



**UNTAR**  
Universitas Tarumanagara

## **SKRIPSI**

**Judul:**

Pengaruh Pemberian Pelatihan Pengembangan Diri Untuk  
Meningkatkan Self-esteem Pada Remaja di Dusun  
X Indramayu

**Disusun oleh:**

GUSTINA  
NIM. 705190073

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
2023



05 NOVEMBER 2010

FR-FP-04-06/R0

HAL.  
1/1

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH**

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Gustina**

NIM : **705190073**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

**Pengaruh Pemberian Pelatihan Pengembangan Diri Untuk Meningkatkan Self-esteem Pada Remaja di Dusun X Indramayu**

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 13 Januari 2023

Yang Memberikan Pernyataan



**Gustina**



**SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH**

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Gustina**

N I M : **705190073**

Alamat : **Jl. Gajah Mada No. 169  
Pontianak 78122**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

**Pengaruh Pemberian Pelatihan Pengembangan Diri Untuk Meningkatkan Self-esteem Pada Remaja di Dusun X Indramayu**

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 13 Januari 2023

Yang Membuat Pernyataan

**Gustina**

## Pengesahan

Nama : GUSTINA  
NIM : 705190073  
Program Studi : PSIKOLOGI  
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Pelatihan Pengembangan Diri Untuk Meningkatkan Self-esteem Pada Remaja di Dusun X Indramayu  
Title : The Effect of Providing Self-Development Training to Improve Self-esteem in Adolescents in Dusun X Indramayu

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi PSIKOLOGI Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara pada tanggal 11-Januari -2023.

### Tim Penguji:

1. FRANSISCA IRIANI ROESMALA DEWI, Dra, M.Si., Dr.
2. DEBORA BASARIA, S.Psi., M.Psi, Psikolog
3. NINAWATI, Dra., M.M.

Yang bersangkutan dinyatakan: **LULUS.**

Pembimbing:  
NINAWATI, Dra., M.M.  
NIK/NIP: 10795004



Pembimbing Pendamping:  
UNTUNG SUBROTO, S.Psi., M.Psi.,  
Psikolog  
NIK/NIP: 10711001

Jakarta, 11-Januari-2023

Ketua Program Studi



ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog

## ABSTRAK

**Gustina (705190073)**

**Pengaruh Pemberian Pelatihan Pengembangan Diri Untuk Meningkatkan Self-esteem Pada Remaja di Dusun X Indramayu; Dra. Ninawati, M. M., & Untung Subroto, M. Psi., Psikolog. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xi; 58 halaman, P1-P10, L1-L19)**

*Self-esteem* dalam diri seseorang dapat berbeda-beda pada setiap individu. *Self-esteem* seseorang mungkin tinggi, tetapi di sisi lain mungkin sedang atau rendah. Ada yang merasa bahwa dirinya adalah individu yang berharga dengan penuh percaya diri, tetapi ada juga yang kurang percaya diri dan tidak dapat menghargai diri sendiri. Seseorang mulai mengalami penurunan pada *self-esteem* ketika memasuki usia remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah dengan pemberian pelatihan pengembangan diri dapat meningkatkan *self-esteem* pada remaja di Dusun X Indramayu. Penelitian ini dilakukan dengan jenis penelitian kuantitatif metode eksperimen yang berbentuk *one-group pretest-post-test design*. Subjek dalam penelitian ini merupakan remaja di Dusun X Indramayu yang berjumlah 21 orang dengan 10 orang laki-laki dan 11 orang perempuan yang berusia dimulai dari 13-18 tahun. Intervensi yang diberikan adalah dengan memberikan pelatihan pengembangan diri yang dilakukan selama tujuh kali pertemuan dengan tema dan materi yang berbeda pada setiap pertemuannya. Alat ukur yang digunakan adalah dengan *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES). Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* dengan nilai signifikansi pada uji *Wilcoxon* sebesar  $0.000 < 0.05$  serta rata-rata *pre-test* sebesar 2.4810 dan *post-test* sebesar 2.8952 sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian pelatihan pengembangan diri dalam meningkatkan *self-esteem* pada remaja di Dusun X Indramayu.

Kata Kunci: *self-esteem*, remaja, pelatihan pengembangan diri