

Membangun Harga Diri: Peran Pelatihan Asertivitas bagi Remaja Korban Pelecehan Seksual di Panti Asuhan

Berliana Widi Scarvanovi^{1*}, Ike Herdiana²

¹Fakultas Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta

²Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya

E-mail korespondensi: ^{1*}berlianawidi@staff.uns.ac.id

Keywords: *assertiveness training, orphanage, self-esteem, sexual harassment*

Abstract

This research focuses on female adolescents who are victims of sexual violence in orphanages. The perpetrators of sexual harassment were male friends who lived in the same orphanage. This research aims to see the effect of assertiveness training to increase the self-esteem of adolescent victims of sexual abuse who live in orphanages. The research participants are 4 adolescents with an age range of 12-18 years. The research was conducted using the one group pre and posttest design experimental method. Data collection methods were carried out through psychological scales, interviews and observations. The intervention procedure carried out is divided into 3 main parts: opening (pre-test/baseline), training and termination (post-test). The measuring instruments that used are Coopersmith's Self-Esteem Inventory (CSEI) and Coopersmith's Behavior Rating Form (BRF) For Self-Esteem. The intervention procedure carried out consists of 6 sessions: relationship control (behavioral contracting), systematic rational restructuring: giving and receiving praise, expressing feelings, conveying requests, saying 'no' to irrational requests and behavioral rehearsal. The data analysis method is the T-Test method. The research results showed that the value of $p = 0.26$ was obtained which means there was an increase of self-esteem in young women who experienced sexual harassment in orphanages after assertiveness training.

Kata kunci: *harga diri, panti asuhan, pelatihan asertivitas, pelecehan seksual*

Abstrak

Penelitian ini berfokus kepada remaja perempuan korban kekerasan seksual di panti asuhan. Dalam penelitian ini, pelaku pelecehan seksual adalah teman laki-laki yang tinggal di panti yang sama. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pelatihan asertivitas untuk meningkatkan harga diri remaja korban pelecehan seksual yang tinggal di panti asuhan. Partisipan penelitian terdiri dari 4 orang dengan rentang usia 12-18 tahun. Penelitian dilakukan

dengan metode eksperimen *one group pre and posttest design*. Metode pengambilan data dilakukan melalui skala psikologi, wawancara dan observasi. Prosedur intervensi yang dilakukan dibagi menjadi 3 bagian utama yaitu pembukaan (*pre-test/baseline*), pelatihan dan terminasi (*post-test*). Alat ukur yang digunakan adalah *Coopersmith's Self-Esteem Inventory (CSEI)* dan *Coopersmith's Behavior Rating Form (BRF) For Self-Esteem*. Prosedur intervensi yang dilakukan terdiri dari 6 sesi yaitu: *relationship control (behavioral contracting)*, *systematic rational restructuring*: memberikan dan menerima pujian, mengekspresikan perasaan, menyampaikan permintaan, mengatakan 'tidak' pada permintaan yang tidak rasional dan *behavioral rehearsal*. Metode analisis data yang digunakan adalah metode T-Test. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p = 0.26$ ($p < .05$) yang berarti terjadi peningkatan harga diri pada remaja putri yang mengalami pelecehan seksual di panti asuhan setelah pelatihan asertivitas.

Sitasi: Scarvanovi, B. W., & Herdiana, I. (2025). Membangun Harga Diri: Peran Pelatihan Asertivitas bagi Remaja Korban Pelecehan Seksual di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 12(1), 63-83. <https://doi.org/10.35891/jip.v12i1.5706>

Pendahuluan

Panti asuhan sebagai sebuah lembaga memiliki peranan untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial pada anak terlantar dengan melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar. Panti asuhan juga bertujuan untuk memberikan pelayanan pengganti orang tua atau wali anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial kepada anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi pengembangan kepribadiannya (Kemensos RI, 2010). Anak-anak yang berada di panti asuhan memiliki karakteristik dan permasalahan yang berbeda dari anak-anak yang tinggal bersama orang tuanya. Terdapat prevalensi yang cukup tinggi anak-anak yang tinggal di panti asuhan mengalami permasalahan kesehatan mental. Anak yang berada di panti asuhan memiliki resiko yang besar pada gangguan emosional, perilaku dan perkembangan dibandingkan anak yang tinggal bersama orang tuanya (Garwood & Close, 2001). Banyak remaja yang tinggal di panti asuhan merasa cemas, tidak yakin, dan tidak berdaya untuk mengendalikan kehidupannya. Banyak

juga yang merasa marah, ditolak serta sedih karena perpisahan dan rasa kehilangan. Ada pula yang merasa bersalah karena percaya bahwa merekalah yang menyebabkan gangguan pada keluarga kandungnya (*Foster Care - Children's Health Issues - MSD Manual Consumer Version*, n.d.).

