



SKRIPSI

**PENGARUH *POSITIVE SELF-TALK TRAINING* TERHADAP
PENINGKATAN HARGA DIRI SANTRI DI ASRAMA 3 NUSANTARA
PONDOK PESANTREN DARUL ‘ULUM JOMBANG**

PENELITIAN *PRE-EKSPERIMEN*



Oleh :

IMROATUL MUTAFIAH

NIM : 7318028

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PESANTREN TINGGI DARUL ‘ULUM
JOMBANG**

2022



SKRIPSI

**PENGARUH *POSITIVE SELF-TALK TRAINING* TERHADAP
PENINGKATAN HARGA DIRI SANTRI DI ASRAMA 3 NUSANTARA
PONDOK PESANTREN DARUL ‘ULUM JOMBANG**

PENELITIAN *PRE-EKSPERIMEN*

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Program Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang



Oleh :

IMROATUL MUTAFIAH

NIM : 7316028

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSSITAS PESANTREN TINGGI DARUL ‘ULUM
JOMBANG
2022**



LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal oleh : Imro'atul Mutafiah

Judul : PENGARUH POSITIF *SELF-TALK TRAINING*
TERHADAP PENINGKATAN HARGA DIRI SANTRI DI
ASRAMA 3 NUSANTARA PONDOK PESANTREN
DARUL 'ULUM JOMBANG

Telah disetujui untuk diajukan dihadapan dewan penguji skripsi

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Athi' Linda Yani, S.Kep. Ns., M.Kep
NIYP. 11 011211 205

Pembimbing II

Siti Urifah, S. Kep. Ns., M.N.S
NIYP. 11 010810 168



LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di depan tim penguji ujian skripsi pada

Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Pesantren Tinggi Darul 'Ulum Jombang

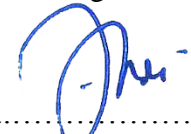
Pada Tanggal : 23 Agustus 2022

Mengesahkan :

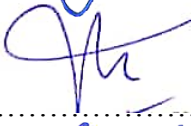
Tim Penguji

Tanda Tangan

Ketua : Andi Yudianto, S.Kep. Ns., M.Kes

(.....)

Anggota 1 : Siti Urifah, S. Kep. Ns., M.N.S


(.....)

Anggota 2 : Athi' Linda Yani, S.Kep. Ns., M.Kep

(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Khotimah, S.Kep. Ns., M.Kes.

NIPY : 11 010901 063



SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Imro'atul Mutafiah

NIM : 7318028

Tempat & tanggal lahir: Pacitan, 25 September 2000

Institusi : S1 Ilmu Keperawatan

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul **Pengaruh *Positive Self-Talk Training* Terhadap Peningkatan Harga Diri Santri Di Asrama 3 Nusantara Pondok Pesantren Darul 'Ulum Jombang** adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Jombang, 01 Juli 2022

Yang menyatakan,

IMRO'ATUL MUTAFIAH
NIM 7318028



MOTTO

**SEBAIK-BAIKNYA MANUSIA ADALAH MANUSIA YANG
BERMANFAAT BAGI ORANG LAIN**

**JANGAN MENYERAH APAPUN YANG TERJADI. JIKA KAMU
MENYERAH, YANG RUGI BUKAN HANYA DIRIMU SENDIRI,
MELAINKAN ADA ORANGTUA YANG SUDAH MENSUPPORT
SECARA MATERIAL DAN SPIRITUAL DAN ADA MASYARAKAT
YANG SEDANG MENUNGGU KEBERMANFAATANMU.**

“ SO, DON’T SAY NO IF YOU CAN DO IT ”



KATA PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji syukur selalu saya panjatkan atas kehadiran ALLAH SWT dengan terselesaikan skripsi ini. Skripsi ini saya persembahkan :

