
Millieu Therapy Metode Kreasi Seni Modifikasi Lingkungan Terhadap Tingkat Harga Diri Remaja

Athi' Linda Yani^{1*}, Arifa Retnowuni²

¹Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang, athilindayani@fik.unipdu.ac.id

²Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang, arifaretnowuni@fik.unipdu.ac.id

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Perubahan besar-besaran dari masa kanak-kanak menuju dewasa biasa terjadi pada usia 13 sampai 20 tahun. Berdasarkan penelitian sebelumnya menyatakan kesulitan melakukan interaksi sosial dengan teman sebayanya, hubungan sosial dengan kelompok dan kesulitan menghadapi sosial lingkungan barunya. Beberapa santri yang menyatakan stres dengan banyaknya aturan dipesantren, merasa terkenggang dan jauh dari orang tua. Sedangkan 32% orang diantaranya menyatakan mereka tidak percaya diri, sedih, cemas, takut diintimidasi dan semangat belajar menurun Individu yang memandang rendah dirinya akan memiliki dampak eksternal dan internal, dampak eksternal seperti prestasi akademik, dan fungsi hubungan sosial, dampak internalnya seperti konsep diri yang tidak jelas, merasa rendah diri, sering memilih tujuan yang tidak pasti, cenderung pesimis dalam menghadapi masa depan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat harga diri santri setelah diberikan millieu therapy dengan metode kreasi seni modifikasi lingkungan. Desain penelitian menggunakan pra eksperimental dengan pra-post test one group design. Teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling. Sampel diambil sebanyak 24 responden. Dibagi menjadi 4 kelompok masing-masing terdapat 6 orang dalam setiap kelompok. Intervensi diberikan selama 3 minggu. Alat ukur pada penelitian ini menggunakan kuesioner menggunakan rosenberg dan analisa data pada penelitian ini menggunakan uji wilcoxon signed rank test. Hasil analisa menunjukkan hasil $p = 0,030 < \alpha$ ada pengaruh millieu therapy metode kreasi seni modifikasi lingkungan pada tingkat harga diri santri yang tinggal diasrama. Millieu therapy dapat meningkatkan kepedulian dan kepercayaan diri antar teman sebayanya dengan menerapkan kesadaran diri serta komitmen yang disepakati antar teman.

Kata Kunci ; Harga diri, Modifikasi lingkungan, Millieu Therapy

ABSTRACT

Adolescence is a transition period between childhood and adulthood. Massive changes from childhood to adulthood are common at ages 13 to 20 years. Previous research discusses the difficulties of social interaction with peers, social relationships with groups, and difficulty communicating with a social new environment. Some students expressed stress with the number of Islamic boarding school rules, controlled and far from parents. At the same time, 32% of people agreed that they were not confident, sad, anxious, afraid of intimidation, and decreased learning enthusiasm. People who looked down on trust would have an external and internal impact. The external consequence is difficulty reaching academic achievement and social relations. The internal consequence is difficulty reaching internal self-concept, unclear, complicated, uncertain self goals, and pessimistic in the future challenge. This study aimed to know the level of self-esteem of students after being given milieu therapy with environmental modification art creation. The study design uses pre-experimental with pre-post test design of one group. The sampling technique was purposive sampling. Samples were taken as many as 24 respondents and divided into 4 groups of 6 people in each group. The intervention was given for 3 weeks. In this study, measuring instruments used a questionnaire using Rosenberg and data analysis using the Wilcoxon test signed a ranking test. The statistical analysis showed the results of $p = 0.030 < \alpha$. There was a milieu effect of therapeutic methods of environmental modification art creation on students' level of self-esteem living in the dormitory. Milieu therapy can increase awareness and self-confidence between peers with the approval of self-confidence and commitments agreed between friends.

