

***Gratitude Cognivite Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja dari Orang tua yang Bercerai**

Dian Sartika Sari

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada : Bulaksumur, Caturtunggal, Kec.
Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281

Diansartika92@gmail.com

Dr. Muhana Sofiati Utami, MS.

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada : Bulaksumur, Caturtunggal, Kec.
Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281

muhana@ugm.ac.id

Abstrak. Perceraian akan meninggalkan dampak bagi anak. Penelitian menunjukkan bahwa anak dari orang tua yang bercerai memiliki harga diri yang lebih rendah dari pada orang tua yang tidak bercerai. Orang dengan harga diri rendah cenderung akan mengevaluasi dirinya buruk. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui *Gratitude Cognitive Behavior Therapy* (G- CBT) dalam meningkatkan harga diri pada remaja korban perceraian. Penelitian ini menggunakan *single case* A-B-A-B yang dianalisis secara kuantitatif dengan melihat perubahan skor hasil pengukuran berdasarkan waktu pengukuran dan kualitatif dengan melihat perubahan keadaan subyek dan sebelum dan setelah intervensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa skor harga diri partisipan meningkat setelah diberikan terapi *Gratitude Cognitive Behavior Therapy* (G-CBT) dan pengaruh terapi ini masih berdampak selama 2 minggu setelah diberi perlakuan.

Kata kunci : Harga diri. Remaja korban Perceraian

Gratitude Cognivite Behavior Therapy to increase Self Esteem for Adolescence whose Parents Divorced

Dian Sartika Sari, S.Psi

Psychology Faculty Gadjah Mada University : Bulaksumur, Caturtunggal, Kec. Depok,
Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281

Diansartika92@gmail.com

Dr. Muhana Sofiati Utami, MS.

Psychology Faculty Gadjah Mada University : Bulaksumur, Caturtunggal, Kec. Depok,
Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281

muhana@ugm.ac.id

Abstract. *Divorcing will give effect for their children. Study showed that mostly children from broken home have lower self esteem than children who not from. Adolescence with low self esteem will evaluate their self bad. Grattitude Cognitive Behavior therapy predicted effective to change bad self evaluation to be better self evaluation for increasing self esteem. This aim research is for knowing the effectiveness of Grattitude Cognitive Behavior Therapy (G CBT) to increase self esteem for adolescence from broken home. This study apply single case A-B-A-b design and uses quantitative data analysis methods by looking at changes in the score of measurement results based on the measurement time. The result of this study show that self esteem can be increased by gratittude cognitive behavior therapy and the impact of the therapy still exist amount 2 weeks. Removed treatment not decrease score of self esteem to the starting point. The conclusion of this study is Gratitude Cognitive Behavior Therapy (G-CBT) can be increased sel esteem for teenager with parent's divorce dan this therapy still exist until 2 weeks after. Self esteem not decrease after therapy done.*

Keyword: *Self esteem. Adolescence from broken home. Grattitude Cognitive Behavior Therapy. (G-CBT).*