1. Allah Yang Maha Esa yang telah memberikan nikmat sehat, kesabaran, dan keikhlasan atas Takdir-Mu sehingga saya bisa berpikir, berilmu, bisa berlapang dada dengan segala ujian yang diberikan, menjadi pribadi yang pantang menyerah dan khususnya selalu beriman kepadaNya. Sernoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal masa depanku dalam meraih cita-cita serta harapan yang kuinginkan.
2. Orangtuaku, Bapak Bokair dan Ibu Katminem tercinta, terima kasih atas segala kasih sayang yang tiada batas, terima kasih atas segala dukungan, masukan, do'a serta ridho yang telah diberikan kepada saya yang mana tidak bisa saya tulis hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal buat Bapak dan Ibu bahagia dan membuatku semakin termotivasi untuk hal yang lebih baik kedepannya dan selalu mempersembahkan kasih sayang. Terimakasih selalu mendoakanku tiada henti, menasehatiku berulang - ulang kali serta selalu meridhoiku melakukan hal yang lebih baik.
3. Kakakku, Nur Azizah, terima kasih selalu membersamaiku dalam balutan do'a serta nasihat-nasihatnya untuk selalu sabar, tetap tenang dan santun dalam menyikapi hal apapun yang sedang menguji mental, selalu memberikan kasih sayangnya yang sangat luar biasa dan selalu menguatkan cinta dan kasih sayang kepada Bapak dan Ibu agar selalu tersenyurn dan bahagia.



4. Keluarga, saudara serta Bapak/Ibu Guruku yang tiada henti selalu memberikan dukungan yang luar biasa serta kasih sayang yang tiada henti sehingga saya bisa melangkah sampai saat ini.
5. Bapak Andi Yudianto, S.Kep.Ns., M.Kes sebagai penguji utama yang telah bersedia menguji saya dalam karya ilmiah ini, saya ucapkan banyak-banyak terimakasih
6. Ibu Athi' Linda Yani, S.Kep,Ns., M.Kep dan Ibu Siti Urifah, S.Kep.NS., .MNS yang selalu sabar dalam membimbing saya mengerjakan skripsi ini sampai akhir dan selalu setia mendengarkan curahan-curahan hati ini. tanpanya saya tidak bisa apa-apa, terima kasih banyak atas segala ilmunya yang telah diberikan terutama ide - ide yang disumbangkan kepada saya.
7. Bapak/Ibu dosen S1 Ilmu Keperawatan yang selalu memberikan dukungan dan motivasi serta berbagi ilmu kepada saya selama duduk dalam bangku kuliah.
8. Gus K.H. Zainul Ibad As'ad, S.Ag dan Ning Aini Arifatul Laila M.Pd.I yang senantiasa menasehati dan mendoakan saya untuk menjadi santri yang berkualitas dan lebih baik. serta selalu mengingatkan tekun dalam belajar, taat dalam beribadah, dan menjauhi larangan agama dan selalu mengingatkan "buatlah orang tua tersenyum dan bangga atas apa yang kamu lakukan demi kesuksesanmu".
9. Teman seperjuanganku angkatan 2018 S1 Keperawatan yang telah membantu dan memotivasi dalam menyelesaikan skripsi ini



10. Sahabat-sahabatku kamar Asumta yang selalu memberikan motivasi kepada peneliti untuk segera menyelesaikan penyusunan skripsi ini
11. Dan untuk Almamaterku tercinta “FIK UNIPDU JOMBANG” dan “KAMPUS UNIPDU INSAN PENUH CINTA”



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat dan ridhlo-Nya, sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul: “Pengaruh *Positive Self-Talk Training* Terhadap Peningkatan Harga Diri Santri Di Asrama 3 Nusantara Pondok Pesantren Darul ‘Ulum Jombang” Sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Program S1 Keperawatan.

Mengingat dalam membuat skripsi ini tidak dapat lepas dari berbagai pihak yang membantu dalam memberi dorongan baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. H. Ahmad Zahro, MA. selaku Rektor Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
2. Pujiani, S.Kep.Ns., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
3. Khotimah, S.Kep.Ns., M.Kes selaku Kaprodi Sarjana Keperawatan Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
4. Athi’ Linda Yani, S.Kep.Ns., M.Kep selaku pembimbing I dan Siti Urifah, S.Kep.,NS., MNS selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam pembuatan skripsi ini.
5. Seluruh responden yang bersedia memberikan partisipasi yang sangat berharga dalam penelitian ini.
6. Kedua orang tua dan seluruh keluarga yang telah memotivasi dan membantu baik materil maupun spiritual.