Keywords: Self-esteem, Environmental modification, Millieu Therapy

*Korespondensi Author: Athi' Linda Yani, Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum, athilindayani@fik.unipdu.ac.id
085649336469

I. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa penting dan kritis sebagai pengembangan individu, periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, harga diri memiliki peran yang sangat penting selama periode ini. Perubahan besar-besaran dari masa kanak-kanak menuju dewasa biasa terjadi pada usia 13 sampai 20 tahun. Berdasarkan penelitian sebelumnya menyatakan kesulitan melakukan interaksi sosial dengan teman sebayanya, hubungan sosial dengan kelompok dan kesulitan menghadapi sosial lingkungan barunya. Remaja yang mengalami kesulitan dalam melakukan interaksi sosial ditandai dengan perilaku agresif bolos sekolah, berbohong dan tidak mau bergabung dengan teman sebayanya.¹ Sejalan dengan pendapat lain bahwa remaja yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial akan menunjukkan perilaku destruktif dan konfrontasi.²

Santri yang tinggal di pesantren mereka rata-rata memasuki usia remaja awal. Pada tahun pertama santri tinggal di pesantren mempunyai tugas besar antara lain penyesuaian sosial, beradaptasi dengan lingkungan baru, teman-teman yang baru dan juga harus belajar mandiri karena mereka tinggal jauh dari kedua orang tuanya. Selama 24 jam, kegiatan santri dilakukan secara mandiri dengan adanya pengawasan dari pembina. Santri harus mengikuti aturan yang berlaku di pesantren, mulai dari kegiatan ibadah, kedisiplinan belajar, waktu istirahat, mengatur keuangan sendiri dan menjaga kesehatan. Remaja yang memiliki harga diri yang tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan, dan yakin dapat mencapai prestasi yang di harapkan, sehingga keyakinan itu akan memotivasi remaja tersebut untuk dapat bertahan di lingkungan barunya.³ Sebaliknya Remaja yang memiliki harga diri rendah cenderung menganggap dirinya tidak berharga dan tidak memiliki kemampuan seperti teman lainnya. Remaja tidak berani mengambil tantangan baru, tidak memiliki kepercayaan diri terhadap kemampuannya, cenderung takut dan merasa

tidak mampu berkomunikasi dengan orang baru yang dikenal, serta selalu merasa hidupnya tidak Bahagia.⁴

Namun kenyataan yang terjadi sebagian besar santri belum mengerti apa yang menjadi tanggung jawab santri dan yang harus dilakukan pada tahun pertama di pondok pesantren seperti halnya santri harus mengikuti sholat berjamaah, bangun tengah malam sholat tahajud, mengaji, dll. Selain kegiatan rutin di pesantren, santri juga dituntut agar belajar mandiri mulai dari mencuci baju sendiri, merapikan kamar, ada piket membersihkan kamar mandi umum, harus mengantri makanan dan mencuci tempat makan sendiri. masih ditemukan santri yang sering menangis ingin pulang karena belum nyaman tinggal di pondok pesantren, tidak punya teman, sering sakit dan bolos sekolah. Banyak juga santri yang melakukan pelanggaran di pesantren hal tersebut dikarenakan mereka yang datang untuk mondok karena paksaan dari orang tuanya sehingga sebagai bentuk protes mereka dengan sengaja melanggar aturan tata tertib yang ada di pesantren dan akhirnya minta boyong.⁵ Bahkan ada beberapa santri yang menyatakan stres dengan banyaknya aturan di pesantren, merasa terkenggang dan jauh dari orang tua. Sedangkan 32% orang diantaranya menyatakan mereka tidak percaya diri, sedih, cemas, takut diintimidasi dan semangat belajar menurun.⁶

Harga diri pada remaja sangat krusial karena berdampak pada beberapa aspek penting dalam perkembangan remaja. Individu yang memandang rendah dirinya akan memiliki dampak eksternal dan internal, dampak eksternal seperti prestasi akademik, dan fungsi hubungan sosial, dampak internalnya seperti konsep diri yang tidak jelas, merasa rendah diri, sering memilih tujuan yang tidak pasti, cenderung pesimis dalam menghadapi masa depan, mengingat masa lalu secara negatif dan berkubang dalam perasaan negative bahkan psikopatologi pada anak dan remaja. Bila tidak segera di atasi dapat menyebabkan kondisi dimana remaja tidak memiliki kemauan untuk bergaul dengan orang lain, mengalami isolasi

sosial yang dapat membuat mereka asyik dengan dunia dan pikirannya sendiri sehingga dapat muncul resiko perilaku kekerasan, lebih mudah terkena depresi hingga resiko bunuh diri.⁷

