

UPAYA PENINGKATAN HARGA DIRI PADA KORBAN *BULLYING* SEKSUAL REMAJA MELALUI *FLASHCARD PLAY THERAPY*

^{1*}Zulian Effendi, ²Nurna Ningsih, ³Dwiputri Elrosa

^{1,2,3}Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

*E-mail: zulian.effendi@fk.unsri.ac.id

Abstrak

Tujuan: Fenomena *bullying* seksual yang memperlakukan korban melalui bentuk intimidasi, penindasan atau kekerasan berkonotasi seksual akan berdampak pada harga diri korban. Salah satu upaya mengatasi *low self-esteem* melalui pendekatan terapi bermain yaitu *flashcard play therapy*. Penelitian dilakukan untuk menjabarkan dampak penerapan *flashcard play therapy* terhadap harga diri pada korban *bullying* seksual remaja.

Metode: Pada penelitian ini, menggunakan desain penelitian berupa eksperimental, desain penelitian *one group pretest-posttest* dengan metode kuantitatif. Lokasi penelitian di Sekolah X Muara Enim dengan teknik sampling yaitu total sampling berjumlah 37 responden yang mengalami fenomena *bullying* seksual serta memiliki ciri yang menunjukkan harga diri rendah. Instrumen untuk mengukur tingkat harga diri menggunakan kuesioner *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSE). Analisis data penelitian ini menggunakan uji *Paired Samples Test* dengan interpretasi nilai ($\alpha = 0,05$).

Hasil: Hasil dari penelitian ini didapatkan $p\text{-value} = 0,000$ ($p\text{-value} < \alpha$) yang bermakna terdapat pengaruh *flashcard play therapy* terhadap harga diri pada korban *bullying* seksual.

Simpulan: Pemberian *flashcard play therapy* berpengaruh untuk mengatasi gangguan konsep diri yaitu harga diri rendah pada korban *bullying* seksual.

Kata kunci: *Bullying* seksual; Harga diri; Remaja; *Flashcard Play therapy*

EFFORTS TO IMPROVE SELF-ESTEEM IN VICTIMS OF TEENAGE SEXUAL BULLYING THROUGH FLASHCARD PLAY THERAPY

Abstract

Aims: The phenomenon of sexual bullying that treats victims through forms of intimidation, oppression or violence with sexual connotations will have an impact on the victim's self-esteem. One of the efforts to overcome low self-esteem through a play therapy approach is flashcard play therapy. The study was conducted to analyze the effect of flashcard play therapy on self-esteem in adolescent sexual bullying victims.

Methods: The design used in this study is experimental, one group pretest-posttest research design with a quaternative method. The location of the research was at School X Muara Enim with a total sampling technique of 37 respondents who experienced the phenomenon of sexual bullying and had signs and symptoms of low self-esteem. The measurement of self-esteem level uses an instrument in the form of a Rosenberg Self Esteem Scale (RSE) questionnaire. The data analysis of this study used the Paired Samples Test with a value interpretation ($\alpha = 0.05$).

Results: The results of this study obtained $p\text{-value} = 0.000$ ($p\text{-value} < \alpha$) which means that there is an effect of flashcard play therapy on self-esteem in victims of sexual bullying.

Conclusion: The provision of flashcard play therapy is effective in overcoming self-concept disorders, namely low self-esteem in victims of sexual bullying.

Keywords: Sexual Bullying; Self-Esteem; Adolescent; Flashcard Play Therapy

Seminar Nasional Keperawatan “Optimalisasi Praktik Keperawatan Dewasa Pendekatan Paliatif Dalam Mengelolah Diabetes Melitus untuk Meningkatkan Kualitas Hidup” Tahun 2024

PENDAHULUAN

Bullying merupakan tindakan kasar dan berbahaya melalui berbagai bentuk perilaku penindasan, intimidasi atau kekerasan yang berbentuk ketersengajaan dari seseorang atau suatu kelompok yang mempunyai dominasi terhadap korban. Perundungan melibatkan penggunaan kekuasaan berulang-ulang, seringkali menyebabkan kerusakan fisik atau emosional kepada korban. Pengaduan masyarakat yang dicatat oleh KPAI pada tahun 2021, terdapat 2.982 laporan kasus *bullying* yang mayoritas bentuk kekerasannya berupa kekerasan terhadap fisik dan mental, perilaku kejahatan seksual, perilaku pornografi serta *cyber crime* yang dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal¹. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020 bahwa total kasus kekerasan seksual berada di peringkat kedua dengan kasus terbanyak di Sumatera Selatan sebanyak 161 kasus². Menurut Sistem Informasi Gender dan Anak Kabupaten Muara Enim (SIGA) terkait data kekerasan pada tahun 2021 menunjukkan bahwa tingkat kasus tertinggi di Sumatera Selatan berada di Kota Muara Enim dengan laporan kasus kekerasan sebanyak 16 kasus³.