Prevalensi masalah kesehatan medis dan mental pada anak yang berada di panti asuhan cukup tinggi. Sebuah penelitian terhadap anak-anak di panti asuhan berusia 2 hingga 14 tahun mengidentifikasi hampir 50% anak-anak tersebut memiliki masalah kesehatan mental yang signifikan secara klinis (Heneghan dkk., 2013). Dalam penelitian serupa terhadap remaja, 42% memiliki setidaknya satu gangguan kesehatan mental, dari jumlah tersebut, hampir sepertiganya memiliki 2 kelainan dan seperlimanya memiliki 3 kelainan (Burns dkk., 2004).

Anak-anak di panti asuhan dituntut untuk beradaptasi dengan cepat meskipun baru saja kehilangan keluarganya dan membangun hubungan yang baru dengan orang dewasa dan anak lain yang tidak dikenalnya (Knopf & Swick, 2008). Salah satu permasalahan yang sering terjadi pada anak di panti asuhan atau panti sosial adalah pelecehan, kekerasan ataupun eksploitasi seksual. Beberapa fenomena kekerasan seksual di panti asuhan sudah terjadi di Indonesia, misalnya kasus pelecehan anak oleh pengasuh di Sulawesi Utara dengan modus meminta anak untuk memijat (Pangkey, 2022), serta kasus di Purwokerto dengan modus serupa yaitu kepala panti berasalan memijat korban untuk memuluskan aksinya dalam melakukan pelecehan seksual tersebut (Wicaksono, 2023). Perempuan menjadi korban dalam dua kasus tersebut, yang menandakan bahwa perempuan menjadi kelompok *high risk* menjadi korban pelecehan seksual di panti asuhan (Dowdell dkk., 2009). Tentunya kedua kasus tersebut hanya dua diantara ratusan kasus pelecehan seksual di panti asuhan yang terjadi di Indonesia.

Beberapa studi berusaha untuk menjelaskan pemicu kejadian serupa bisa terjadi dari sudut pandang korban. Penyebab anak-anak panti asuhan mudah mengalami hal tersebut adalah kebutuhan emosional mereka akan perlindungan dan kenyamanan. Anak-anak di panti asuhan terbukti memiliki perasaan tanpa harapan, pasif terhadap permasalahan dirinya, perasaan negatif terhadap masa depan, dan memiliki gangguan

internalisasi jika dibandingkan dengan anak-anak yang tinggal bersama orangtuanya (Thurman dkk., 2006). Menurut sebuah penelitian anak yatim-piatu merupakan kelompok *high-risk* dari kegiatan seksual aktif pada usia anak. Setelah kehilangan kedua orangtuanya, anak cenderung langsung aktif secara seksual (Birdthistle dkk., 2008). Anak yatim-piatu mengalami tekanan psikososial yang lebih tinggi dari anak lain seusianya, hal ini berkaitan dengan permulaan hubungan seksual sejak dini. Mereka juga berisiko menjadi korban pemaksaan seksual dan pasangan yang lebih tua (Nyamukapa dkk., 2008).

Anak-anak ini juga tidak memiliki kelekatan dengan 'keluarganya' di panti asuhan yang meningkatkan resiko mereka terhadap perilaku maladatif. Anak-anak dengan kelekatan yang baik terhadap keluarga memiliki harga diri yang lebih tinggi sehingga terhindar menjadi korban pelecehan seksual, kekerasan ataupun eksploitasi seksual (Maliszewski & Brown, 2014). Anak di panti asuhan juga mengalami kesulitan dalam mengkategorikan mana perilaku yang dianggap melecehkan dan tidak. Hal tersebut menyebabkan mereka cenderung menyangkal atau mengabaikannya, ataupun mereka tidak mengerti bagaimana harus menghadapinya (Timmerman & Schreuder, 2014).

