

“Aku Berharga”: A Psychoeducational Program to Improve Elementary Students’ Self-Esteem

“Aku Berharga”: Program Psikoedukasi untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa Sekolah Dasar

Fransisca Iriani Roesmala Dewi ¹, Salsa Hanifah Maryam ², Safa Canina Ibrahim ³, Awrel Nindya Margaretha ⁴, Jessica Elisabeth ⁵, Hana Putri Chandra ⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No.1, Grogol, Kota Jakarta Barat, DKI Jakarta 11440, Indonesia

Keywords:

Self-esteem,
Psychoeducation,
Elementary school
students,
Self-development,
Community service

ABSTRACT

Low self-esteem in elementary school students may affect confidence, classroom participation, and social interaction during the learning process. This community service program aimed to improve the self-esteem of fourth-grade students at SDN Maleber through psychoeducation and interactive activities. The program was conducted over three days involving 22 students. The implementation stages included initial observation, pre-test administration, psychoeducation sessions, group games, positive affirmation activities, self-reflection, interactive discussions, and post-test evaluation using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). The instrument demonstrated good reliability with a Cronbach’s alpha value of 0.784. Descriptive analysis showed an increase in the average self-esteem score from 25.32 before the intervention to 28.55 after the intervention. Data analysis using the Wilcoxon Signed-Rank Test showed a significant increase in students’ self-esteem after participating in the program ($p = 0.004$). In addition, students appeared more confident, active, and willing to express their opinions during classroom activities. These findings indicate that psychoeducation and participatory activities can positively support the development of self-esteem among elementary school students.

Kata Kunci:

Harga diri,
psikoedukasi,
siswa sekolah dasar,
pengembangan diri,
pengabdian
masyarakat

ABSTRAKSI

Harga diri yang rendah pada siswa sekolah dasar dapat mempengaruhi kepercayaan diri, partisipasi di kelas, serta interaksi sosial selama proses pembelajaran. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan harga diri siswa kelas IV SDN Maleber melalui pendekatan psikoedukasi dan aktivitas interaktif. Program dilaksanakan selama tiga hari dengan melibatkan 22 siswa. Tahapan kegiatan meliputi observasi awal, pengisian pre-test, sesi psikoedukasi, permainan kelompok, aktivitas afirmasi positif, refleksi diri, diskusi interaktif, serta evaluasi post-test menggunakan Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Instrumen menunjukkan reliabilitas yang baik dengan nilai Cronbach’s alpha sebesar 0,784. Hasil analisis deskriptif menunjukkan peningkatan rata-rata skor harga diri dari 25,32 sebelum intervensi menjadi 28,55 setelah intervensi. Analisis menggunakan Wilcoxon Signed-Rank Test menunjukkan adanya peningkatan harga diri yang signifikan setelah siswa mengikuti program ($p = 0,004$). Selain itu, siswa tampak lebih percaya diri, lebih aktif berpartisipasi, serta lebih berani menyampaikan pendapat selama kegiatan berlangsung. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukasi dan aktivitas partisipatif dapat mendukung pengembangan harga diri siswa sekolah dasar secara positif.

*Corresponding author: fransiscar@fpsi.untar.ac.id

Peer review under responsibility of Lembaga Penelitian & Pengabdian Masyarakat Univ. Amikom Yogyakarta.

©2026 Hosting by Universitas Amikom Yogyakarta. All rights reserved.

<https://doi.org/10.24076/swagati.2026v4i2.2782>

1. Introduction

Harga diri merupakan salah satu aspek psikologis yang berperan penting dalam perkembangan anak usia sekolah dasar. Harga diri mengacu pada cara individu menilai, menerima, dan memandang dirinya sendiri, baik dalam aspek kemampuan, keberhargaan diri, maupun penerimaan terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimiliki [1], [11]. Pada masa sekolah dasar, perkembangan penilaian diri menjadi penting karena anak mulai aktif membangun hubungan sosial dengan teman sebaya, guru, dan lingkungan sekolah. Interaksi sosial serta pengalaman belajar yang diperoleh anak selama berada di lingkungan sekolah dapat memengaruhi cara anak memandang dirinya sendiri, termasuk dalam hal keberanian, keyakinan terhadap kemampuan diri, serta cara anak merespons keberhasilan maupun kegagalan yang dialaminya [1], [15], [19].

