

**MANUSKRIP**

***LITERATURE REVIEW EFEKTIVITAS PEMBERIAN COGNITIVE  
BEHAVIORAL THERAPY (CBT) PADA PENINGKATAN HARGA DIRI  
REMAJA***



**Oleh :**

**Ajeng Rufaidah Hasanah**

**NIM : P27820418006**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
SURABAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN SIDOARJO  
2021**

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya pada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Ahli Madya Keperawatan di Program Studi D3 Keperawatan Sidoarjo Poltekkes Kemenkes Surabaya.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dan kelancaran dalam menyusun dan menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini bukan hanya karena kemampuan penulis, tetapi atas kerjasama dan dukungan dari berbagai pihak yang telah ikhlas membantu agar terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa hormat dan berterimakasih yang mendalam kepada :

1. drg. Bambang Hadi Sugito, M.Kes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya.
2. Dr. Supriyanto, S.Kp, M.Kes sebagai Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya.
3. Supriyanto, S.Kep.Ns, M.Psi sebagai Ketua Program Studi D3 Keperawatan Sidoarjo Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya.
4. Supriyanto, S.Kep.Ns, M.Psi selaku pembimbing utama yang telah memberikan banyak bimbingan, motivasi, dan saran dengan penuh kesabaran selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Dony Sulystiono, S.Kep.Ns, M.Kep selaku penguji yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam menetapkan dan menguji Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Krisnawati, A.Per.Pen., M.M.Kes selaku penguji yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam menetapkan dan menguji Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Bapak, ibu dosen, staf dan karyawan Program Studi D3 Keperawatan Sidoarjo yang telah memberikan bimbingan dan ilmu selama menempuh pendidikan.
8. Ayah, ibu serta keluarga yang selalu memberikan dorongan moril baik berupa do'a dan motivasi serta pengorbanan selama menempuh di Program Studi D3 Keperawatan Sidoarjo.
9. Semua rekan-rekan mahasiswa angkatan 2018 Program Studi D3 Keperawatan Sidoarjo atas motivasi dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Semua pihak yang terlibat dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan Karya Tulis Ilmiah selanjutnya.

Sidoarjo, 22 Maret 2021

Penulis

## ABSTRAK

### ***LITERATURE REVIEW EFEKTIVITAS PEMBERIAN COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY (CBT) PADA PENINGKATAN HARGA DIRI REMAJA***

Oleh : Ajeng Rufaidah Hasanah

*Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* merupakan sebuah metode yang mengkombinasikan terapi pikiran dan perilaku, serta bertujuan untuk mengurangi *distress* psikologis dan pikiran yang salah. Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi efektivitas pemberian *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* pada peningkatan harga diri remaja. Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode *literature review* dengan menggunakan satu jurnal internasional dan empat jurnal nasional dengan terbitan tahun 2016-2020. Kelima jurnal menggunakan studi desain *quasi experimental* dan *true experimental* dengan *pre and post control group* dan *one group pre-post test*. Analisis kelima jurnal menggunakan analisis uji statistik. Populasi dari kelima jurnal ini adalah remaja dengan kisaran umur 10 hingga 20 tahun. Hasil penelitian menunjukkan hasil skor pre test dari kelima jurnal yaitu 36,7 sedangkan hasil post test yaitu 46,9 yang menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* responden mengalami peningkatan harga diri rendah dan hasil dari kelima jurnal menunjukkan *P-Value = 0,00-0,05* yang menyatakan bahwa *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* efektif dalam peningkatan harga diri remaja.