Beberapa hasil penelitian membuktikan bahwa dampak awal yang dialami oleh korban *bullying* seksual yaitu merasakan harga diri rendah (*low self-esteem*) akibatnya terbentuk gejala emosional yang dapat menimbulkan konflik internal, kemudian memicu respon negatif terhadap konsep diri yang ditandai munculnya perasaan negatif terhadap diri dan kemampuan diri sendiri sehingga mempengaruhi berbagai aspek yakni fisik, psikologis, maupun sosial^{4,5,6}. Perilaku *bullying* seksual yang memicu timbulnya respon negatif terhadap diri sendiri berupa harga diri rendah yaitu terlihat pada hasil studi pendahuluan lapangan yang telah dilakukan oleh peneliti melalui wawancara pada 68 siswa, didapatkan data bahwa 54% siswa yaitu berjumlah 37 orang yang mengalami fenomena *bullying* seksual serta memiliki

gejala yang menunjukkan harga diri rendah. Sedangkan 46% siswa yaitu sebanyak 31 orang yang tidak mengalami fenomena *bullying* seksual serta tidak memiliki ciri yang menunjukkan harga diri rendah. Serta menunjukkan dari 37 orang yang mengalami fenomena *bullying* seksual terdapat 26 orang yang mengalami *bullying* seksual non verbal, *bullying* seksual verbal dan *bullying* seksual fisik. Kemudian, terdapat 11 orang yang mengalami *bullying* seksual non verbal dan *bullying* seksual verbal.

Upaya dalam mengatasi masalah kesehatan jiwa pada remaja yakni harga diri rendah (*low self-esteem*) salah satunya dengan melakukan pendekatan melalui *play therapy* sebagai dasar interaksi terapeutik. Maka terjalannya pula komunikasi secara terapeutik yang membawa perubahan lebih baik terhadap seseorang salah satunya mampu meningkatkan konsep diri yaitu harga diri. Menjadi dasar pemikiran bahwa *play therapy* mampu menangani kasus *bullying* sebagai cara alami untuk membangun hubungan, berkomunikasi, dan memecahkan masalah⁷. Peneliti adanya ketertarikan untuk melakukan penelitian terhadap *flashcard play therapy* sebagai pengembangan metode dalam memperbaiki tingkat harga diri yang rendah pada fenomena korban *bullying* seksual remaja. *Flashcard* sebagai media belajar dengan metode bermain, bertujuan untuk mengedukasi berupa kartu atau lembaran yang didesain bergambar serta berisikan materi pembelajaran, kata-kata atau kalimat yang menjadi media mengekspresikan perasaan dengan cara memodifikasi isi kartu tersebut untuk menstimulasi interaksi secara alami.

METODE

Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2024 yang dilakukan di Sekolah X dengan teknik sampling yaitu total sampling. Populasi penelitian adalah remaja di Sekolah X Muara Enim dengan beberapa siswa mengalami fenomena *bullying* seksual dan memiliki gejala harga diri rendah. Desain penelitian yang dilakukan merupakan eksperimental

Seminar Nasional Keperawatan “Optimalisasi Praktik Keperawatan Dewasa Pendekatan Paliatif Dalam Mengelolah Diabetes Melitus untuk Meningkatkan Kualitas Hidup” Tahun 2024

dengan metode *one group pretest-posttest*. Instrumen yang digunakan sebagai alat ukur pada tingkat harga diri korban *bullying* seksual remaja yaitu *Rosenberg Self Esteem* (RSE). Penggunaan RSE melalui kuesioner dengan skala Guttman yang memperoleh jawaban tegas ke arah positif atau ke arah negatif berupa 1 = *Strongly agree*, 2 = *Agree*, 3 = *Disagree*, 4 = *Strongly disagree* serta metode penilaian RSE menggunakan sistem gabungan. Sebelum dilakukan intervensi, peneliti melakukan *informed consent* dan penampisan bias pada responden, selanjutnya dilakukan *pretest* dengan durasi waktu 3 – 5 menit. Dilanjutkan pemberian intervensi *flashcard play therapy* yang dilakukan secara 1 sesi dalam 1 hari dengan durasi waktu 20 – 25 menit, kemudian dilakukan *posttest* dengan durasi waktu 3 – 5 menit. Analisis data menggunakan *Paired Samples Test* dan memenuhi syarat hasil distribusi data uji *Shapiro-Wilk* menunjukkan normal.