Perkembangan harga diri anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti dukungan sosial, pola asuh, pengalaman belajar, dan kualitas interaksi yang diterima anak dari lingkungan sekitarnya [2], [6], [17]. Dalam konteks pendidikan dasar, dukungan dari guru dan teman sebaya menjadi salah satu faktor penting dalam pembentukan persepsi positif terhadap diri siswa. Anak yang memperoleh apresiasi, kesempatan untuk mencoba, serta lingkungan belajar yang suportif cenderung memiliki keyakinan diri yang lebih baik dibandingkan anak yang sering menerima kritik negatif atau kurang mendapatkan dukungan sosial [2]. Selain itu, harga diri juga berkaitan dengan kesehatan mental, kemampuan penyesuaian diri, perilaku sosial, serta keberanian siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas [3], [4], [7], [16]. Sebaliknya, siswa dengan harga diri rendah cenderung lebih mudah merasa takut melakukan kesalahan, malu menyampaikan pendapat, menarik diri dari lingkungan sosial, dan kurang yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya [5], [13].

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat siswa sekolah dasar yang mengalami kesulitan dalam menampilkan rasa percaya diri ketika mengikuti kegiatan belajar. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sebagian siswa sekolah dasar masih memiliki tingkat harga diri pada kategori sedang hingga rendah sehingga memerlukan dukungan yang lebih optimal untuk mengembangkan kepercayaan diri dan penerimaan terhadap dirinya [5]. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa siswa sekolah dasar masih mengalami rasa malu dan kurang percaya diri saat melakukan presentasi di depan kelas maupun ketika harus berbicara di hadapan teman-temannya [8], [14]. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penguatan aspek sosial-emosional, khususnya yang berkaitan dengan penilaian diri dan keberanian mengekspresikan diri, masih menjadi kebutuhan penting pada siswa sekolah dasar.

Kondisi serupa ditemukan pada siswa kelas IV SDN Maleber, Kecamatan Pacet, Kabupaten Cianjur. Berdasarkan hasil observasi awal dan diskusi dengan guru kelas, ditemukan bahwa sebagian siswa masih menunjukkan keraguan ketika diminta menjawab pertanyaan maupun menyampaikan pendapat di depan kelas. Dari 22 siswa yang mengikuti kegiatan, hanya 6 siswa yang bersedia maju ke depan kelas tanpa dorongan atau arahan berulang dari guru.

Sebagian siswa lainnya tampak ragu, menolak secara halus, atau membutuhkan persuasi terlebih dahulu sebelum bersedia berpartisipasi dalam kegiatan kelas. Selain itu, beberapa siswa terlihat kurang yakin terhadap kemampuan yang dimiliki dan menunjukkan kekhawatiran ketika melakukan kesalahan saat menjawab pertanyaan. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil pengukuran awal menggunakan Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) yang menunjukkan rata-rata skor self-esteem siswa sebesar 25,32 sebelum pelaksanaan program. Kondisi tersebut mengindikasikan perlunya upaya penguatan harga diri agar siswa lebih percaya diri, berani mengekspresikan diri, serta mampu berpartisipasi secara aktif dalam proses pembelajaran.