**Kata Kunci :** Terapi perilaku kognitif, Orang dengan masalah kejiwaan, Remaja, Harga diri rendah.

## **ABSTRACT**

*Cognitive Behavioral Therapy (CBT) is a method that combines mind and behavioral therapy, and aims to reduce psychological distress and wrong thoughts. The purpose of this study was to identify the effectiveness of cognitive behavioral therapy (CBT) in adolescent self-esteem. This Scientific Paper uses literature review method using one international journal and four national journals with the 2016-2020 issue. The five journals used quasi experimental and true experimental design studies with pre and post control group and one group pre-post test. Analysis of all five journals using statistical test analysis. The population of these five journals is teenagers ranging in age from 10 to 20 years. The results showed the results of pre-test scores from the five journals were 36.7 while the post test results were 46.9 which showed that after being given Cognitive Behavioral Therapy (CBT) respondents experienced an increase in low self-esteem and the results from all five journals showed P-Value = 0.00-0.05 which stated that Cognitive Behavioral Therapy (CBT) was effective in increasing adolescent self-esteem.*

**Keyword :** *Cognitive Behavioral Therapy (CBT), Mental disorder, Mental health, Self esteem, Low self esteem.*

## PENDAHULUAN

Harga diri pada hakekatnya merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri secara positif maupun negatif (rendah atau tinggi) (Santrock, 2007). Harga diri mengacu kepada evaluasi seseorang tentang dirinya sendiri, baik positif maupun negatif dan menunjukkan tingkat dimana individu meyakini dirinya sendiri sebagai individu yang mampu, penting, berhasil dan berharga (Coopersmith, 1967). Penyebab terjadinya harga diri rendah yaitu merasa sering disalahkan, jarang diberi pujian atas keberhasilannya.

Melansir dari laman kemkes.go.id, dalam Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja adalah seseorang dalam rentang usia 10-18 tahun. WHO memberikan pengertian remaja yang lebih konseptual, hal ini mencakup tiga kriteria yaitu biologis, psikologis, dan sosial ekonomi. Sehingga WHO menetapkan batasan usia dari remaja adalah berkisar antara 10-20 tahun, dan membagi kurun usia tersebut dalam dua bagian yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-20 tahun.

Pengamanan dini mempunyai efek penting. Pengalaman yang positif pada masa kanak-kanak memberdayakan remaja untuk merasa baik tentang diri mereka. Pengalaman negatif sebagai anak dapat mengakibatkan harga diri yang buruk. Mereka mengumpulkan berbagai peran perilaku sejalan dengan mereka menetapkan rasa identitas (Sudijono, 2013).

Penderita gangguan jiwa yang dirawat di ruang kenari pada tanggal 1-3 Juni 2017 sebanyak 55 pasien, yang terdiri dari pasien perilaku kekerasan sebanyak 20 orang (36,4%), pasien halusinasi sebanyak 16 orang (29,1%), pasien harga diri rendah (HDR) 9 orang (16,4%), pasien waham sebanyak 7 orang (12,7%), pasien isolasi sosial sebanyak 3 orang (5,4%). Harga diri rendah menempati urutan ketiga dari masalah keperawatan yang muncul (Data Rekam Medik RSJ Menur, 2017).

Dari beberapa data mengenai gangguan jiwa diatas, salah satu cara atau alternatif peningkatan harga diri yang dapat digunakan yaitu dengan *Cognitive Behavioral Therapy*

(CBT). CBT merupakan sebuah metode yang mengkombinasikan terapi pikiran dan perilaku, serta bertujuan untuk mengurangi *distress* psikologis dan pikiran yang salah dengan cara mengetahui bagaimana integrasi pikiran, perasaan, dan perilaku terhadap masalah yang terjadi (Cully, 2008).

## **TINJAUAN TEORI**

### **Harga Diri**

#### **Definisi Harga Diri**

Harga diri merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri secara positif maupun negatif (rendah ataupun tinggi), harga diri juga dapat diartikan sebagai dimensi *evaluative* yang menyeluruh dari diri itu sendiri (Santrock, 2011)

#### **Komponen Harga Diri**

- a. *Feeling of belonging*
- b. *Feeling of competence*
- c. *Feeling of worth*

#### **Sumber-Sumber Harga Diri**

Coopersmith (1967) menyebutkan bahwa terdapat empat sumber harga diri, yaitu :

- a. Kekuasaan (*Power*)
- b. Keberartian (*Significance*)

- c. Keberartian (*Significance*)
- d. Kemampuan (*Competence*)

