

## Efektivitas program esteem builders dalam meningkatkan security dan selfhood pada remaja sekolah menengah pertama = Effectiveness of esteem builders program to increase security and selfhood on junior high school adolescent

Priska Novia Sabati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20389514&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas program esteem builders dalam meningkatkan security dan selfhood pada remaja Sekolah Menengah Pertama (SMP). Security dan selfhood merupakan dua dari lima komponen pembentuk harga diri. Security merupakan prasyarat terbentuknya keempat komponen lain (selfhood, affiliation, mission, dan competence). Sementara selfhood merupakan pondasi pembentuk harga diri karena mempengaruhi penilaian individu secara akurat terhadap diri.

Subjek penelitian ini adalah A seorang remaja perempuan yang memiliki harga diri yang rendah karena belum terbentuknya kelima komponen harga diri. Membangun harga diri adalah proses yang bertahap dengan memperhatikan setiap komponen yang terbentuk (Borba, 1989), maka intervensi ini berupaya menyasar peningkatan dua komponen dasar yaitu security dan selfhood dengan menggunakan program esteem builders Borba yang terdiri dari 7 langkah pada setiap sesinya yaitu dengan meningkatkan kemampuan membangun kepercayaan dalam membina hubungan dengan orang lain, meningkatkan kemampuan mengetahui hal yang diharapkan dengan menetapkan dan menerapkan aturan secara konsisten, meningkatkan kesempatan merasakan lingkungan yang positif, meningkatkan kemampuan deskripsi diri secara akurat, memberi kesempatan mengetahui peristiwa yang mempengaruhi diri individu, membangun kesadaran kualitas diri yang unik, serta meningkatkan kemampuan mengidentifikasi dan mengekspresikan emosi.

Penelitian ini merupakan single subject design tipe AB yang terdiri dari 7 pertemuan selama 3 minggu. Berdasarkan pengukuran yang dilakukan melalui behavioral checklist B-SET (Borba Self Esteem Tally) dan kemajuan subjek yang memenuhi indikator pada setiap pertemuan maka dapat disimpulkan bahwa program esteem builders efektif meningkatkan security dan selfhood pada remaja SMP.

<hr><i>This study is conducted to understand the effectiveness of esteem builders program in increasing security and selfhood of junior high school adolescent. Security and selfhood are two of the five fundamental building blocks of self-esteem. Security is a prerequisite formation of four other components (selfhood, affiliation, mission, and competence). While selfhood is forming the foundation of self-esteem because it affects the accurate evaluation of the individual.

The participant of this study is A teenage girl who have low self-esteem because of the lack of all components of self-esteem. Building self-esteem is a gradual process with attention to the formation of each component (Borba, 1989), therefore this intervention seeks to target the enhancement of two basic components, namely security and selfhood by using esteem builders program that have 7 steps to do, namely improving the ability of build trusting relationships, improving the ability to know what is expected by establishing and applying rules consistently, increasing the chance of a positive and caring environment, reinforce more accurate self description, provide the opportunities to discover major sources of influences on the self, build an awareness of unique qualities, and enhance the ability to identify and express emotions

and attitudes.

This study is a single subject design type AB engage in 7 intervention session for 3 weeks. Based on the measurements that has been done using behavioral checklist B-SET and progress indicators that meet the subject at each meeting, it can be concluded that the esteem builders program effectively increase security and selfhood of junior high school adolescent.