HASIL

Hasil penelitian yang disajikan berupa rerata pada karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin dan kelas, kemudian menganalisis pengaruh intervensi *flashcard play therapy* melalui uji bivariat.

**Tabel 1
Rerata Usia Responden**

Variable	Mean	Median	SD	Min	Max	IK 95%
Usia (Tahun)	2,03	2,00	0,726	1	3	1,78-2,27

Karakteristik responden berdasarkan usia dapat diketahui yakni rata-rata usia responden yang mengalami *bullying* seksual yaitu 13 tahun yaitu *mean* menunjukkan 2,03 dengan standar deviasi 0,726 maka mencerminkan bahwa rata-rata sebaran data memiliki tingkat penyimpangan yang rendah. Nilai tengahnya yaitu 13 tahun (12 tahun – 14 tahun). Hasil

interval kepercayaan bahwa diyakini 95% rata-rata usia responden berada pada 1,78 – 2,27 sehingga dilakukan pembulatan angka pada nilai interval kepercayaan menunjukkan berada pada nilai 2 yaitu mencerminkan usia 13 tahun.

**Tabel 2
Rerata Jenis Kelamin Responden**

Variable	Mean	Median	SD	Min	Max	IK 95%
Jenis Kelamin	2,00	2,00	0,463	1	2	1,55-1,86

Jenis kelamin responden dapat diketahui *mean* adalah 2,00 yang menunjukkan berjenis kelamin perempuan dengan standar deviasi 0,463 maka mencerminkan bahwa rata-rata sebaran data memiliki tingkat penyimpangan yang rendah. Nilai tengahnya adalah 2,00 yang menunjukkan berjenis kelamin perempuan (laki-laki – perempuan). Hasil interval kepercayaan menunjukkan bahwa 95% diyakini rerata jenis kelamin responden 1,55 – 1,86 sehingga dilakukan pembulatan angka pada nilai interval kepercayaan menunjukkan berada pada nilai 2 yaitu mencerminkan jenis kelamin perempuan.

**Tabel 3
Rerata Kelas Responden**

Variable	Mean	Median	SD	Min	Max	IK 95%
Kelas	2,00	2,00	0,507	1	2	1,34-1,68

Karakteristik responden berdasarkan kelas dapat diketahui *mean* adalah 2,00 yang menunjukkan rata-ratanya pada kelas 8 dengan standar deviasi 0,507 maka mencerminkan bahwa rata-rata sebaran data memiliki tingkat penyimpangan yang rendah.

Seminar Nasional Keperawatan “Optimalisasi Praktik Keperawatan Dewasa Pendekatan Paliatif Dalam Mengelolah Diabetes Melitus untuk Meningkatkan Kualitas Hidup” Tahun 2024

Nilai tengahnya pada kelas 8 (kelas 7 – kelas 8) dan hasil interval kepercayaan menunjukkan bahwa 95% diyakini rerata kelas responden 1,34-1,68 sehingga dilakukan pembulatan angka pada nilai interval kepercayaan menunjukkan berada pada nilai 1 – 2 yaitu mencerminkan pada kelas 7 dan kelas 8.

Tabel 4
Perbedaan Tingkat Harga Diri Sebelum Intervensi dan Setelah Intervensi *Flashcard Play Therapy*

	Mean	Paired Different	IK 95%	Nilai P
Tingkat harga diri sebelum intervensi (n = 37)	25,62 (3,58)	5,43 (3,44)	4,28- 6,58	<0,001
Tingkat harga diri setelah intervensi (n = 37)	31,05 (3,20)			

Distribusi perbedaan tingkat harga diri sebelum intervensi dan setelah intervensi menunjukkan nilai *significancy* <0,001 dengan selisih 5,43 (IK 95% -6,58 sampai -4,28). Karena nilai p <0,05 dan nilai IK tidak melewati nol, sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat perbedaan rerata tingkat harga diri yang bermakna sebelum dan setelah intervensi *flashcard play therapy*. Interpretasi pada nilai p yakni adanya perbedaan pada tingkat harga diri sebelum intervensi *flashcard play therapy* dengan setelah dilakukannya intervensi *flashcard play therapy* yaitu memperoleh perbedaan rerata sebesar 5,432 atau lebih ekstrim. Nilai p memperoleh <5% mencerminkan bahwa terdapat pengaruh *flashcard play therapy* terhadap harga diri pada responden yang mengalami *bullying* seksual.