### **Karakteristik Harga Diri**

Coopersmith (1967) mengatakan tingkat harga diri individu terbagi menjadi dua golongan, yaitu :

#### a. Harga Diri Tinggi

- 1) Aktif dan dapat mengespresikan diri dengan baik
- 2) Berhasil dalam bidang akademik dan menjalin hubungan sosial
- 3) Dapat menerima kritikan dengan baik

#### b. Harga Diri Rendah

- 1) Memiliki perasaan inferior
- 2) Takut gagal dalam membina hubungan sosial
- 3) Terlihat sebagai orang yang putus asa dan depresi

### **Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri**

- a. *Family Experience*
- b. *Performance Feedback*
- c. *Social Comparison*

## **Cognitive Behavioral Therapy (CBT)**

### **Pengertian Cognitive Behavioral Therapy (CBT)**

*Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* merupakan pendekatan perubahan perilaku yang memfokuskan pada target perilaku itu sendiri, kondisi menghilangkan perilaku, kondisi mempertahankan perilaku dan faktor-faktor yang menguatkan perilaku itu (Altman, 2006).

### **Tujuan Cognitive Behavioral Therapy (CBT)**

(Nelson, 2011) mengatakan pada dasarnya tujuan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* adalah menentang distorsi kognitif yang salah dengan melakukan evaluasi terhadap pemrosesan informasi yang salah.

### **Distorsi Kognitif**

Menurut (Dobson, 2009) jenis-jenis distorsi kognitif yaitu :

- a. *All-or Nothing Thinking* : sempitnya mengklasifikasikan sesuatu sehingga hanya melihat dari dua situasi saja.
- b. *Catastrophization* : hanya melihat kemungkinan terburuk

sehingga cenderung mengabaikan kemungkinan.

- c. *Fortune* : memprediksi kejadian pada masa depan dengan fakta yang terbatas.
- d. *Mind-reading* : pemikiran seseorang yang seolah-olah mengetahui perasaan dari orang lain.
- e. *Disqualifying the positive* : mengabaikan tindakan positif yang telah dilakukan dan cenderung hanya memikirkan hal negatif.
- f. *Magnification/minimization* : membesar-besarkan kesalahan dan mengabaikan informasi positif.
- g. *Selective abstraction* : lebih memilih fokus pada satu informasi dan mengabaikan informasi yang lain.
- h. *Overgeneralization* : memandang semua hal sama saja dengan hanya menggunakan satu sudut pandang saja.
- i. *Misattribution* : kesalahan dalam pengambilan keputusan yang didasarkan pada kejadian tertentu.
- j. *Personalization* : penilaian terhadap diri sendiri sebagai

faktor penyebab dari kegagalan walaupun hal tersebut disebabkan oleh orang lain.

- k. *Emotional reasoning* : perasaan sebagai dasar dari melihat kejadian sehingga ketika merasa buruk maka hal tersebut pasti merupakan hal yang buruk.
- l. *Labeling* : lebih memilih untuk mengabaikan gambaran dari tingkah laku atau aspek dari sesuatu sehingga cenderung menyamakan pandangan pada hal yang berbeda.

### **Karakteristik Cognitive Behavioral Therapy (CBT)**

Corey (2013) berpendapat bahwa ada beberapa karakteristik dan asumsi yang terdapat pada pendekatan Karakteristik *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*, antara lain :

- a. Adanya suatu hubungan kolaboratif antara konselor dengan konseli
- b. Adanya asumsi bahwa tekanan psikologis sebagian besar berasal dari fungsi dari gangguan dalam proses kognitif
- c. Fokus terhadap perubahan kognisi untuk menghasilkan

perubahan yang diinginkan oleh konseli dalam mempengaruhi perilaku konseli

- d. Adanya sikap aktif dan direktif yang ditunjukkan konselor
- e. Adanya perlakuan pendidikan yang berfokus pada masalah target yang tersusun secara terstruktur dan spesifik.

