

OPTIMALISASI KOMPETENSI RELASI PADA MAHASISWA DENGAN *SELF-ESTEEM* YANG RENDAH DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNISBA

¹Fanni Putri D, ²Ali Mubarak, ³Oki Mardian, ⁴Dinda Dwarawati

^{1,2,3,4}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Taman Sari No. 1 Bandung

email: ¹fanni.putri@gmail.com, ²mubarakspsi@gmail.com

³okimardian@gmail.com, ⁴dinda.dwarawati@gmail.com

Abstrak. *Terpotret suatu fenomena yang menggejala pada mahasiswa psikologi Unisba, dimana banyak dari mereka menunjukkan perilaku kurang percaya diri, kurang keberanian mengungkapkan pendapat, pasif dan memilih menjadi pengikut dibanding berinisiatif untuk tampil. Hasil survey awal pada 195 mahasiswa, menggunakan Mooney Problem Checklist menunjukkan bahwa mereka memiliki problem relasi personal secara psikologis, yang didasarkan oleh rendahnya self-esteem. Suatu strategi perlakuan diperlukan untuk membantu mereka meningkatkan self-esteem, karena dengan self-esteem yang rendah mereka berpeluang mengalami kegagalan dalam performa akademis maupun performa di dunia kerja. Training Self-esteem diberikan pada 12 orang mahasiswa untuk membantu mereka meningkatkan self-esteem, dengan harapan akan mengubah sikap mereka menjadi lebih percaya diri dan terampil dalam relasi social. Aktivitas dalam training mencakup Brainstroming, Diskusi, Games dan Focus Group Discussion (FGD) yang diakhiri dengan evaluasi berupa konseling yang bersifat individual dan mendalam. Hasil menunjukkan pemberian training memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan self-esteem pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba pada aspek power, significant dan virtue. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada aspek competencedan terdapat peningkatan signifikan pada area general self, school academic, dan social self – peers. Selain itu tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada area home-parents.*

Kata kunci: *Self-esteem, training self-esteem, mahasiswa psikologi*

1. Pendahuluan

Psikologi sebagai bidang ilmu yang berhubungan langsung dengan kesejahteraan psikis manusia, mengarahkan mahasiswanya agar mempunyai keterampilan dan tanggung jawab dalam menghadapi setiap individu manusia yang akan menjadi klien-nya kelak. Pengukuran awal menggunakan Mooney Problem Checklist pada 195 orang mahasiswa diperoleh hasil bahwa permasalahan yang paling banyak dialami, terjadi pada area relasi personal secara psikologis. Berbagai masalah yang muncul diduga bersumber dari rendahnya rasa menghargai diri sendiri yaitu suatu kompetensi sosial yang terdiri atas tingkat percaya diri dalam kelompok, ketakutan untuk berbicara dengan orang yang asing serta rasa aman dalam situasi sosial; atau yang disebut sebagai self-esteem (Robinson, 1991). Atwater (1983) menyatakan bahwa salah satu faktor internal yang berperan dalam keberhasilan college adjustment mahasiswa dari sisi akademis dan hubungan sosial adalah self-esteem. Di dunia kerja, mereka juga membutuhkan kompetensi yang memadai untuk menghadapi tuntutan pekerjaan yang menuntut fleksibilitas dan keberanian untuk mencoba hal yang baru.

Suatu strategi perlakuan diperlukan untuk membantu mahasiswa dalam meningkatkan *self-esteem* karena dengan *self-esteem* yang rendah tentu akan menjadi

salah satu peluang mereka untuk mengalami kegagalan dalam performa akademis maupun performa di dunia kerja. Noe, Hollenbeck, Gerhart, & Wright (2003:251) menyatakan bahwa *training* adalah suatu usaha yang terencana untuk memfasilitasi pembelajaran tentang pekerjaan yang berkaitan dengan pengetahuan, keahlian, dan perilaku. *Training* memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*), dan pengalaman belajar. Pemberian intervensi berupa training dirasa penting bagi mahasiswa yang memiliki permasalahan secara psikologis, agar memiliki kepercayaan dan keyakinan akan diri sendiri. Dengan *self-esteem* yang meningkat, diharapkan membantu mereka dalam memenuhi tuntutan dan menyesuaikan diri dengan tuntutan di perguruan tinggi maupun di dunia kerja.

