengan menggunakan metode kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya korelasi yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada siswa psikologi semester enam yang akan menghadapi skripsi.

3. Skripsi yang disusun oleh Anggun Yuniasih yang berjudul “ Pengaruh *Husnuzzan* terhadap Psychological Well being pada Remaja di Pantia Asuhan PSM (Pesantren Sabial Muttaqin) Tulungagung”, Tulungagung: Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, 2017. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana pengaruh *husnuzzhan* terhadap Psychological Well being pada Remaja pantia Asuhan PSM. Hasil penelitian ini dalam hitung uji linearitas dan uji regresi linear sederhana dihasilkan bahwa *husnuzzhan* berpengaruh terhadap psychological well-being pada remaja di Pantia Asuhan PSM Tulungagung. *Husnuzzhan* sebagai bentuk evaluasi atau interpretasi individu terhadap kehidupan yang ia jalani memberi sumbangsih sebesar 57% terhadap terwujudnya kesejahteraan psikologis bagi remaja di Pantia Asuhan PSM Tulungagung.
4. Tesis yang disusun oleh Novi Kartika Sari dengan judul “Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy* Berbasis *Husnuzzhan* guna Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa kelas X MAN 1 Madiun.”

Program Study Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2017. Penelitian ini dilakukan untuk menguji apakah konseling *rational emotive behaviour therapy* berbasis *husnuzhan* bisa meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MAN 1 Madiun. Hasil dari data yang terkumpul menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor kepercayaan diri siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan statistik deskriptif diketahui bahwa skor *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 15,29 sedangkan kelompok kontrol mengalami penurunan sebesar -1,43. Hal ini membuktikan bahwa peningkatan yang terjadi pada kelompok eksperimen berasal dari perlakuan atau manipulasi yang diberikan sesuai dengan sesi konseling.

5. Jurnal psikologi ini disusun oleh Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, Fani Eka Nurtjahjo dengan judul “Validasi Islam Positive Thinking Scale (IPTS) Berbasis Kriteria Eksternal,” *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 4, No. 1, tahun 2017. Penelitian ini merupakan kajian untuk mengevaluasi validitas instrumen pengukuran berpikir positif yang didasarkan pada nilai-nilai islam dan dikembangkan berbasis pada konsep *husnuzhan* sebagai bentuk prasangka positif dalam islam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara *husnuzhan* yang dibuat oleh Rusydi dengan kepuasan hidup. Sedangkan untuk korelasi antara instrumen

husnuzzhan yang dikembangkan dengan perasaan positif dan negatif serta religiusitas dan self esteem tidak memiliki hubungan yang signifikan.

G. SISTEMATIKA PENULISAN

Hasil dari penelitian ini untuk mempermudah penulisan maka disusun dengan sistematika penulisan yang terbagi menjadi lima bab, yaitu:

1. Bab pertama yaitu pendahuluan, peneliti memaparkan dari latar belakang masalah dengan mengemukakan beberapa alasan untuk penelitian terkait tema. Setelah itu dipertegas dengan rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis penelitian serta sistematika penulisan.
2. Bab kedua yaitu landasan teori yang akan menjelaskan terkait masing-masing variabel penelitian yang ingin diukur. Seperti definisi *husnuzzhan*, dan definisi kepercayaan diri.
3. Bab ketiga yaitu penjabaran metode penelitian yang berisi jenis penelitian yang dilakukan, lokasi, subjek, dan objek penelitian, populasi dan sampel, sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, validitas dan reliabilitas, teknik pengolahan dan analisis data, dan proses penelitian.
4. Bab keempat yang berisi tentang laporan hasil penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, uji validitas dan reliabilitas, pelaksanaan

penelitian, analisis data penelitian, dan pembahasan yang terkait dengan masalah dalam penelitian ini.

5. Bab kelima yaitu bab terakhir dalam penelitian ini. Berisikan kesimpulan dan saran dari penulis sebagai penutup dari pembahasan yang telah diuraikan dalam penelitian ini.

H. HIPOTESIS

Hipotesis ialah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan dalam penelitian, sampai terbukti data yang terkumpul.²⁷

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara *husnuzzhan* terhadap kepercayaan diri siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin dengan penjelasan bahwa semakin tinggi *husnuzzhan* siswa maka semakin tinggi pula kepercayaan diri atau sebaliknya, semakin tinggi kepercayaan diri siswa maka semakin tinggi pula *husnuzzhan* siswa kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin.

²⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002),211.