### **Remaja**

#### **Pengertian Remaja**

Hurlock (1980) mengungkapkan remaja sebagai periode peralihan serta menjabarkan arti remaja sebagai tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa.

#### **Tahap Perkembangan Remaja**

Masa remaja berlangsung melalui 3 tahapan yang masing-masing ditandai dengan isu-isu biologik, psikologik dan sosial, menurut Aryani (2010) yaitu :

- a. Masa Remaja Awal (10-13 tahun)
- b. Menengah (14-16 tahun)
- c. Akhir (17 - 19 tahun)

## METODE

Desain penelitian yang terdapat dalam kelima jurnal yaitu 4 menggunakan desain *quasi experimental* dan 1 menggunakan desain *true experimental*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Coopersmith Self-esteem Inventory (SF-CSEI)* dan *Roserberg Self-Esteem Scale*. Analisis yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat.

## HASIL DAN ANALISIS

Karakteristik studi pada 5 jurnal yaitu 4 jurnal Bahasa Indonesia dan 1 jurnal Bahasa Inggris diterbitkan pada tahun 2016-2020 menggunakan *database* pencarian *Google Scholar* dan *Research Gate*.

### Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Nomor Jurnal Penelitian /Artikel				
		1	2	3	4	5
1	Usia	15-20 tahun	10-19 tahun	15-19 tahun	16-18 tahun	13-18 tahun
2	Jenis Kelamin	Laki-laki dan perempuan	Laki-laki	Laki-laki dan perempuan	Laki-laki dan perempuan	Laki-laki dan perempuan
3	Pendidikan	-	-	SMK	SMK	SD, SMP,

						SMA
4	Jumlah Responden	76 remaja	10 remaja	50 remaja	12 remaja	14 remaja

Distribusi Frekuensi Harga Diri Remaja Sebelum dan Sesudah Dilakukan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*

### a. Jurnal 1

Berdasarkan grafik diatas didapatkan rata-rata harga diri narapidana remaja setelah diberikan *cognitive behavior therapy* adalah 20,42 dengan nilai minimum 14 dan nilai maksimal 27. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata harga diri pada narapidana remaja adalah diantara 15,95 sampai dengan 24,90.

### b. Jurnal 2

Berdasarkan grafik diatas didapatkan rata-rata harga diri remaja putra di panti asuhan "M" Klaten sebelum CBT 24,80 setelah dilakukan CBT meningkat menjadi 26,00. sedangkan setelah dilakukan *follow up* meningkat menjadi 28,00.

c. Jurnal 3

Berdasarkan grafik diatas diketahui bahwa remaja memiliki rata-rata *body image satisfaction* yaitu 93,7 sebelum diberikan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) dan sesudah diberikan memiliki rata – rata 108,74 dengan selisih 15,04. Dari hasil analisis data didapatkan bahwa ada perbedaan signifikan antara rata-rata *body image satisfaction* sebelum dan sesudah diberikan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) dimana setelah dilakukan intervensi terjadi peningkatan *body image satisfaction*.

d. Jurnal 4

Berdasarkan grafik diatas nilai rata-rata menunjukkan bahwa harga diri kelompok eksperimen mengalami peningkatan drastis rata-rata dari pretest (M = 28,16; SD = 1,72) ke posttest (M = 47,33; SD = 1,21) dibandingkan dengan kelompok kontrol yang meningkat pada saat pretest (M = 29,00; SD = 0,63) dan posttest (M = 33,38; SD = 1,16). Sedangkan rerata dan deviasi

standar kecenderungan kecanduan ponsel kelompok eksperimen menurun drastis dari pretest (M = 94,33; SD = 4,50) ke posttest (M = 47,16; SD = 1,72) dibandingkan dengan kelompok kontrol menurun pada pretest (M = 86,66; SD = 2,33) dan posttest (M = 74,66; SD = 2,80).