Rumusan masalah yang menjadi fokus dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah bahwa *self-esteem* yang cenderung rendah, berdampak pada perilaku yang dapat menghambat keberhasilan individu untuk menyesuaikan diri secara optimal. Suatu strategi perlakuan perlu dilakukan untuk membantu mahasiswa menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik. Duffy & Atwater (2002) menyatakan bahwa *self-esteem* bukanlah sesuatu yang sudah ada sejak lahir dalam diri seseorang melainkan potensi yang dapat ditingkatkan dan dikembangkan. Salah satu bentuk intervensi psikologis adalah *training* yang fokus pada usaha membantu individu dalam melakukan perubahan dengan menaruh perhatian pada upaya untuk memberikan pengalaman belajar melalui metode dan teknik dalam *training*, misalnya modifikasi perilaku, pengembangan keterampilan hubungan personal, nilai, sikap, atau membuat keputusan karier.

Dengan teknik pengambilan *sample cluster sampling*, dilakukan pelatihan pada 20 orang mahasiswa dengan kriteria *self-esteem* rendah dan memiliki IPK di bawah rata-rata 2,75.

Target kegiatan ini adalah peningkatan *self-esteem* mahasiswa yang mempunyai masalah pada area personal secara psikologis, melalui kegiatan *training self-esteem*. Dengan meningkatnya *self-esteem*, mahasiswa lebih optimal dalam menghadapi tuntutan akademik juga dalam mempersiapkan diri di dunia kerja. Manfaat dari kegiatan *training self-esteem* diharapkan dapat memunculkan *insight* mahasiswa mengenai kondisi diri mereka, serta menyadarkan mereka akan perlunya memiliki kepercayaan diri dalam menjalankan peran sebagai mahasiswa. Melalui peningkatan *self-esteem* mahasiswa, diharapkan tidak lagi muncul sikap negatif terhadap diri sendiri, rasa kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat maupun ketidakberanian mengambil risiko serta perilaku lain yang menggambarkan rendahnya *self-esteem* mahasiswa. Dengan demikian, akan membantu mahasiswa untuk lebih optimal dalam menghadapi berbagai tuntutan akademis yang masih terus berlangsung hingga mereka lulus dari perguruan tinggi maupun dalam menghadapi tuntutan di dunia kerja.

2. Tinjauan Pustaka

Pada tahun 1996, Guindon melakukan penelitian (dalam Guindon, 2010), menghasilkan beberapa karakteristik yang umumnya muncul pada individu dengan *self-esteem* tinggi dan rendah. Pada individu dengan *self-esteem* tinggi menampilkan sikap percaya diri (*confident*), bersahabat (*friendly/outgoing*), bahagia (*happy*), positif/optimis (*positive/optimistic*), termotivasi (*motivated*), *achieving*, kompetitif/berani mengambil resiko (*competitive/risk taker*), *accepting/tolerant*, *involved/active*, merasa aman dan mampu menyesuaikan diri (*secure/well adjusted*), merasa nyaman dengan diri sendiri

(*comfortable with self*), asertif (*assertive*), peduli (*caring*), mandiri (*independent*), dan bertanggung jawab (*responsible*). Pada individu dengan *self-esteem* rendah menampilkan sikap pemalu/pendiam (*withdrawn/shy/quiet, insecure*), *underachieving*, sikap yang negatif (*negative attitude*), tidak bahagia (*unhappy*), tidak luwes dalam bergaul (*socially inept*), pemarah dan cenderung melakukan kekerasan (*angry/hostile*), tidak termotivasi (*unmotivated*), *depressed*, tergantung dengan orang lain (*dependent/follower*), *self-image* yang buruk (*poor self-image*), tidak berani mengambil resiko (*non-risk taker*), kurang percaya diri (*lacks self-confidence*), pembicara yang buruk (*poor communicator*) dan *acts out*.