Apabila kondisi tersebut tidak mendapatkan perhatian yang memadai, siswa berpotensi mengalami kesulitan dalam mengembangkan kepercayaan diri dan keterampilan sosial yang diperlukan selama proses pembelajaran. Harga diri yang rendah tidak hanya dapat mempengaruhi keberanian siswa dalam berpartisipasi di kelas, tetapi juga dapat menghambat kemampuan mereka untuk mencoba hal-hal baru, mengemukakan pendapat, dan mengembangkan potensi diri secara optimal [3], [7]. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga memberikan dukungan terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa agar mereka mampu membangun persepsi diri yang lebih positif.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu meningkatkan harga diri siswa sekolah dasar adalah melalui kegiatan interaktif dan partisipatif. Aktivitas seperti *storytelling*, permainan kelompok, afirmasi positif, dan *positive self-talk* diketahui dapat membantu siswa lebih berani mengekspresikan diri dan membangun persepsi diri yang lebih positif [8], [9]. Penelitian menunjukkan bahwa metode *storytelling* efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah dasar karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk berlatih berbicara dan menampilkan dirinya secara bertahap [8]. Selain itu, *positive self-talk* dapat membantu meningkatkan keyakinan diri siswa sekolah dasar melalui pembiasaan berpikir positif terhadap kemampuan dirinya [9]. Pendekatan interaktif seperti ini dinilai sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar karena siswa cenderung lebih mudah memahami materi melalui aktivitas bermain, praktik langsung, dan keterlibatan aktif selama proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk program "Aku Berharga" yang bertujuan membantu meningkatkan harga diri siswa kelas IV SDN Maleber melalui pendekatan psikoedukasi dan aktivitas interaktif. Program dilaksanakan menggunakan berbagai kegiatan seperti penyampaian materi sederhana mengenai pentingnya menghargai diri sendiri, permainan kelompok, refleksi diri, afirmasi positif, *storytelling*, serta latihan keberanian tampil di depan kelas. Melalui kegiatan tersebut, siswa diharapkan mampu mengenali kelebihan dirinya, membangun keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, serta lebih berani mengekspresikan pendapat dan potensi diri di lingkungan sekolah. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat menjadi salah satu bentuk penguatan aspek sosial-emosional siswa sekolah dasar melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang edukatif, partisipatif, dan aplikatif.

2. Method

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SDN Maleber, Kecamatan Pacet, Kabupaten Cianjur dengan melibatkan 22 siswa kelas IV sekolah dasar. Program dilaksanakan dalam bentuk psikoedukasi dan aktivitas interaktif yang bertujuan membantu meningkatkan harga diri siswa melalui kegiatan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar. Pendekatan yang digunakan bersifat edukatif, partisipatif, dan interaktif agar siswa tidak hanya menerima materi secara pasif, tetapi juga terlibat aktif selama proses kegiatan berlangsung. Pendekatan tersebut dipilih karena perkembangan harga diri pada anak dipengaruhi oleh pengalaman belajar, dukungan sosial, dan kesempatan untuk memperoleh pengalaman positif dalam lingkungan sekolah [1], [2], [17]. Rangkaian pelaksanaan program disajikan pada *Table 1*.

Table 1. Tahapan Pelaksanaan Program “Aku Berharga”

Tahap	Kegiatan Utama	Tujuan
Persiapan	Observasi dan koordinasi sekolah	Identifikasi kebutuhan siswa
Hari 1	Pre-test RSES, psikoedukasi, dan refleksi diri	Mengenali kondisi awal dan potensi diri siswa
Hari 2	Permainan kelompok, <i>storytelling</i> , afirmasi positif, dan <i>hot seat</i>	Meningkatkan kepercayaan diri dan interaksi sosial
Hari 3	Psikoedukasi lanjutan, refleksi diri, post-test, dan evaluasi	Memperkuat pemahaman dan mengevaluasi perubahan harga diri
Analisis Data	Analisis deskriptif, Shapiro-Wilk, dan Wilcoxon Signed-Rank Test	Mengetahui perubahan skor harga diri

Pelaksanaan program diawali dengan observasi dan koordinasi bersama pihak sekolah untuk mengidentifikasi kebutuhan siswa serta menyesuaikan rancangan kegiatan dengan karakteristik peserta. Hasil observasi digunakan sebagai dasar dalam penyusunan materi dan aktivitas yang bertujuan membantu siswa mengenali kemampuan dirinya, memperoleh pengalaman sosial yang positif, serta meningkatkan keberanian untuk mengekspresikan diri selama proses pembelajaran berlangsung [1], [2], [17].

Pada hari pertama, siswa mengisi pre-test menggunakan Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) untuk memperoleh gambaran awal mengenai tingkat harga diri peserta sebelum

mengikuti program. Instrumen ini dipilih karena merupakan salah satu alat ukur yang paling banyak digunakan untuk mengukur harga diri individu dan telah memiliki validitas yang baik pada berbagai kelompok usia [10], [11]. Setelah pengisian instrumen, siswa mengikuti psikoedukasi mengenai konsep harga diri, pentingnya menghargai diri sendiri, serta aktivitas reflektif yang membantu siswa mengenali kelebihan diri dan memberikan apresiasi kepada teman sebaya.