e. Jurnal 5

Berdasarkan grafik di atas dapat diketahui rata-rata skor harga diri remaja sebelum intervensi pada kelompok perlakuan sebesar 20,1 dengan skor terendah 16 dan skor tertinggi 23 (95% CI remaja yang mengalami harga diri rendah sebelum diberikan terapi kognitif pada kelompok perlakuan berada pada rentang 18,7-21,6). Rata-rata skor harga diri remaja sesudah intervensi pada kelompok perlakuan meningkat sebesar 28 (standar deviasi 3,7) di mana skor tersebut menunjukkan bahwa harga diri remaja mengalami peningkatan dengan skor terendah 24 dan skor tertinggi 34. Rata-rata skor harga

diri remaja pada kelompok kontrol sebelum intervensi sebesar 20,6 dengan skor terendah 16 dan skor tertinggi 23 (95% CI remaja pada kelompok kontrol yang mengalami harga diri rendah berada pada rentang 19,5-21,7). Rata-rata skor harga diri remaja pada kelompok kontrol setelah intervensi menjadi 24,2 (standar deviasi 2,9) dimana skor tersebut menunjukkan adanya peningkatan harga diri remaja dengan skor terendah 20 dan skor tertinggi 29.

Efektivitas pemberian CBT terhadap peningkatan harga diri pada remaja didapatkan bahwa sebanyak 4 artikel memiliki nilai *p-value*  $0,00 < 0,01$  yang menunjukkan adanya pengaruh yang sangat signifikan pada pemberian CBT terhadap peningkatan harga diri remaja, sebanyak 1 artikel memiliki nilai *p-value*  $0,0207 < 0,05$  yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pada pemberian CBT terhadap peningkatan harga diri remaja.

## PEMBAHASAN

Dalam hal ini, pemberian *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) terbukti dapat meningkatkan harga diri rendah pada remaja dalam kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Selain itu, skor total harga diri meningkat di kelompok intervensi setelah diberikan intervensi *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT). Sesuai dengan pernyataan Polly Waite a, Freda Mc Manusb, & Roz Shafran (2012) Intervensi *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) membantu mengubah penilaian negatif menjadi positif, mengkompensasi keyakinan negatif yang dimiliki responden, sehingga perilaku yang negatif dapat berubah menjadi perilaku positif. Berdasarkan nilai statistik menunjukkan sebanyak 80% menyatakan bahwa *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) sangat efektif atau terdapat perbedaan yang signifikan dalam meningkatkan harga diri rendah pada remaja. Hasil penelitian juga membuktikan bahwa dengan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) saja peningkatan harga diri pada remaja masih kurang

efektif. Hal tersebut sesuai pula dengan pernyataan Ramadhan (2011) bahwa *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dapat meningkatkan harga diri rendah pada remaja namun masih berada pada kategori rendah dan membutuhkan waktu yang lama untuk melihat efektivitas dari *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT). Pada pemberian *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) yang efektif, responden akan mampu menentang pikiran negatifnya dan akan berpikir positif, menahan emosi dan memikirkan tindakan yang akan dilakukan. Tingkat efektivitas *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam meningkatkan harga diri pada remaja tidak bisa dengan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) saja, tetapi membutuhkan terapi yang lain, meliputi terapi generalis, *reality counseling*, teknik *self instruction*. Oleh karena itu, dalam penatalaksanaan perawatan remaja dengan harga diri rendah dibutuhkan beberapa bentuk terapi yang saling berkesinambungan dan berkelanjutan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis kelima jurnal dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. Terdapat pengaruh positif pada pemberian *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) terhadap harga diri rendah remaja dengan kriteria responden mampu melawan distorsi kognitif, merasa dirinya berguna dan diterima dalam suatu kelompok, dan mulai mampu menilai positif terhadap dirinya.
- b. Peningkatan harga diri rendah pada remaja tidak bisa bergantung pada pemberian *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) saja melainkan memerlukan beberapa intervensi lainnya, seperti terapi generalis, *reality counseling*, dan *self instruction*.
- c. Efektivitas pemberian *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) terhadap peningkatan harga diri remaja pada kelima jurnal yang telah ditelaah menunjukkan hasil 80% sangat signifikan dan 20% lainnya menunjukkan hasil signifikan. Maka dapat

disimpulkan sebagian besar penelitian yang melakukan pemberian *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) efektif terhadap peningkatan harga diri remaja.

