

Efektivitas cognitive-behavioral therapy untuk meningkatkan harga diri (self-esteem) remaja (Studi pada kasus individual)

Elok Dianike Malay, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20369784&lokasi=lokal>

Abstrak

Besarnya dampak self-esteem dalam menentukan kualitas hidup manusia, terutama di masa remaja, meningkatkan pentingnya penelitian mengenai efektivitas Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) untuk meningkatkan self-esteem remaja. Dengan penggunaan single case A-B design, penelitian ini hanya melibatkan satu orang partisipan. JAS, seorang remaja laki-laki berusia 14 tahun 8 bulan mengikuti CBT yang diberikan terdiri dari 8 sesi pertemuan, dengan dua sesi per minggu dan durasi 1 hingga 2 jam per pertemuan. Berdasarkan pengukuran dengan menggunakan Rosenberg Self-Esteem Scale, behavioral checklist, wawancara, dan observasi pada saat sebelum dan sesudah program CBT dijalankan, terlihat adanya peningkatan yang signifikan pada self-esteem JAS. Penelitian ini membuktikan bahwa CBT efektif untuk meningkatkan self-esteem remaja. Penelitian ini juga membuktikan bahwa bentuk CBT yang disusun dalam penelitian ini tepat diberikan pada kasus remaja dengan self-esteem rendah, seperti JAS.