PEMBAHASAN

Hasil uji univariat pada karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin dan

kelas didapatkan standar deviasi yang lebih rendah dari pada nilai rata-rata (*mean*), maka hasil tersebut menunjukkan bahwa data penelitian

bersifat homogen karena rendahnya penyimpangan baku. Semakin kecil koefisien variasinya maka semakin homogen sebaran data pada penelitiannya, koefisiensi variasi berupa perbandingan antara simpangan baku dengan *mean*⁸. Hasil analisis yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia yang mengalami *bullying* seksual dari 37 responden rata-ratanya adalah remaja berusia 13 tahun dengan rentang usia 12 – 14 tahun. Pada karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dari 37 responden rata-rata seorang perempuan yang mengalami fenomena *bullying* seksual dan berdasarkan kelas responden pada penelitian ini rata-rata siswa kelas 8.

Hasil analisis tingkat harga diri pada *pretest* menunjukkan bahwa tingkat harga diri ketika penerapan terhadap intervensi *flashcard play therapy* belum dilakukan dapat diketahui lebih dari setengah responden mengalami harga diri rendah yang tergambarkan pada rerata nilai tingkat harga diri yaitu 25. Yang dimana responden memiliki perasaan tidak kompeten, tidak mampu dan kesulitan menghadapi tantangan hidup. Hasil penelitian setelah dilakukan intervensi *flashcard play therapy* diketahui bahwa terjadinya peningkatan pada tingkat harga diri responden. Berdasarkan dari hasil analisis tingkat harga diri pada *posttest* menunjukkan rerata nilai tingkat harga diri responden yaitu 31. Hasil nilai tersebut menggambarkan sebagian besar responden adanya penilaian positif terhadap kepercayaan diri dan kompetensi dirinya.

Mayoritas dari responden yang mengalami peningkatan tingkat harga diri karena metode *flashcard play therapy* yang menarik perhatian, sehingga menjadi media baru dan menyenangkan bagi responden dalam berinteraksi dua arah dan mendapatkan

Seminar Nasional Keperawatan “Optimalisasi Praktik Keperawatan Dewasa Pendekatan Paliatif Dalam Mengelolah Diabetes Melitus untuk Meningkatkan Kualitas Hidup” Tahun 2024

informasi baru. Asumsi peneliti tersebut didukung dengan teori terkait *flashcard play therapy* bahwa bermain *flashcard* adalah bentuk inovasi terhadap cara membaca dengan mendorong kemampuan otak kanan untuk melatih memori⁹.

Isi pembelajaran *flashcard play therapy* yang digunakan pada penelitian ini menyesuaikan dengan fenomena yang diteliti yang terdapat tentang definisi dan jenis-jenis *bullying* seksual, pengertian harga diri dan jenisnya, kata-kata positif, kalimat afirmasi positif, dan bentuk-bentuk perilaku yang bernilai positif sehingga media *flashcard play therapy* cukup efisien dalam mengatasi masalah gangguan konsep diri yaitu harga diri pada remaja akibat perlakuan *bullying* seksual. Salah satu alternatif terapi untuk menangani gangguan kesehatan mental yaitu terapi bermain yang berisi pembelajaran dan pengembangan dengan komunikasi yang efektif¹⁰.

Komunikasi yang dinamis saat penggunaan media *flashcard play therapy* pada penelitian ini adalah adanya interaksi dua arah yang menyesuaikan antara kondisi responden dan peneliti upayakan dalam mengatasi masalah melalui pemikiran positif dan bersinergi satu sama lain. Terapi bermain diterapkan efektif pada anak-anak dan remaja yang mengalami kelainan mental serta masalah perilaku salah satunya *bullying* seksual¹⁰. Maka dari itu metode *flashcard play therapy* mendapatkan hasil yang berpengaruh untuk mengatasi gangguan konsep diri yaitu harga diri rendah yang dialami responden akibat *bullying* seksual.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisa dan hasil pembahasan penelitian mengenai pengaruh terapi bermain *flashcard* terhadap harga diri pada korban *bullying* seksual remaja, diperoleh beberapa kesimpulan penting. Karakteristik responden menunjukkan bahwa rata-rata berusia 13 tahun, mayoritas berjenis kelamin perempuan,