7. Teman angkatan 2018 S1 Keperawatan yang telah membantu dan memotivasi dalam menyelesaikan skripsi.
8. Teman asrama kamar Asumta yang selalu memberikan motivasi kepada peneliti untuk segera menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Jombang, Februari 2022

Penyusun



ABSTRAK

PENGARUH *POSITIVE SELF-TALK TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN HARGA DIRI REMAJA SANTRI DI ASRAMA 3 NUSANTARA PP DARUL 'ULUM JOMBANG

PENELITIAN *PRE-EKSPERIMEN*

Imro'atul Muttafiah¹, Athi' Linda Yani², Siti Urifah³

¹)Mahasiswa Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Unipdu Jombang

^{2,3})Dosen Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Unipdu Jombang

Email: imuttafiah00@gmail.com

Harga diri merupakan aspek yang sangat penting dalam proses perkembangan diri remaja santri, karena dapat mempengaruhi pengalaman emosional dan penyesuaian psikologisnya. Untuk itu, harga diri sangat bergantung pada persepsi atau pola pikir yang dijalani. Maka dari itu, harga diri yang rendah dipengaruhi oleh persepsi atas penilaian individu terhadap dirinya. Pola pikir yang belum tentu sepenuhnya benar ini dapat direkonstruksi menjadi lebih positif melalui *positive self-talk* sehingga remaja santri dapat lebih memiliki persepsi yang lebih baik terhadap dirinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi Pengaruh *Positive Self-talk Training* Terhadap Peningkatan Harga Diri Remaja Santri di Asrama 3 Nusantara PP Darul 'Ulum Jombang. Desain penelitian yang digunakan adalah pra-eksprimen dengan rancangan eksperimen *one group pre-test – posttest design*. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran skala *Roserberg Harga Diri Scale* (RSES), yang mana diambil 30 responden dengan teknik sampling purposive sampling. Analisis data menggunakan teknik *Uji Wilcoxon*. Analisis data dengan menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Program For Social Service*). Hasil analisa pengaruh *positive self-talk training* terhadap peningkatan harga diri remaja santri menggunakan uji *Wilcoxon* pada post $p = 0,000 (<0,05)$ berarti H1 diterima yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap post perlakuan pengaruh *positive self-talk training* terhadap peningkatan harga diri remaja santri dan mengalami peningkatan harga diri sebanyak 27 responden, dari hasil penelitian responden banyak memilih pernyataan *favorable* dengan merasa lebih berharga dan lebih percaya diri.

Keyword : Harga diri, *Positif Self-Talk Training*, Remaja Santri



ABSTRACT

THE INFLUENCE OF POSITIVE SELF-TALK TRAINING ON INCREASING THE SELF-ESTEEM OF ADOLESCENT STUDENTS AT DORMITORY OF 3 NUSANTARA PP DARUL 'ULUM JOMBANG

PRE-EXPERIMENTAL RESEARCH

Imro'atul Muttafiah¹, Athi' Linda Yani², Siti Urifah³

¹Students of the Undergraduate Nursing Study Program at Unipdu Jombang

^{2,3}Lecturer of the Undergraduate Nursing Study Program at Unipdu Jombang

Email: imuttafiah00@gmail.com

Self-esteem is a very important aspect in the process of self-development of young students, because it can affect their emotional experience and psychological adjustment. For this reason, self-esteem is very dependent on the perception or mindset that is lived. Therefore, low self-esteem is influenced by the perception of an individual's assessment of himself. This mindset that is not necessarily completely correct can be reconstructed to be more positive through positive self-talk so that young students can have a better perception of themselves. The purpose of this study was to identify the positive effect of self-talk training on increasing the self-esteem of young students at Dormitory of 3 Nusantara PP Darul 'Ulum Jombang. The research design used was a pre-experimental design with a one group pre-test – posttest experimental design. Data collection was carried out through the distribution of the Roserberg Self-Esteem Scale (RSES), in which 30 respondents were taken using a purposive sampling technique. Data analysis used the Wilcoxon Test technique. Data analysis using SPSS (Statistical Program For Social Service) assistance. The results of the analysis of the effect of positive self-talk training on increasing the self-esteem of young students using the Wilcoxon test at post $p = 0.000 (<0.05)$ means that H1 was accepted which showed that there was a significant effect on the post-treatment effect of positive self-talk training on increasing self-esteem of young students and experienced an increase in self-esteem by 27 respondents, from the results of the study many respondents chosed favorable statements by feeling more valuable and more confident.

