

Penerapan cognitive behavior therapy untuk mengubah perceived self-efficacy negatif anak dalam menggambar = Application of cognitive behavior therapy to change negative perceived self efficacy on drawing ability

Saskhya Aulia Prima, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20403652&lokasi=lokal>

Abstrak

Perceived self-efficacy merupakan keyakinan atau penilaian seseorang bahwa dirinya mampu menguasai atau mengerjakan sesuatu. Perceived Selfefficacy yang baik dapat membantu seseorang, terutama remaja awal untuk memiliki daya tahan dan usaha yang keras dalam menyelesaikan suatu tugas. Anak atau remaja awal yang memiliki perceived self-efficacy rendah cenderung mudah menyerah dan menghindari tugas yang harus dihadapinya. Beberapa penelitian menunjukkan pentingnya seorang remaja awal untuk memiliki selfefficacy yang baik agar terus dapat mengembangkan bakat mereka serta mampu menghadapi tantangan-tantangan yang dalam kehidupan mereka sehari-hari. CBT atau cognitive behavior therapy merupakan intervensi yang memiliki fokus merubah persepsi negatif yang menjadi keyakinan seseorang mejadi lebih positif dan mampu mengubah perasaan, sensasi fisik, dan perilaku seseorang dalam menghadapi sesuatu.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas penerapan intervensi CBT dalam mengubah perceived self-efficacy negatif, terutama dalam kegiatan menggambar seorang remaja awal berusia 11 tahun. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa CBT efektif dalam mengubah pandangan negatif anak mengenai kemampuan menggambar dan juga mengubah perceived selfefficacy negatif anak dalam menggambar yang terlihat dari perubahan perilaku dan pandangannya terhadap kegiatan menggambar dan keinginan anak untuk terus mengembangkan bakat menggambar.

.....Perceived self - efficacy is a person's belief on his capability to do something well or to attain desired output from his action. Perceived self-efficacy can help someone, especially early adolescent to increase his endurance and effort on completing a task. Early adolescent who has low self-efficacy tend to give up easily and avoid challenges that must be faced. Several studies have shown the importance of an early adolescent to have positive perceived self-efficacy in order to continue to develop his talents and be able to face challenges in daily lives. CBT or cognitive behavior therapy is an intervention that can be useful to help changing a person?s negative perceptions or beliefs to be more positive and able to change feelings, physical sensations, and behavior of a person on facing a challenge or task.

This study aims to evaluate the effectiveness of CBT interventions in changing negative perceived self-efficacy, especially in drawing ability. The participant is an 11 years old adolescent. The results of this study shows that CBT is effective intervention in changing negative views regarding the drawing ability of an early adolescent and also on changing his negative perceived self-efficacy. It is shown from the change of his behavior to continue to develop his drawing talent after the intervention.