Hari kedua difokuskan pada berbagai aktivitas interaktif yang bertujuan meningkatkan keberanian, kepercayaan diri, dan interaksi sosial siswa. Kegiatan meliputi permainan kelompok, *storytelling*, afirmasi positif, penyampaian pantun atau cerita singkat di depan kelas, serta kegiatan *hot seat*. Dalam kegiatan *hot seat*, satu siswa duduk di depan kelas sementara teman-temannya menyampaikan kelebihan atau hal positif yang dimiliki siswa tersebut. Aktivitas ini bertujuan membantu siswa memperoleh pengalaman sosial yang positif, merasa dihargai oleh teman sebaya, serta membangun persepsi diri yang lebih positif [2], [8], [18]. Selain itu, afirmasi positif dan *positive self-talk* digunakan untuk membantu siswa mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya melalui pembiasaan penggunaan pernyataan positif mengenai diri sendiri [9].

Pada hari ketiga, siswa mengikuti psikoedukasi lanjutan mengenai pentingnya menghargai diri sendiri dan orang lain, diskusi kelompok, serta refleksi diri melalui aktivitas menggambarkan diri dan menuliskan karakteristik positif yang dimiliki. Kegiatan ditutup dengan pengisian post-test menggunakan RSES sebagai evaluasi akhir program. Selain pengukuran kuantitatif, evaluasi juga dilakukan melalui observasi terhadap partisipasi siswa selama kegiatan berlangsung, termasuk keberanian berbicara di depan kelas, kemampuan menyampaikan pendapat, dan keterlibatan dalam aktivitas kelompok.

Data dianalisis menggunakan aplikasi JASP melalui analisis deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk memperoleh nilai rata-rata, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum skor harga diri siswa. Sebelum dilakukan pengujian perbedaan, data diuji menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk untuk mengetahui distribusi data penelitian. Karena data tidak sepenuhnya berdistribusi normal, analisis dilanjutkan menggunakan Wilcoxon Signed-Rank Test untuk mengetahui perbedaan skor harga diri sebelum dan sesudah pelaksanaan program. Tingkat ketercapaian program ditinjau berdasarkan perubahan skor harga diri siswa serta hasil observasi terhadap partisipasi dan keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung.

3. Result and Discussion

Program “Aku Berharga” dilaksanakan selama tiga hari kepada 22 siswa kelas IV SDN Maleber dengan tujuan membantu meningkatkan harga diri siswa melalui kegiatan psikoedukasi dan aktivitas interaktif. Selama pelaksanaan kegiatan, siswa mengikuti berbagai aktivitas yang dirancang untuk membantu mereka mengenali kelebihan diri, membangun keberanian mengekspresikan pendapat, serta meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki. Program dilaksanakan menggunakan pendekatan partisipatif agar siswa dapat terlibat secara aktif selama proses kegiatan berlangsung.

Pada tahap awal kegiatan, siswa diberikan psikoedukasi sederhana mengenai pentingnya menghargai diri sendiri, mengenali kemampuan diri, dan memberikan dukungan positif kepada teman sebaya. Penyampaian materi dilakukan menggunakan media PowerPoint (PPT) yang disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar agar materi lebih mudah dipahami dan menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif. Materi diberikan secara bertahap pada setiap pertemuan sesuai fokus kegiatan yang dilaksanakan selama program berlangsung.



Fig. 1. Materi psikoedukasi *self-esteem* yang digunakan pada hari pertama, kedua, dan ketiga program “Aku Bertambah Nilai”.

Selama kegiatan berlangsung, siswa terlihat cukup aktif mengikuti proses pembelajaran dan mulai menunjukkan keberanian untuk terlibat dalam berbagai aktivitas yang diberikan fasilitator. Pada awal kegiatan, beberapa siswa terlihat masih malu berbicara di depan kelas dan cenderung diam ketika diberikan pertanyaan secara langsung. Namun, setelah mengikuti berbagai aktivitas interaktif secara bertahap, sebagian siswa mulai lebih berani menyampaikan pendapat dan mencoba tampil di depan teman-temannya. Pendekatan interaktif diketahui dapat membantu siswa lebih aktif terlibat selama proses pembelajaran karena siswa memperoleh pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan suportif [8], [9].