dan sebagian besar merupakan siswa kelas 8. Sebelum dilakukan intervensi terapi bermain *flashcard*, tingkat harga diri korban *bullying* seksual remaja memiliki nilai rerata 25 dengan rentang 17 hingga 34, yang menunjukkan tingkat harga diri rendah. Setelah intervensi, nilai rerata meningkat menjadi 31 dengan rentang 24 hingga 37, menunjukkan tingkat harga diri yang lebih tinggi. Analisis statistik menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari terapi bermain *flashcard* terhadap peningkatan harga diri pada korban *bullying* seksual remaja, dengan nilai $p < 0,001$ dan selisih rerata 5,43 (IK 95% -6,581 sampai -4,284).

Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh *flashcard play therapy* terhadap harga diri pada korban *bullying* seksual remaja, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan. Bagi remaja yang mengalami *bullying* seksual, penelitian ini memberikan informasi penting tentang *bullying* seksual dan pentingnya memiliki harga diri yang tinggi. Diharapkan remaja yang pernah mengalami *bullying* seksual dapat menerapkan informasi yang diperoleh saat intervensi *flashcard play therapy* dalam kehidupan sehari-hari. Bagi profesi keperawatan, hasil penelitian ini menggarisbawahi pentingnya peran perawat sebagai edukator yang memberikan pengetahuan, informasi, dan upaya pengembangan keterampilan atau potensi diri pada remaja melalui metode yang menyenangkan dan komunikasi dua arah yang efisien, seperti menggunakan *flashcard play therapy*. Untuk peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut dengan bentuk *flashcard play therapy* yang lebih inovatif atau menggunakan metode terapi bermain yang berbeda, melakukan pengkajian lebih mendalam, desain penelitian yang berbeda, dan menggunakan kelompok kontrol.

**Seminar Nasional Keperawatan “Optimalisasi Praktik Keperawatan Dewasa Pendekatan Paliatif
Dalam Mengelolah Diabetes Melitus untuk Meningkatkan Kualitas Hidup” Tahun 2024**

REFERENSI

1. Susilowati E, Yuliani D, Suharma, Praptoraharjo I, Dewi EH, Yusuf H, et al. Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja 2021. Bandung: Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung; 2022. 1–369 p.
2. Rizaty MA. Kekerasan di Sumatera Selatan Capai 341 Kasus, Paling Banyak di Palembang. Katadata Media Network. 2021 [cited 2023 Dec 28]. Available from: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/09/17/kekerasan-di-sumatera-selatan-capai-341-kasus-paling-banyak-di-palembang>
3. SIGA. Grafik Data Kekerasan. Sistem Informasi Gender dan Anak Kabupaten Muara Enim. 2021 [cited 2023 Dec 28]. Available from: <https://www.sigadp3a.muaraenimkab.go.id/portal/datakekerasan>
4. A'ini ADN, Reny A. Hubungan Harga Diri Dan Pengetahuan Tentang Bullying Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja. Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik. 2020;3(2):28–37.
5. Amin G. Psikoedukasi Mengenai Dampak Bullying Dan Cara Meningkatkan Self-Esteem Pada Remaja. Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia. 2020;3(1):300–7.
6. Fithria, Rahmi A. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Bullying. Idea Nursing Journal. 2016;7(3):9–17.
7. O'Connor KJ, Schaefer CE, Braverman LD. Handbook of Play Therapy. 2nd ed. Canada: John Wiley & Sons, Inc.; 2016. 1–720 p.
8. Wirawan N. Cara Mudah Memahami Statistika Ekonomi dan Bisnis (Statistika Deskriptif). 4th ed. Statistika Deskriptif. Keraras Emas Denpasar; 2016. 330 p.
9. Rapmauli D, Matulesy A. Pengaruh Terapi Bermain Flashcard Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Pada Anak Autis di Miracle Centre Surabaya. Persona Jurnal Psikologi Indonesia. 2015;4(1).
10. Setiawan H, Atmojo WT, Rutmalem S. Efektifitas Pemberian Terapi Bermain Terhadap Emosi, Perilaku dan Sosial pada Klien Remaja di Rumah Sakit Jiwa. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa. 2020;3(3):349–5