

# Meningkatkan Self-Esteem Remaja Perempuan dari Keluarga Berbudaya Patriarki dalam Berinteraksi dengan Laki-Laki Sebaya: Menggunakan Prinsip Cognitive Behavioral Therapy = Enhancing Self-Esteem of a Female Teenager from Patriarchal Family in Interacting With Male Peers: Using Cognitive Behavioral Therapy Principles

Reti Oktania, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20515430&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Self-esteem rendah dipengaruhi antara lain oleh distorsi kognitif tentang beberapa hal terkait nilai-nilai budaya dalam keluarga dan pengalaman menyakitkan di masa kanak-kanak. Self-esteem yang rendah berdampak negatif pada keberfungsian individu dalam kehidupannya, salah satunya dalam ranah interaksi sosial. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terjadi peningkatan pada self-esteem remaja perempuan dari keluarga berbudaya patriarki dalam berinteraksi dengan laki-laki sebaya melalui penerapan intervensi berdasarkan prinsip-prinsip Cognitive Behavioral Therapy (CBT). Partisipan pada penelitian ini adalah seorang remaja perempuan berusia 14 tahun 2 bulan yang memiliki self-esteem rendah dan menampilkan perilaku diam ketika berinteraksi dengan laki-laki sebaya. Sehubungan dengan budaya patriarki di dalam keluarganya, partisipan juga pernah mengalami pelecehan seksual oleh kakak kandung laki-laki ketika ia berusia lima tahun. Partisipan mengalami distorsi kognitif overgeneralization, global labelling dan self-blame. Program intervensi disusun berdasarkan modul Cognitive Behavioral Therapy (CBT) oleh Stallard (2019). Intervensi terdiri dari sembilan sesi dengan durasi satu jam per sesi yang dilakukan selama tiga minggu serta dua sesi follow-up. Sesi follow-up pertama dilakukan dua minggu setelah intervensi selesai dan sesi follow-up kedua dilakukan tiga minggu kemudian. Seluruh rangkaian intervensi dilakukan secara daring. Penelitian ini menggunakan single-case design dengan pengukuran dilakukan sebelum intervensi (pre-test), setelah intervensi (post-test) dan saat follow up kedua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mengikuti intervensi terjadi perubahan pola kognitif partisipan yang menjadi lebih rasional dan berimbang terkait dengan pengalaman dan penerimaan diri, terjadi peningkatan self-esteem, serta perubahan emosi yang lebih positif dan perilaku yang lebih adaptif ketika berinteraksi dengan teman laki-laki sebaya. Self-esteem partisipan diukur dengan Self-Perception Profile for Adolescents (SPPA) masalah perilaku internalizing partisipan diukur menggunakan Child Behavioral Checklist (CBCL), dan perubahan pada pemikiran, emosi serta perilakunya dalam berinteraksi dengan laki-laki sebaya diketahui melalui wawancara kualitatif secara daring.

.....Low self-esteem could be influenced by cognitive distortions about several things related to cultural values in the family and painful experiences in childhood. Low self-esteem could have negative impact on individuals' functioning in their lives, such as in their social interaction. The purpose of this study was to enhance self-esteem of female adolescent from family with strong patriarchal values in interacting with her male peers with intervention program using the principles of Cognitive Behavioral Therapy (CBT). Participant in this study was a teenage girl aged 14 years and 2 months who had low self-esteem and displayed silent behavior when interacting with male peers. In accordance with patriarchal value in her family, participant also experienced sexual abuse by her brother when she was five years old. This intervention program is based on CBT module by Stallard (2019). The intervention program consisted of

nine sessions with one-hour duration, carried out online in three weeks with two follow-up sessions. The first follow-up was conducted two weeks after completion of the intervention and the second follow-up was conducted three weeks later. This study used a single-case design with measurements carried out before the intervention (pre-test), after the intervention (post-test), and during the second follow-up. The results showed that after the intervention, there were changes in participant's thoughts regarding own's experience and self-acceptance, enhancement in participant's self-esteem, shifting towards a better state in emotion as well as behavior in interacting with male peers. Participant's self-esteem was measured by using the Self-Perception Profile for Adolescents (SPPA), participant's internalizing behavior problems was measured by using Child Behavioral Checklist (CBCL), and changes in participant's thoughts, emotion and behavior in interacting with male peers were gathered by qualitative interview.