Selain penyampaian materi, siswa juga mengikuti berbagai permainan kelompok dan aktivitas praktik langsung seperti ice breaking, permainan pos, afirmasi positif, presentasi sederhana, dan kegiatan *hot seat*. Aktivitas tersebut dilakukan untuk membantu siswa membangun pengalaman sosial positif, meningkatkan keberanian tampil di depan kelas, serta membangun persepsi yang lebih positif terhadap dirinya sendiri. Selama kegiatan berlangsung, siswa terlihat lebih antusias ketika aktivitas dilakukan dalam bentuk permainan kelompok dibandingkan penyampaian materi secara satu arah. Hal tersebut menunjukkan bahwa aktivitas interaktif lebih sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang cenderung aktif dan lebih mudah memahami pembelajaran melalui praktik langsung.



Fig. 2. Pelaksanaan psikoedukasi *self-esteem* kepada siswa kelas IV SDN Maleber.

Salah satu kegiatan yang memperoleh respons positif dari siswa adalah kegiatan *hot seat*. Pada kegiatan ini, satu siswa duduk di kursi di tengah lingkaran, kemudian teman-temannya secara bergantian menyebutkan kelebihan atau hal positif yang dimiliki siswa tersebut. Kegiatan ini membantu siswa memperoleh pengalaman menerima apresiasi positif dari lingkungan sosialnya. Dukungan sosial dan penerimaan positif dari lingkungan diketahui memiliki hubungan dengan pembentukan harga diri yang lebih baik pada anak usia sekolah [2], [18]. Selama kegiatan berlangsung, beberapa siswa terlihat lebih percaya diri dan mulai tersenyum ketika teman-temannya menyampaikan hal positif mengenai dirinya. Aktivitas tersebut juga membantu menciptakan suasana belajar yang lebih suportif dan mendorong interaksi positif antar siswa.



Fig. 3. Kegiatan *hot seat* untuk membantu siswa mengenali kelebihan diri dan teman sebaya.

Evaluasi program dilakukan menggunakan metode pre-test dan post-test dengan instrumen Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Sebelum dilakukan uji perbedaan, data terlebih dahulu diuji menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk untuk mengetahui distribusi data penelitian. Hasil analisis deskriptif dan uji normalitas ditampilkan pada *Table 2*.

Table 2. Descriptive Statistics of Self-Esteem Scores

	SE_PRE	SE_POST
Valid	22	22
Mean	25.32	28.55
Std. Deviation	3.908	4.768
Shapiro-Wilk	0.882	0.949
P-value of Shapiro-Wilk	.013	.308

	SE_PRE	SE_POST
Minimum	18.00	19.00
Maximum	30.00	37.00

Berdasarkan *Table 2*, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) skor harga diri siswa mengalami peningkatan setelah mengikuti program. Nilai rata-rata pre-test sebesar 25.32 meningkat menjadi 28.55 pada post-test. Selain itu, hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data pre-test memiliki nilai signifikansi 0.013 ($p < 0.05$) sehingga data tidak berdistribusi normal, sedangkan data post-test memiliki nilai signifikansi 0.308 ($p > 0.05$) yang menunjukkan distribusi data lebih normal. Karena data penelitian tidak sepenuhnya berdistribusi normal, analisis dilanjutkan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test.

Hasil uji Wilcoxon Signed-Rank Test ditampilkan pada *Table 3*.

Table 3. Wilcoxon Signed-Rank Test Results

Measure 1	Measure 2	W	p	Rank-Biserial Correlation	SE Rank-Biserial Correlation
SE_PRE	SE_POST	12.00	.004	-0.824	0.277

Hasil uji Wilcoxon Signed-Rank Test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.004 ($p < 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan skor harga diri siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan program “Aku Berharga”. Selain itu, nilai rank-biserial correlation sebesar -0.824 menunjukkan ukuran efek yang kuat terhadap perubahan skor harga diri siswa setelah mengikuti program.