Beberapa penelitian terdahulu untuk meningkatkan kepercayaan diri seseorang dengan memberikan terapi lingkungan, menurut Yusuf (2018) *milieu therapi* atau terapi lingkungan dapat meningkatkan kepercayaan diri dan mengembangkan harga diri pasien.⁸ Terapi lingkungan dapat meningkatkan pengalaman positif pada pasien dengan cara membantu individu dalam mengembangkan harga diri, menumbuhkan sikap percaya pada orang lain, mempersiapkan diri kembali ke masyarakat, dan mencapai perubahan yang positif.⁹ Beberapa jenis kegiatan terapi lingkungan yaitu terapi rekreasi, terapi kreasi seni, terapi dengan menggambar dan melukis, literatur atau *bibliotherapy*, *pet therapy*, dan *plant therapy*. Peneliti memilih jenis metode *milieu therapi* kreasi seni modifikasi lingkungan kamar asrama, kegiatan ini dapat dilakukan secara konstruktif dan menyenangkan serta mengembangkan kemampuan hubungan sosial. Modifikasi lingkungan dengan menghias kamar dan membagi menjadi beberapa zona untuk menggambarkan rasa cinta, kasih sayang, emosi dan keindahan. Kelebihan dan keuntungan dari metode kreasi seni remaja dapat menyalurkan kreatifitasnya, menciptakan hasil karya, dan saling menghargai satu sama lain sehingga meningkatkan kepercayaan diri santri, mereka merasa nyaman dengan lingkungannya, santri mendapat kesempatan yang sama dan tidak ada perbedaan atau rasa takut, selain itu mereka dapat bekerja sama untuk melakukan kebaikan dan meningkatkan kesadaran satu sama lain. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti bermaksud memberikan *milieu therapi* kreasi seni modifikasi lingkungan untuk meningkatkan harga diri remaja yang tinggal diasrama.

II. METODOLOGI

Desain penelitian menggunakan pra eksperimental dengan *pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive*

sampling dengan kriteria peneliti, responden adalah santri yang tinggal diasrama, kurang percaya diri setelah diukur menggunakan *rosenberg's self esteem scale*, bersedia menjadi responden. Sampel diambil sebanyak 24 responden. Dibagi menjadi 4 kelompok masing-masing terdapat 6 orang dalam setiap kelompok. Intervensi diberikan selama 3 minggu, sebelumnya responden mengisi kuesioner *rosenberg's self esteem scale* dengan menggunakan angket tertutup skala likert, untuk pertanyaan terdiri dari *favourable dan unfavourable* dan hasil skor dikategorikan menjadi dua yaitu harga diri rendah jika < 20 skornya dan skor responden > 20 memiliki harga diri tinggi. Untuk melihat tingkat harga dirinya, setelah diberikan perlakuan responden diminta untuk mengisi kuesioner lagi. Setelah itu hasil kuesioner ditabulasi dan dianalisis dengan menggunakan program SPSS dengan uji *wilcoxon signed rank test* untuk membandingkan data *ordinal pre test dan post test* intervensi. Hasil uji statistik dengan menggunakan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$, yang artinya bila nilai $\alpha \leq 0,05$ maka ada perbandingan data sebelumnya dan setelah dilakukan intervensi.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Data karakteristik umum responden N= 24

Data umum	Kategori	f	%
umur	(11-13)	11	45,8
	(14-15)	8	33,3
	(16)	5	20,8
Jenis kelamin	Laki-laki	10	41,6
	Perempuan	14	58,3
Pendidikan	Tujuh	10	41,6
	Delapan	9	37,5
	Sembilan	5	20,8

Dari data diatas hasil analisa data secara deskriptif berdasarkan karakteristik umum responden berdasarkan kelompok usia sebagian banyak mereka masuk usia remaja awal sebanyak

(45,8%), sedangkan dilihat berdasarkan jenis kelamin responden banyak yang perempuan (58,3%) dan berdasarkan tingkat pendidikan paling banyak responden duduk kelas tujuh sebanyak (41,6%). Pembentukan harga diri dimulai ketika seseorang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan hasil dari proses lingkungan, penghargaan, penerimaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya. Terdapat beberapa ubahan dalam harga diri yang dapat dijelaskan melalui konsep-konsep kesuksesan, nilai, aspirasi, dan mekanisme pertahanan diri seseorang.