3. Metode Pelaksanaan

3.1. Training

Menurut Aghociya (2002), *training* atau pelatihan merupakan suatu proses yang terdiri dari serangkaian aktivitas yang bertujuan untuk memperluas pengetahuan individu dan dengan pengetahuan tersebut akan memengaruhi perubahan perilaku sesuai dengan situasi kerja atau hidupnya. Melalui *training*, peserta terfasilitasi dalam mengidentifikasi kelebihan serta kekurangan dalam mencapai standar yang ditetapkan. Berikut merupakan sepuluh tahap yang harus dipertimbangkan dengan cermat saat merencanakan dan mengimplementasikan *training* yang efektif (Kirkpatrick & Kirkpatrick, 2006): analisis kebutuhan, menetapkan tujuan, mempertimbangkan isi materi, menyeleksi peserta, mempertimbangkan jadwal yang tepat, memilih fasilitas yang sesuai, memilih fasilitator yang sesuai, memilih dan mempersiapkan alat-alat audiovisual, mengkoordinasikan program, mengevaluasi program. Metode-metode *training* atau pelatihan yang akan dilakukan adalah *brainstorming*, diskusi, *games*, dan *focus group discussion* (FGD).

3.2. Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan melalui uji statistik yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah dilaksanakannya *training*. Tolak ukur dari keberhasilan adalah perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilaksanakannya *training*, yang diketahui melalui uji statistik yang dilakukan pada hasil tes di awal dan di akhir pelatihan. Data yang diperoleh untuk pencapaian tujuan PKM adalah data hasil pre-tes dan post-tes. Untuk menganalisa data hasil Pre-test yang diperoleh, selanjutnya dilakukan uji-t. Dalam hal ini peneliti ingin mengetahui kondisi awal subjek. Dengan asumsi bahwa uji normalitas dan kehomogenan varians. Pengujian hipotesis yang dilakukan yaitu

$H_0 : \mu_1 = \mu_2$ melawan $H_1 : \mu_1 \neq \mu_2$

$\mu_1 = \mu_2$ masing-masing adalah rata-rata nilai pre tes dan post test. Adapun statistik uji yang akan digunakan adalah uji-t.

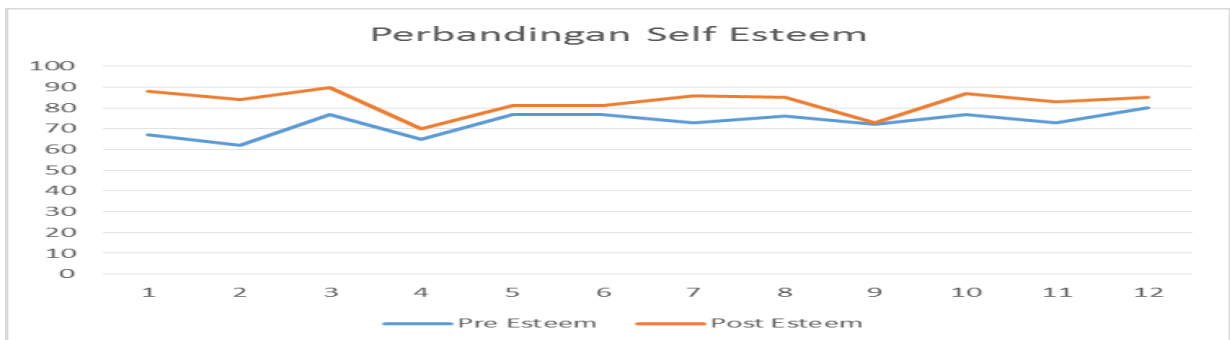
3.3. Teknik Analisis Data dan Pembahasan

Analisis data dan pembahasan akan dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut : Hipotesis Nol (H_0)

- Tidak terdapat perbedaan skor *self-esteem*, sebelum dan sesudah diberikan *training*
- Terdapat perbedaan skor *self-esteem*, sebelum dan sesudah diberikan *training*

4. Hasil dan Pembahasan

Perbandingan Skor *Self-esteem* Pre-Test dan Post-Test



Hasil Uji Wilcoxon Perbandingan *Self-esteem* Pre-Test dan Post-Test

Hypothesis Test Summary				
	Null Hypothesis	Test	Sig.	Decision
1	The median of differences between samples Pre_Esteem and Post_Esteem equals 0.	Related-Samples Wilcoxon Signed Rank Test	.002	Reject the null hypothesis.

Asymptotic significances are displayed. The significance level is .05.

