

Validasi Modul Pelatihan Daring *Master Your Mind* untuk Meningkatkan Harga Diri pada Mahasiswa

*Ajeng Diah Hartawati*¹, *Sri Kusrohmaniah*²,

*Esti Hayu Purnamaningsih*³, *Budi Andayani*⁴

Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada

e-mail: ¹ajenghartawati@gmail.com, ²koes_psi@ugm.ac.id, ³esti@ugm.ac.id

⁴anikoentjoro@ugm.ac.id

Abstract. *Low self-esteem problem causes subjective-wellbeing, social life, and academic achievement problems. Master Your Mind online training module is designed for the answer of the training implementation limitation problems such as costs, time, meeting location, and also covid-19 pandemic conditions, when face-to-face meetings can not be allowed. The content is adapted for the online training procedure using videoconference technology. The module validation process was carried out descriptive research design and a quasi-experimental study, using untreated control group design with dependent pretest and posttest samples. Participants were 34 undergraduate students (17 people for each group) with moderate and low self-esteem levels. The results of the analysis show that the Master Your Mind online training module has good content and functional validity. It showed that this online training increase self-esteem significantly and contributed 77%.*

Keywords: *module validation, online training, self-esteem, videoconference*

Abstrak. Permasalahan harga diri yang rendah dapat mengganggu kesejahteraan diri, hubungan sosial, dan menghambat penyelesaian akademik. Modul pelatihan daring *Master Your Mind* dibuat agar penanganan permasalahan harga diri mahasiswa dapat tetap dilakukan ketika ada keterbatasan biaya, waktu, lokasi pertemuan, tenaga, dan juga kondisi pandemi seperti covid-19, yang tidak memungkinkan ada pertemuan langsung. Isi modul disesuaikan untuk model pelatihan daring dengan media *videoconference*. Proses validasi modul dilakukan dengan desain penelitian deskriptif dan eksperimen kuasi menggunakan *untreated control group design with dependent pretest and posttest samples*. Partisipan penelitian adalah 34 mahasiswa S1 (17 orang pada masing-masing kelompok) dengan tingkat harga diri sedang dan rendah. Hasil analisis menunjukkan modul pelatihan daring *Master Your mind* memiliki validitas isi dan validitas fungsional yang baik, ditunjukkan oleh kemampuan pelatihan ini meningkatkan harga diri mahasiswa dengan kontrobusi sebesar 77%.

Kata kunci: *harga diri, pelatihan daring, validasi modul, videoconference*