Tabel 2. Data Tingkat Harga diri responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi N= 24

	Kategori	f	%
Pre test	Harga diri rendah	17	70,8
	Harga diri tinggi	7	29,2
Post test	Harga diri rendah	10	41,6
	Harga diri tinggi	14	58,3

Dari data diatas dapat diketahui tingkat harga diri remaja sebelum diberikan terapi lingkungan kreasi seni sebanyak 17 orang (70,8 %) mengalami tingkat harga diri rendah dan setelah diberikan terapi lingkungan kreasi seni selama 3 minggu terdapat perubahan, dari hasil *uji statistik wilcoxon Sign Rank Test* menunjukkan hasil $p = 0,030 < \alpha$ yang bermakna H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga ada pengaruh *millieu therapy* metode kreasi seni modifikasi lingkungan pada tingkat harga diri remaja yang tinggal di asrama. Sejauh mana remaja merasa aman dalam bertingkah laku karena mengetahui apa yang diharapkan oleh orang lain dan tidak takut disalahkan. Remaja merasa yakin atas apa yang dilakukannya sehingga merasa lebih percaya diri terhadap apa yang akan terjadi pada dirinya.

Pembahasan

Tingkat harga diri remaja sebelum diberikan intervensi sebanyak 17 orang (70,8 %) mengalami harga diri rendah, banyak dari mereka yang merasa kesepian, tidak berani bergaul dengan teman sebayanya. Sebagian remaja dari mereka merasa bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan yang sama seperti teman-teman lainnya, merasa tidak punya teman, takut ditertawakan dan merasa tidak betah tinggal diasrama. Kesepian merupakan penilaian subyektif individu tentang apa yang dirasakan. Sebagian orang menganggap kesepian suatu kondisi yang wajar namun beberapa orang lainnya menanggapi suatu kesedihan yang mendalam. berdasarkan penelitian bahwa kesepian bukan dilihat dari kuantitas melainkan dari kualitas hubungan mereka.⁸

Remaja yang memiliki harga diri tinggi dapat melakukan penyesuaian diri di lingkungan sosialnya dengan baik. Begitu juga sebaliknya bagi individu yang harga dirinya rendah akan sulit untuk melakukan interaksi sosial dengan sekitarnya. Hal ini ditunjang dengan data penelitian sebelumnya bahwa ada hubungan positif antara harga diri dengan interaksi sosial. Individu yang memiliki harga diri positif maka akan lebih berharga, percaya diri, memiliki kepedulian yang tinggi dan mampu memberikan penghargaan terhadap dirinya sendiri.

Tingkat pendidikan, jenis kelamin dan usia seseorang juga mempengaruhi bagaimana cara seseorang menilai terhadap kemampuan dirinya. Dari data diatas menunjukkan data pendidikan paling banyak mereka berada dikelas tujuh sebanyak (41,6 %), upaya untuk menyelesaikan sebuah permasalahan juga dipengaruhi dari tingkat pendidikan seseorang. Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi daya tangkap, daya ingat, kemampuan mendengar, menyerap informasi dan cara menyelesaikan masalah. semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin banyak pengalaman hidup yang dialaminya, sehingga akan lebih siap dalam menghadapi masalah yang terjadi.¹⁰

Berdasarkan jenis kelamin paling banyak jenis kelamin perempuan sebanyak (58,3%). Perempuan lebih rentan untuk ansietas dibanding laki-laki karena perempuan lebih mudah dipengaruhi oleh tekanan-tekanan lingkungan. Perbedaan jenis kelamin juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi psikologis remaja, sehingga akan berdampak pada bentuk adaptasi yang digunakan.¹¹ Perempuan banyak mengalami stres karena lebih sering terpajan dengan stressor lingkungan dan ambangnya terhadap stressor lebih rentan bila dibandingkan laki-laki.⁸ Sedangkan dilihat dari faktor usia data menunjukkan paling banyak responden berusia (11-13) tahun sebanyak 45,8% hal ini ditunjang dari penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa pada usia remaja harga diri seseorang cenderung menurun, dan jika dilihat dari gender harga diri laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan yang biasa terjadi di usia 12 sampai 17 tahun, rendahnya harga diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor orang lain, hubungan dengan keluarga, teman dan orang tuanya.⁴