Berdasarkan hasil uji stasistik, didapatkan informasi bahwa pelatihan pengembangan *self-esteem* memiliki pengaruh terhadap peningkatan *self-esteem* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan nilai $\alpha = 0,02$ sehingga $\alpha < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara *self-esteem* mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba antara sebelum diberikan *treatment* pelatihan pengembangan *self-esteem* dengan sesudah diberikan *treatment*. Hasil pengukuran juga menunjukkan bahwa secara umum terjadi peningkatan *self-esteem* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba setelah diberikan pelatihan pengembangan *self-esteem*. Artinya program-program yang diberikan di pelatihan secara umum dapat mengubah sikap mahasiswa terhadap dirinya, dari yang tadinya memiliki penilaian yang negatif terhadap diri sendiri atau *self-esteem* rendah menjadi memiliki penilaian yang lebih positif terhadap dirinya atau memiliki *self-esteem* yang tinggi.

Jika dilihat per aspek dari *self-esteem*, hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada aspek *power*, *significant*, dan *virtue*. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada aspek *competence*.

Pada aspek *power*, hasil uji Wilcoxon didapat nilai $\alpha = 0,03$ yang berarti $\alpha < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan pada aspek *power* sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Hal tersebut dikarenakan bahwa dalam kegiatan pelatihan yang diberikan, mahasiswa diberikan pemahaman dan simulasi yang mengajak mahasiswa untuk memahami kecemasan irasional yang biasanya muncul pada saat mereka ingin menyampaikan sesuatu. Dengan demikian, mahasiswa dapat menyadari kecemasannya tersebut dan berupaya untuk mengatasi kecemasan irasionalnya tersebut sehingga ketika kecemasan irasional tersebut bisa teratasi,

penilaian terhadap diri merekapun menjadi berubah, khususnya dalam aspek keberanian menyampaikan pendapat baik kepada personal ataupun orang banyak.

Pada **aspek *significant***, hasil uji Wilcoxon menunjukkan $\alpha=0,016$ yang berarti $\alpha < 0,05$. Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi aspek *significant* sebelum dan setelah pemberian *treatment*. Para mahasiswa peserta pelatihan bisa menilai bahwa penilai negatifnya selama ini terhadap penerimaan lingkungan terhadap dirinya tidaklah sepenuhnya benar sehingga dengan demikian penilaiannya terhadap penerimaan lingkungannya berubah menjadi lebih positif dibandingkan pada saat sebelum mengikuti pelatihan. Hal tersebut juga mungkin membantu peningkatan aspek *power* juga, karena ketika mahasiswa merasa lingkungannya lebih menerima, maka iapun menjadi lebih berani menyatakan diri atau gagasannya terhadap orang lain.

Selanjutnya dalam **aspek *virtue***, Hasil uji Wilcoxon menunjukkan hasil $\alpha=0,003$ atau $\alpha < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada aspek *virtue* pada sebelum dan sesudah pemberian *treatment*. Hal tersebut dikarenakan selama program pelatihan, mahasiswa peserta pelatihan diajak untuk dapat mengenali potensi diri (kelebihan dan kekurangan diri) berdasarkan penilaian diri dan orang lain sehingga para mahasiswa peserta dapat langsung membandingkan penilaian dirinya dengan penilaian dari orang lain. Dari kegiatan tersebut ternyata beberapa peserta mendapatkan penilaian positif dari teman-temannya yang selama ini mereka tidak pernah sadari, karena beberapa dari mereka selama ini lebih banyak melihat sisi negatif dari diri mereka. Bahkan, dari kegiatan tersebut mahasiswa dapat menyadari bahwa dirinya memiliki beberapa kelebihan dibandingkan orang lain sehingga dari yang awalnya mereka tidak menyukai/tidak puas dengan kondisi dirinya, menjadi dapat lebih menerima kondisi dirinya dan tidak menilai dirinya lebih buruk dibanding dengan orang lain. Aspek ini juga mungkin sejalan dengan penilaian terhadap aspek penerimaan orang lain terhadap dirinya (*significant*).

Pada **aspek *competence***, berdasarkan uji Wilcoxon didapatkan nilai $\alpha=0,169$ atau $\alpha > 0,05$ yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan aspek *competence* sebelum dan setelah mengikuti program pelatihan, meskipun secara umum terjadi peningkatan skor, namun tidak begitu besar. Aspek *competence* lebih banyak menunjukkan bagaimana penilaian seseorang terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan masalah dan mencapai suatu hal, baik itu keberhasilan mengerjakan tugas ataupun mencapai prestasi tertentu, apakah ia mampu menyelesaikannya secara mandiri atau masih membutuhkan bantuan orang lain, apakah memiliki kemampuan untuk mengerjakan sesuatu atau mencapai prestasi atau tidak. Tidak terdapatnya perubahan yang signifikan dalam aspek *competence* pada mahasiswa peserta dimungkinkan, karena dalam kegiatan pelatihan tersebut, mahasiswa peserta kurang diberikan *treatment* pengalaman terkait keberhasilan atau kemampuan mereka dalam menyelesaikan masalah atau mengerjakan suatu tugas secara mandiri, sehingga dapat menumbuhkan keyakinan atau kepercayaan diri para peserta dalam menyelesaikan masalah ataupun mengerjakan tugas secara mandiri.

