

## EFEKTIVITAS PELATIHAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI PANTI ASUHAN AISIYIAH SIDOARJO

Tisha Gustiningrum, Nurfi Laili  
Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Prodi Psikologi  
<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Sidoarjo  
[tishapsiko@gmail.com](mailto:tishapsiko@gmail.com)<sup>1</sup>, [nurfilaili@umsida.ac.id](mailto:nurfilaili@umsida.ac.id)<sup>2</sup>

**Abstract:** Penerimaan diri merupakan faktor penting dalam perkembangan psikologis remaja, terutama bagi remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja panti asuhan menghadapi berbagai tantangan emosional dan sosial akibat keterbatasan dukungan keluarga, yang dapat memengaruhi rasa percaya diri dan kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan penerimaan diri remaja panti asuhan melalui pelatihan berbasis faktor penerimaan diri menurut Bastaman. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen dengan desain one group pretest-posttest. Subjek penelitian melibatkan 15 remaja putri dari Panti Asuhan Aisiyiah Sidoarjo, yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pelatihan dilakukan dalam dua sesi dengan berbagai metode, termasuk lecturing, diskusi, audiovisual, permainan, mental imagery, writing task, dan konseling kelompok. Data dianalisis menggunakan uji statistik paired sample t-test untuk mengukur perbedaan antara hasil pretest dan posttest. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam tingkat penerimaan diri peserta setelah mengikuti pelatihan. Dengan demikian, pelatihan ini efektif dalam membantu remaja panti asuhan memahami dan menerima diri mereka.

**Kata Kunci:** Penerimaan diri, Remaja, Pelatihan

### PENDAHULUAN

Keluarga berfungsi sebagai tempat pertama bagi setiap individu dalam