Keyword : *Self-esteem, Positive Self-Talk Training, Adolescent Santri*



DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	
SAMPUL DALAM.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
KATA PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR	x
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
DAFTAR SINGKATAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1. Manfaat Teoritis	7
1.4.2. Manfaat Praktis	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Dasar	9
2.1.1 Remaja.....	9
2.1.2 Santri	18
2.1.3 Harga Diri.....	23
2.1.4 <i>Positive Self-Talk Training</i>	35
2.1.5 Penelitian Penunjang <i>Positive Self-Talk Training</i>	42
2.1.6 Konsep Teori Keperawatan Hubungan Interpersonal	43
2.2 Kerangka Teori	51
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	52
3.1 Kerangka Konseptual.....	52
3.2 Hipotesis Penelitian	53
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN	54
4.1 Desain Penelitian	54
4.2 Kerangka Kerja	55
4.3 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	57
4.3.1 Populasi.....	57
4.3.2 Sampel.....	57
4.3.3 Sampling	60
4.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	60
4.4.1 Identifikasi Variabel.....	60
4.4.2 Definisi Operasional.....	61



4.5 Instrumen Penelitian	62
4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	64
4.7 Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data	64
4.7.1 Prosedur Pengambilan Data	64
4.7.2 Pengumpulan Data	65
4.7.3 Pengolahan Data.....	67
4.8 Analisis Data.....	69
4.8.1 Analisa Univariat	69
4.8.2 Analisis Bivariat.....	70
4.9 Etika Penelitian	71
4.9.1 Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	71
4.9.2 Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>)	71
4.9.3 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	71
4.9.4 Beneficiency dan Non Maleficiency	72
4.9.5 Keterbatasan Penelitian	72
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	73
5.1 Hasil Penelitian	74
5.1.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	74
5.1.2 Karakteristik Demografi Responden.....	75
5.1.3 Data Khusus	77
5.2 Hasil Penelitian	80
5.2.1 Tingkat Harga Diri sebelum diberikan intervensi <i>Positive Self-Talk Training</i> Remaja Santri di Asrama 3 Nusantara	80
5.2.2 Tingkat Harga Diri sesudah diberikan intervensi <i>Positive Self-Talk Training</i> Remaja Santri di Asrama 3 Nusantara	83
5.2.3 Pengaruh <i>Positive Self-Talk Training</i> Terhadap Peningkatan Harga Diri Remaja Santri di Asrama 3 Nusantara	85
BAB 6 PENUTUP	87
6.1 Kesimpulan	87
6.2 Saran	88
6.2.1. Bagi Institusi Pendidikan	88
6.2.2. Bagi Tempat Penelitian	88
6.2.3. Bagi Responden Penelitian	88
6.2.4. Bagi Penelitian Selanjutnya	89
DAFTAR PUSTAKA	90



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kisi-kisi Soal Kuesioner RSES	34
Tabel 4.1	Tabel Desain Penelitian <i>Pre Experiment</i>	55
Tabel 4.2	Definisi Operasional.....	61
Tabel 4.3	Kisi-kisi Soal Kuesioner <i>Rosenberg Harga diri Scale</i>	64
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	75
Tabel 5.2	Aspek tingkat harga diri sebelum dilakukan <i>Positive Self-Talk Training</i>	77
Tabel 5.3	Aspek tingkat harga diri sesudah dilakukan <i>Positive Self-Talk Training</i>	78
Tabel 5.4	Penyajian hasil uji <i>wilcoxon</i> pada remaja santri sebelum dan sesudah dilakukan <i>Positive Self-Talk Training</i>	79



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Pengaruh Teknik <i>Self-Talk</i> Untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja Yang Tinggal di Asrama III Nusantara Pondok Pesantren Darul ‘Ulum	51
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Pengaruh Teknik <i>Self-Talk</i> Untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja Yang Tinggal di Asrama III Nusantara Pondok Pesantren Darul ‘Ulum.....	52
Gambar 4.1	Kerangka Kerja Pengaruh Teknik <i>Self-Talk</i> Untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja Yang Tinggal Asrama III Nusantara Pondok Pesantren Darul ‘Ulum.....	56



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Studi Pendahuluan	93
Lampiran 2 Permintaan Menjadi Responden.....	94
Lampiran 3 Surat Pernyataan Penelitian.....	95
Lampiran 4 Sertifikat Komisi Etik Penelitian.....	96
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	97
Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur (SOP)	98
Lampiran 7 <i>Self-Talk</i>	104
Lampiran 8 Kuesioner Penelitian	112
Lampiran 9 Tabulasi Data.....	115
Lampiran 10 Hasil Uji SPSS.....	122
Lampiran 11 Dokumentasi.....	126
Lampiran 12 Lembar Plagiasi	129



DAFTAR SINGKATAN

BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana
IMS	: Infeksi Menular Seksual
NO	: <i>Nitric Oxide</i>
OTC	: <i>Over The Counter</i>
RSES	: <i>Rosenberg Self-esteem Scale</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
WHO	: <i>World Health Organization</i>
KPAI	: Komisi Perlindungan Anak Indonesia
RSKD	: Rumah Sakit Khusus Daerah