Selain menunjukkan perubahan pada empat aspek *self-esteem* menurut Coopersmith, terdapat juga perubahan *self-esteem* dilihat dari empat area, yaitu : *general self, home-parents, School-academic dan social self-peers*. Dari keempat area *self-esteem* tersebut yang memiliki perubahan signifikan setelah dilakukan pelatihan pengembangan *self-esteem* adalah area *general self, school-academic dan social*

selfpeers. Sedangkan pada area *home-parents* tidak mengalami perubahan yang signifikan.

Pada **area general self**, dari hasil uji Wilcoxon didapatkan $\alpha=0,03$ atau $\alpha < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada area *general self* pada sebelum dan setelah pemberian *treatment*. Area ini menggambarkan bagaimana penilaian para peserta terhadap dirinya secara umum diberbagai situasi lingkungan. Hal ini melihat bagaimana aspek *power*, *significant*, *virtue* dan *competence* secara umum. Dengan demikian, *general self* berubah menjadi lebih positif mengingat berdasarkan hasil pengukuran menunjukkan perubahan yang signifikan juga pada tiga aspek *self-esteem* (*power*, *significant* dan *virtue*) dan hanya satu aspek yang relatif tidak menunjukkan perubahan, yaitu *competence*.

Pada **area school-academic** juga memiliki perubahan yang signifikan setelah mahasiswa mengikuti kegiatan pelatihan, yang ditunjukkan oleh hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan $\alpha=0,006$ atau $\alpha < 0,05$. Perubahan tersebut juga menunjukkan perubahan kearah yang lebih positif. Hal tersebut menunjukkan peningkatan penilaian positif terhadap diri pada saat di lingkungan sekolah dan akademik mahasiswa di lingkungan sekolah dan akademik dipengaruhi oleh aspek *power*, *significant* dan *competence*. Dari hasil pengukuran terhadap aspek-aspek tersebut didapatkan hasil *power* dan *significant* mengalami perubahan yang signifikan setelah mengikuti program pelatihan serta aspek *competence* juga sebenarnya mengalami peningkatan, meskipun peningkatan yang terjadi tidak begitu signifikan. Dengan demikian, perubahan pada aspek-aspek tersebut juga mendukung peningkatan pada area *school academic* mahasiswa peserta karena setelah mengikuti pelatihan mereka menjadi lebih merasa sebagai orang yang mampu menyampaikan pendapat dan idenya di lingkungan kampus, lebih merasa diterima oleh orang-orang di kampus seperti teman dan dosen, walaupun masih menilai dirinya sebagai orang yang masih membutuhkan bantuan orang lain dalam menyelesaikan masalah atau menyelesaikan tugas yang baik/prestasi.

Pada **area social self-peers** juga mengalami peningkatan yang cukup signifikan yang ditunjukkan oleh hasil uji Wilcoxon dengan $\alpha=0,007$ atau $\alpha < 0,05$. Perubahan tersebut juga menunjukkan perubahan kearah yang lebih positif. *Social self-peers* menunjukkan bagaimana mahasiswa menilai dirinya pada saat berelasi dengan teman-teman sebayanya. Hal ini banyak dipengaruhi oleh penerimaan kelompoknya dan kemampuan menyatakan diri mereka dikelompoknya. Hal tersebut berkaitan dengan aspek *significant* dan *power* yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut. Ketika aspek *power* dan *significant* mengalami peningkatan yang signifikan setelah mengikuti kegiatan pelatihan pengembangan *self-esteem* maka akan terjadi peningkatan juga penilaian diri mahasiswa pada saat berinteraksi dengan sebayanya, dalam hal ini menjadi lebih positif daripada sebelumnya.

