

ABSTRAK

Navisatur Rohmah. 190541100149. Efektivitas *Paint Art Therapy* dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura . 2024.

Remaja adalah masa di mana seorang individu mengalami sebuah periode transisi dari usia anak-anak menuju kehidupan yang dewasa, dengan demikian remaja tetap memiliki tugas-tugas perkembangan masa remaja yang harus terpenuhi. Jika tugas perkembangan masa remaja tidak terpenuhi maka mengakibatkan berbagai macam masalah pada remaja salah satunya kepercayaan diri yang rendah. Adapun salah satu intervensi yang digunakan peneliti dalam meningkatkan kepercayaan diri pada remaja adalah *paint art therapy*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas *paint art therapy* dalam meningkatkan kepercayaan diri pada remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Penelitian ini menggunakan desain *One Group Pre-test Post-test* karena untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri remaja sebelum dan sesudah diberikan *treatment paint art therapy*. Berdasarkan hasil dari uji *statistic parametric* yaitu *Paired Sample T-test* diketahui nilai $t -5,478$ dengan Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, yang menunjukkan hasil terdapat perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis pada penelitian ini efektif, yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara efektivitas *paint art therapy* dalam meningkatkan kepercayaan diri pada remaja.

Kata Kunci: Kepercayaan diri, *Paint Art Therapy*, Remaja

ABSTRACT

Navisatur Rohmah. 190541100149. Paint Art Therapy's Effectiveness in Boosting Confidence in Teens. Psychology Study Program, Faculty of Social and Cultural Sciences, Trunojoyo Madura University. 2024

Adolescence is a period where an individual experiences a transition period from childhood to adult life, thus adolescents still have adolescent developmental tasks that must be fulfilled. If the developmental tasks of adolescence are not fulfilled, it will result in various kinds of problems for teenagers, one of which is low self-confidence. One of the interventions used by researchers to increase self-confidence in teenagers is paint art therapy. The aim of this research is to determine the effectiveness of paint art therapy in increasing self-confidence in adolescents. This research uses a quantitative approach with experimental methods. This research used a One Group Pre-test Post-test design to determine differences in adolescent self-confidence before and after being given paint art therapy treatment. Based on the results of the parametric statistical test, namely the Paired Sample T-test, it is known that the t value is -5.478 with Sig. (2-tailed) of $0.000 < 0.05$, which shows that the results have a significant difference between the pretest and posttest. Thus, it can be concluded that the hypothesis in this study is effective, which means there is a significant influence between the effectiveness of paint art therapy in increasing self-confidence in teenagers

Keywords: Confidence, Paint Art Therapy, Teenager