### **Saran**

#### **Bagi Peneliti**

Penulisan *literature review* ini dengan judul efektivitas pemberian *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) pada peningkatan harga diri remaja diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat lebih lanjut meneliti tentang pemberian *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) pada peningkatan harga diri remaja dengan tahun terbit terbaru, dan desain penelitian yang sama agar memudahkan peneliti.

#### **Bagi Perkembangan dan Ilmu Keperawatan**

Penulisan *literature review* dengan judul efektivitas pemberian *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) pada peningkatan harga diri remaja diharapkan bisa memberikan wawasan pengetahuan dan menambah refrensi serta petugas rumah sakit dapat

menerapkan terapi pada klien remaja dengan harga diri rendah.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Altman, L. & T. D. A., 2006. *Social Penetration : The Development Or Interpersonal Relationship*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Aryani, R. D., 2010. Pengaruh Kualitas Layanan Terhadap Kepuasan Pelanggan Dalam Membentuk Loyalitas Pelanggan. *Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*.

Aveyard, H., 2010. *Doing a Literature Review in Health and Social Care : A Practical Guide*. 2nd ed. London: Open University Press.

B. Hurlock, E., 1990. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan dalam Suatu Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

- Baron, R. A. & B. D., 2012. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Baron, R. A. & B. D. E., 2004. *Social Psychology*. 10 ed. USA: Pearson.
- Beck, J., 2011. *Cognitive Behavioral Therapy Basic and Beyond*. Second Edition ed. London: The Guilford Press.
- Clemens, H. B. R. C. A., 1995. *Bagaimana Meningkatkan Harga Diri Remaja..* Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Coopersmith, S., 1967. *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: Freeman and Company.
- Corey, G., 2013. *Teori dan Praktek Konseling % Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Cully, J. A. & T. A. L., 2008. *A Therapist's Guide to Brief Cognitive Behavioral*. Houston: Department of Veterans Affairs South Central (MIRECC).
- Dobson, D. & D. K. S., 2009. *Evidence-based practice of cognitive behavioral therapy*. 2nd ed. New York: The Guildford Press.
- Felker, 1974. *The Development of Self Esteem*. New York: William Morrow & Company.
- Frey, D. & C. C., 1987. *Enhancing Self Esteem, Ohio, Accelerated Development*. s.l.:s.n.
- Ghufron, N. d. R. R., 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Ar-ruzz.
- Guindon, M. H., 2010. *Self-esteem across the lifespan :Issues and Interventions..* USA: Taylor and Francis Group, LLC.
- Havighurst, 1961. *Human Developmet & Eduvation*. New York: David Mckay Co.
- Helen Aveyard, P. S., 2017. *A Beginner's Guide to Evidence-Based Practice in Health and Social Care*. 3

- ed. Sydney: McGraw-Hill Education.
- Hurlock, E. B., 1980. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia.
- J. P. Robinson, P. R. S. L. S. W., 1991. *Measures of personaliti and social attitudes*. california: academic pres, inc.
- Michener, H. A. & D. J. D., 1999. *Social Psychology*. 4rd ed. New York: Harcourt Brace Collage Publisher.
- Nelson, J. R., 2011. *Teori dan Praktek Konseling dan Terapi*. Edisi ke-4 ed. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Ramadhan, G., 2011. CBT untuk Meningkatkan Harga Diri (Self Esteem) Remaja.. *Tesis Magister Profesi Psikolog Klinis Anak*..
- S., B. J., 2011. *Cognitive Behavioral Therapy, Basic and Beyond*. 2nd ed. London: The Guildford Press.
- Santrock, J., 2012. *Life-span Development*. 13rd ed. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W., 2011. *Child Development*. Jilid 2 Edisi kesebelas ed. Jakarta: PT. Erlangga.
- Sudijono, A., 2013. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Tambunan, T., 2001. *Teori dan Temuan Empiris*. Jakarta: Ghalia Indonesia.