Penelitian diatas sebelum dan sesudah diberikan perlakuan *millieu therapy* menunjukkan adanya pengaruh terhadap tingkat harga diri pada santri. Sebelum diberikan terapi lingkungan kreasi seni sebanyak 17 orang (70,8 %) mengalami tingkat harga diri rendah dan setelah diberikan terapi lingkungan kreasi seni selama 3 minggu terdapat perubahan, dari hasil *uji statistik wilcoxon Sign Rank Test* menunjukkan hasil $p = 0,030 < \alpha$. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa pemberian terapi kreasi seni terhadap tingkat harga diri seseorang. *Millieu therapy* merupakan kreasi seni yang bertujuan untuk meningkatkan kreatifitas serta hubungan sosial seseorang dengan orang lain. Selain itu terapi ini dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang, menumbuhkan sikap percaya diri pada orang lain dan meningkatkan kemampuan berinteraksi dengan orang lain.¹²

Millieu Therapy adalah sebuah perencanaan lingkungan perawatan dimana kejadian dan interaksi setiap hari dirancang secara terapeutik dengan tujuan meningkatkan

ketrampilan sosial, membangun rasa percaya diri dan meningkatkan harga diri.¹³ Metode kreasi seni dengan memodifikasi lingkungan dapat menciptakan lingkungan menjadi nyaman serta kondusif. Selain itu juga dapat meningkatkan kreatifitas, menghasilkan suatu karya dan meningkatkan kerjasama dengan tim sehingga terjalin hubungan sosial yang baik.¹⁴

Adapun hasil yang telah dicapai adalah meningkatnya kesadaran dari para santri terhadap kesehatan diri maupun lingkungan disekitar mereka, meningkatnya kepedulian antar teman, tanggung jawab dan saling menghargai satu sama lain, serta membuat lingkungan Ramah Santri. Sebelum proses pelaksanaan kegiatan, santri mengisi kuesioner yang disebar oleh peneliti untuk mengukur tingkat harga dirinya dari hasil pre test kebanyakan santri mengalami harga diri rendah, mereka merasa tidak percaya diri, malu dan tidak berani kenalan sama teman yang tidak satu kamar, takut ditertawakan dan pingin boyong karena merasa tidak punya teman. Banyak diantara mereka yang belum mengenal satu sama lain, dan tidak peduli dengan temannya.

Peneliti sebelum memberikan perlakuan terlebih dahulu mengukur tingkat harga diri santri dengan menggunakan kuesioner *rosenberg's self esteem scale*. Setelah itu santri dikelompokkan berdasarkan kamar dan peneliti memberikan terapi lingkungan dengan metode kreasi seni dalam memodifikasi lingkungan dengan memberikan lingkungan yang memberi ruang fisik dan emosi di asrama dengan membuat zona harapan, zona emosi, zona kebersihan, dan zona kebaikan. Setelah itu santri dikelompokkan sesuai masing-masing kamar, santri diajarkan untuk membuat zona-zona dikamar mereka sekreatif mungkin. Tujuan dari pembuatan zona tersebut agar santri dapat saling menghormati, menghargai perasaan teman satu sama lain. Selain itu, peneliti membuat kesepakatan yang disepakati secara bersama-sama dengan santri dan untuk *golden rulanya* mereka harus saling peduli, bertanggung jawab, menciptakan lingkungan yang nyaman dan aman dengan menggunakan 3 kata sakti yaitu "Maaf, Tolong,

Terimakasih” untuk setiap perbuatan yang mereka lakukan di pondok. Setiap 3 hari sekali dilakukan pengecekan di masing-masing kamar santri, pencatatan jumlah penghargaan dari teman mereka dan pelanggaran-pelanggaran yang mereka lakukan. Setelah 3 minggu kegiatan dilaksanakan selanjutnya dievaluasi, peneliti membagikan kuesioner *rosenberg's self esteem scale* untuk menilai tingkat harga diri santri setelah diobservasi santri merasa lebih percaya diri, senang, nyaman tinggal di asramanya, punya banyak teman dan termotivasi untuk belajar, dari sini dapat dilihat adanya bahwa adanya pengaruh *millieu therapy* terhadap tingkat harga diri santri.