Terakhir pada **aspek home-parents**, menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum mengikuti dan setelah mengikuti program pelatihan. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan $\alpha=0,055$ atau $\alpha > 0,05$. Aspek *home-parents* sendiri lebih banyak menunjukkan aspek penerimaan (*significant*) terhadap dirinya di lingkungan rumah, terutama dari orangtua. Dari hasil pengukuran didapatkan data masih banyak mahasiswa yang masih merasa belum nyaman pada saat di rumah dan merasa orangtua mereka masih belum memahami diri mereka. Dalam kegiatan pelatihannya sendiri terdapat beberapa tugas yang mengharuskan mereka untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan orangtuanya, namun karena keterbatasan waktu kegiatan membuat proses tersebut menjadi kurang berjalan dengan baik, karena untuk proses

tersebut membutuhkan waktu yang lebih panjang sehingga perlu tambahan waktu program pelatihan atau mungkin sebaiknya dibuatkan programnya tersendiri untuk aspek ini.

5. Simpulan dan Saran

Pemberian pelatihan pengembangan *self-esteem* memiliki pengaruh terhadap peningkatan *self-esteem* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba. Terdapat peningkatan signifikan *self-esteem* pada aspek *power*, *significant* dan *virtue* mahasiswa Fakultas Psikologi setelah mengikuti pelatihan pengembangan *self-esteem*. Dalam hal *competence*, tidak terdapat perbedaan pada mahasiswa Fakultas Psikologi setelah mengikuti pelatihan pengembangan *self-esteem*. Pada aspek *general self*, terdapat peningkatan signifikan *self-esteem* pada area *general self*, *school academic*, dan *social self-peers* mahasiswa Fakultas Psikologi setelah mengikuti pelatihan pengembangan *self-esteem*. Tidak terdapat perbedaan area *home-parents* pada mahasiswa Fakultas Psikologi setelah mengikuti pelatihan pengembangan *self-esteem*. Untuk itu, agar hasil pelatihan dapat lebih optimal, peneliti menyarankan beberapa hal, yaitu dalam pelatihan pengembangan *self-esteem* sebaiknya ditambahkan juga program yang memberikan pengalaman mahasiswa dalam menyelesaikan masalah secara mandiri sehingga diharapkan dapat meningkatkan penilaian dirinya terkait kemampuan diri baik dalam menyelesaikan masalah ataupun tugas secara mandiri tanpa harus bergantung kepada orang lain. Untuk mengembangkan *self-esteem* di lingkungan rumah, sebaiknya ditambahkan program pengembangan interaksi dan komunikasi untuk membangun penilaian positif mahasiswa terkait dengan penerimaan diri mereka dimata orangtuanya.

Daftar Pustaka

- Atwater E. Psychological Of Adjustment. 2nd ed. New Jersey: Prentice Hall, Inc; 1983
- Baumeister RF, Campbell J D, Krueger JI, Vohs KD. Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Life Style?. *Psychological Science in the public Interest*; Vol. 4 (1): 1-44.
- Duffy KG, Atwater E. Psychology for living : Adjustment, Growth, and Behavior Today. 7th ed. New Jersey: Pearson Education, Inc; 2002
- Guindon, M. H. Self-esteem Across the Life Span. Issues and Interventions. USA: Taylor and Franas Group, LLC; 2010
- Hutahaean BS. Pelatihan untuk Peningkatan *Self-esteem* pada Mahasiswa yang Mengalami Distress Psikologis, Thesis. Fakultas Psikologi: Universitas Indonesia; 2012.
- Mooney RL. Gordon LV. Mooney Problem Checklist. United States of America: Harcout Brace Jovanovich, Inc; 1978
- Mruck CJ. Self-esteem Research, Theory and Practice Toward A Positive Psychology of Self-esteem, 3rd Ed. New York: Springer Publishing Company; 2006
- Noe HG, Wright. Human Resource Management, International Edition, New York: The Mac Graw-Hill Companies, inc; 2003
- Rosenberg M, Schooler C, Schoenbach, Rosenberg F. Global Self-esteem and Specific Self-esteem : Different Concepts, Different Outcomes. *American Sociological Review*. 1995; Vol. 60 (I): 141

Robinson JP, Shaver PR, Wrightman LS. Measures of Personality & Social Psychological Attitudes. 1991; Volume 1, California; Academic Press, Inc.
Santrock JW. *Adolesence*. 11th ed. New York: McGraw-Hill. 2007