Table 4. Descriptive Results of Pre-test and Post-test Scores

Descriptive	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
SE_PRE	22	25.32	3.908	0.833	0.154
SE_POST	22	28.55	4.768	1.017	0.167

Berdasarkan hasil analisis pada *Table 3* dan *Table 4*, program “Aku Berharga” menunjukkan adanya peningkatan skor harga diri siswa setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi dan sesi interaktif selama tiga hari. Peningkatan tersebut diduga dipengaruhi oleh penggunaan kegiatan yang memungkinkan siswa memperoleh pengalaman sosial positif selama program berlangsung. Kegiatan seperti afirmasi positif, permainan kelompok, storytelling, dan *hot seat* membantu siswa memperoleh kesempatan untuk mengekspresikan diri, menerima dukungan sosial, dan mengenali kemampuan yang dimiliki. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial dan pengalaman positif dalam lingkungan belajar memiliki hubungan dengan pembentukan harga diri yang lebih baik pada anak usia sekolah [2], [16]. Selain itu, aktivitas *positive self-talk* juga diketahui dapat membantu meningkatkan keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya [9].

Kegiatan yang dilakukan secara bertahap selama tiga hari juga membantu siswa menjadi lebih nyaman dan aktif selama proses pembelajaran berlangsung. Pada awal kegiatan, beberapa siswa terlihat pasif dan kurang percaya diri ketika diminta berbicara di depan kelas. Namun, pada hari kedua dan ketiga, siswa mulai lebih aktif mengikuti permainan kelompok, lebih berani menjawab pertanyaan, serta lebih percaya diri ketika tampil di depan temannya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengalaman belajar yang suportif dan menyenangkan dapat membantu siswa membangun persepsi diri yang lebih positif secara bertahap [1], [15], [19].

Selain meningkatkan keberanian siswa, program ini juga membantu menciptakan interaksi sosial yang lebih positif antar siswa. Selama kegiatan berlangsung, siswa mulai terbiasa memberikan apresiasi kepada teman sebaya dan menunjukkan dukungan positif ketika temannya mencoba tampil di depan kelas. Kondisi tersebut penting karena penerimaan sosial dan dukungan dari lingkungan memiliki hubungan dengan perkembangan psikologis anak usia sekolah [2], [18]. Dengan demikian, program “Aku Berharga” tidak hanya membantu meningkatkan harga diri siswa secara individual, tetapi juga membantu menciptakan suasana belajar yang lebih suportif, partisipatif, dan positif di lingkungan sekolah dasar.

4. Conclusion

Program “Aku Berharga” yang dilaksanakan kepada siswa kelas IV SDN Maleber menunjukkan bahwa kegiatan psikoedukasi dan aktivitas interaktif dapat membantu meningkatkan harga diri siswa sekolah dasar. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan skor harga diri siswa setelah mengikuti program, yang juga didukung oleh perubahan perilaku siswa selama kegiatan berlangsung. Setelah mengikuti berbagai sesi kegiatan, siswa terlihat lebih berani menyampaikan pendapat, lebih aktif berpartisipasi dalam pembelajaran, serta mulai menunjukkan keyakinan yang lebih baik terhadap kemampuan yang dimiliki.

Berbagai kegiatan seperti permainan kelompok, afirmasi positif, *storytelling*, refleksi diri, dan *hot seat* membantu siswa memperoleh pengalaman sosial yang positif selama proses pembelajaran berlangsung. Kegiatan tersebut tidak hanya membantu siswa mengenali kelebihan dirinya, tetapi juga membantu menciptakan suasana belajar yang lebih suportif melalui pemberian apresiasi dan dukungan positif antar teman sebaya. Pendekatan yang dilakukan secara bertahap selama tiga hari membuat siswa lebih nyaman untuk terlibat aktif dan mengekspresikan dirinya selama kegiatan berlangsung.

Program ini menunjukkan bahwa penguatan aspek sosial-emosional pada siswa sekolah dasar dapat dilakukan melalui kegiatan sederhana, interaktif, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Selain membantu meningkatkan penilaian positif terhadap diri sendiri, kegiatan ini juga membantu membangun interaksi sosial yang lebih positif di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, program serupa dapat menjadi salah satu alternatif kegiatan pengembangan sosial-emosional yang dapat diterapkan secara berkelanjutan untuk mendukung perkembangan psikologis siswa sekolah dasar.

5. Acknowledgements

Penulis mengucapkan terima kasih kepada mitra, SDN Maleber, termasuk kepala sekolah, guru, dan seluruh siswa kelas IV yang telah berpartisipasi dan mendukung pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini. Terima kasih kepada LPPM yang mendanai kegiatan abdimas.