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa ditandai dengan timbulnya perubahan fisik dan psikis, keinginan bebas dari kekuasaan, rasa ingin tahu, mencari dan menemukan identitas diri, pembentukan kelompok sebaya dan sebagainya. Masa remaja merupakan masa yang paling menentukan terjadinya harga diri.⁴ Harga diri juga dapat diartikan sebagai evaluasi yang dilakukan individu dan kebiasaan individu memandang diri sendiri, terutama mengenai sikap penerimaan dan indikasi atas seberapa besar kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan.¹

Harga diri (*Self Esteem*) yang dimiliki santri baru menentukan kesanggupannya dalam menjalin hubungan dengan orang maupun lingkungan yang baru. Harga diri merupakan objek dari kesadaran diri, evaluasi diri, dan juga penentu perilaku.¹⁵ Perilaku yang ditunjukkan oleh santri yang memiliki harga diri yang tinggi akan memiliki kepercayaan tinggi sehingga tidak memiliki perspektif yang buruk mengenai dirinya sendiri, lebih bersyukur, menghargai, menjaga kesehatan jiwa raganya dan akan lebih memiliki kemampuan untuk melakukan penyesuaian yang menyenangkan dibandingkan dengan individu yang memiliki harga diri yang rendah.¹⁶ Harga diri dapat meningkatkan keberhasilan remaja untuk keyakinan diri dan memiliki peran penting saat berinteraksi serta menyesuaikan diri dengan

sosial. Penyesuaian sosial adalah proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri yang dapat diterima oleh lingkungannya.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa ada pengaruh *millieu therapy* terhadap tingkat harga diri santri yang tinggal diasrama dengan menggunakan metode kreasi seni memodifikasi lingkungan sehingga merasa lebih percaya diri, merasa nyaman, saling peduli dan menghormati satu sama lain. Saran untuk pengasuh asrama agar dapat melakukan *millieu therapy* dilingkungan asramanya khususnya pada santri baru yang masuk.

V. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pengasuh asrama Al-falah PP. Darul Ulum yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian pada santri yang tinggal diasrama. Semoga dapat bermanfaat untuk pengembangan keperawatan jiwa khususnya pada remaja.

REFERENSI

1. Lestari DP. Bimbingan dan konseling pribadi sosial dalam mengatasi kesulitan penyesuaian sosial siswa MTs Negeri 1 Yogyakarta tahun 2014 [tesis]. Yogyakarta: UIN Yogyakarta; 2014.
2. Ahmad S, Naqvi I. Moderating impact of social adjustment. *Pakistan J Psychol Res.* 2016 ; 13 (1): 267–91.
3. Minev M, Petrova B, Mineva K, Petkova M, Strebkova, R. Self-esteem in adolescents. *Trakia Journal of Sciences.* 2018; 16(2): 114–18.
4. Kamila I, Mukhlis. Perbedaan Harga Diri (Self Esteem) Remaja. *Jurnal Psikologi.* 2013; 6 (2): 100–12.
5. Yani LA, Winarni I, Lestari R. Eksplorasi fenomena korban bullying pada kesehatan jiwa remaja di pesantren. *Ilmu Keperawatan.* 2016; 4 (2): 99–113.
6. Retnowuni A, Yani L. Pengalaman santri mengikuti program GPM (Gerakan Pondok Menyenangkan). *Jurnal EDUNursing.* 2019; 2 (1): 109–18.

-
7. Taylor SE. Psikologi Sosial Edisi ke Dua. Jakarta: Kencana Prenada Media Group; 2012.
 8. Yusuf A, Kurnia ID, Noerviana MAD. Pengaruh millieu therapy metode kreasi seni membuat gelang terhadap penurunan kesepian (loneliness) lansia. MMK. 2018; 1(1): 109–18.
 9. Yosep I, Sutini T. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Bandung: Refika Aditama; 2016.
 10. Anny M, Hamid AY, Sabri L. Pengaruh latihan ketrampilan sosial terhadap kemampuan sosialisasi. J Kesehat. 2012; 2 (2): 120–9.
 11. Kaplan S, Sadock BJ, Grebb JA . Sinopsis Psikiatri: Ilmu Pengetahuan Psikiatri Klinis. Jakarta: Bina Rupa Aksara; 2010.
 12. Stuart GW, Keliat AB. Prinsip dan Praktik keperawatan kesehatan jiwa Edisi indonesia pertama. Singapore: Elseiver; 2016.
 13. Aronson E, Timothy D, Wilson, Akert, Robin M. Social Psychology. New York: Prentice; 2010.
 14. Kusumawati FH, Hartono Y. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta: Salemba Medika; 2012.
 15. Baron, Robeth A. Psikologi Sosial Jilid 2. Jakarta: Erlangga; 2012.
 16. Rhamadan A. Hubungan Gaya Hidup Konsumtif Harga Diri Mahasiswa. Jakarta: Universitas Indonesia; 2012.