References

- [1] A. Orth and R. W. Robins, "The development of self-esteem," *Current Directions in Psychological Science*, vol. 31, no. 4, pp. 345–350, 2022, doi: 10.1177/09637214221092857.
- [2] M. Arslan, "The effect of social support on self-esteem in school-age children," *Children and Youth Services Review*, vol. 119, p. 105493, 2020, doi: 10.1016/j.chidyouth.2020.105493.
- [3] X. Gu et al., "Self-esteem and mental health," *Humanities and Social Sciences Communications*, vol. 11, no. 1, pp. 1–12, 2024, doi: 10.1057/s41599-024-03249-1.
- [4] J. Martínez-Casanova et al., "Self-esteem and behavior," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 21, no. 7, pp. 1–14, 2024, doi: 10.3390/ijerph21070891.
- [5] I. Raynal and R. H. Lestari, "Profil self-esteem siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cimahi," *Fokus: Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan*, vol. 7, no. 6, pp. 437–442, 2024.
- [6] E. H. Kurniyawan, R. B. Mulyaningsih, E. W. Wuryaningsih, and L. Sulistyorini, "Correlation between authoritarian parenting and self-confidence in school-age children in Indonesia: A cross-sectional study," *Nursing and Health Sciences Journal*, vol. 1, no. 1, pp. 6–11, 2021, doi: 10.53713/nhs.v1i1.3.
- [7] S. Septia, M. S. Sumantri, and U. Hasanah, "Hubungan kepercayaan diri dengan kemampuan komunikasi siswa kelas V sekolah dasar," *EduStream: Jurnal Pendidikan Dasar*, vol. 5, no. 2, pp. 152–159, 2021, doi: 10.26740/eds.v5n2.p152-159.
- [8] E. S. Jafar, Z. Maharani, W. Ansar, I. Irdianti, and G. Gawarti, "Efektivitas storytelling dalam meningkatkan kepercayaan diri pada siswa sekolah dasar," *JEPKM: Jurnal Edukasi dan Pengabdian kepada Masyarakat*, vol. 4, no. 1, pp. 125–132, 2025.
- [9] G. T. P. Yusuf et al., "Positive self-talk and self-confidence among elementary students: A quasi-experimental study in Gowa," *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, vol. 17, no. 1, pp. 106–117, 2026, doi: 10.26740/jptt.v17n01.p106-117.
- [10] N. Maroqi, "Uji validitas konstruk pada instrumen Rosenberg self-esteem scale dengan metode confirmatory factor analysis (CFA)," *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, vol. 7, no. 2, pp. 92–96, 2019, doi: 10.15408/jp3i.v7i2.12101.
- [11] M. Rosenberg, *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton, NJ, USA: Princeton University Press, 1965, doi: 10.1515/9781400876136.
- [12] M. Rosenberg, "Rosenberg self-esteem scale," 1965. [Online]. Available: https://fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/Self_Measures_for_Self-Esteem_ROSENBERG_SELF-ESTEEM.pdf
- [13] M. Alabdulaziz, "Self-esteem and life satisfaction," *Frontiers in Psychology*, vol. 16, pp. 1–10, 2025.
- [14] R. M. Ryan and E. L. Deci, "Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being," *American Psychologist*, vol. 55, no. 1, pp. 68–78, 2000, doi: 10.1037/0003-066X.55.1.68.
- [15] S. Harter, *The Construction of the Self: Developmental and Sociocultural Foundations*, 2nd ed. New York, NY, USA: Guilford Press, 2012.
- [16] C. Mruk, *Self-Esteem and Positive Psychology: Research, Theory, and Practice*, 4th ed. New York, NY, USA: Springer Publishing Company, 2013.
- [17] S. Cooper-Smith, *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco, CA, USA: W. H. Freeman, 1967.
- [18] N. Mannarini, M. Rossi, and A. Munari, "The relationship between self-esteem, social support, and school adjustment in adolescence," *Frontiers in Psychology*, vol. 12, pp. 1–10, 2021, doi: 10.3389/fpsyg.2021.721106.
- [19] A. A. Erol and U. Orth, "Self-esteem development from age 14 to 30 years: A longitudinal study," *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 101, no. 3, pp. 607–619, 2011, doi: 10.1037/a0024299