Korban pelecehan seksual kebanyakan pada akhirnya hanya berusaha menjauh dari pelaku tanpa mengatakan bahwa dirinya merasa terganggu dengan perbuatan pelaku tersebut (Duffy dkk., 2004). Hal tersebut sesuai dengan penelitian mengenai respon orang terhadap pelecehan seksual. Kebanyakan respon dari korban adalah mengabaikan perilaku tersebut, meskipun mereka merasa tidak nyaman. Respon yang jarang dilakukan adalah memberi tahu orang lain mengenai perilaku tersebut dan melakukan konfrontasi pada pelaku (Cummings & Armenta, 2002).

Penelitian yang lain memiliki hasil yang senada, perempuan yang mengalami pelecehan seksual biasanya akan bersikap pasif pada perilaku tersebut. Mereka cenderung mengabaikan atau justru menjadikan perilaku tersebut sebagai bahan lelucon. Respon yang pasif tersebut bukan mengindikasikan bahwa perempuan tersebut menginginkan perhatian secara seksual dari lawan jenisnya. Penelitian tersebut

membuktikan bahwa perempuan yang bersikap pasif biasanya berusaha menjaga agar situasi tetap nyaman dengan orang tersebut (Osman, 2004). Budaya patriarki di Indonesia juga memegang peranan dalam situasi ini, dimana perempuan korban pelecehan seksual diasumsikan mempunyai “peran utama” dalam mengundang pelaku kejahatan, mulai dari pakaian, perilaku, bahkan seksualitas korban yang dianggap menggoda (Supriyanto, 2023).

Sikap yang pasif ini tentunya mendatangkan konsekuensi tersendiri. Konsekuensi dari pelecehan seksual pun sangat dirasakan oleh korbannya. Pelecehan seksual dapat berdampak pada *post traumatic stress* dan depresi (Fielden dkk., 2010). Pelecehan seksual di masa anak menyebabkan berbagai psikopatologi dan penurunan fungsi secara keseluruhan. Selain itu, anak di bawah umur yang mengalami pelecehan seksual terus mengalami gangguan depresi, gangguan makan, kecenderungan bunuh diri, masalah seksual, tingginya angka perceraian, dan rendahnya prestasi kerja bahkan setelah mereka dewasa (Tyler, 2002). Anak-anak yang mengalami pelecehan seksual melaporkan gejala-gejala seperti depresi, kecemasan, stres pasca-trauma, rendahnya harga diri, menyakiti diri sendiri, dan perilaku seksual yang tidak pantas (Choi et al., 2023).

Rendahnya harga diri atau *self-esteem* merupakan salah satu dampak yang muncul karena pelecehan seksual (Okunlola dkk., 2021). Pelecehan seksual yang terjadi kepada korban kebanyakan tidak dilaporkan karena ketakutan akan stigma, sehingga banyak remaja yang menghadapinya dengan rasa sakit, trauma, rasa malu, menyalahkan diri sendiri, dan masih banyak lagi (Adebayo, 2014). Efek psikososial pelecehan seksual membuat anak mengalami stres, cemas dan depresi yang dapat menyebabkan anak melakukan perilaku maladaptif, bunuh diri dan memiliki harga diri yang rendah (Adigeb & Mbua, 2015).

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa pengalaman hidup seseorang berkontribusi besar terhadap pengembangan harga diri (Henriques, 2015) sedangkan mengembangkan harga diri merupakan unsur psikologis yang penting untuk membawa keutuhan *self*, bukan hanya kepada individu sendiri tetapi juga kepada orang lain di

sekitarnya. Hal ini menyiratkan bahwa pengalaman remaja yang mengalami pelecehan seksual dapat berdampak negatif pada harga diri dan juga berdampak negatif pada fungsi remaja dalam aspek kehidupan lainnya. Fakta ini dikonfirmasi melalui penelitian yang mengungkapkan bahwa remaja yang pernah mengalami pelecehan seksual juga menunjukkan tingkat harga diri yang jauh lebih rendah dibandingkan remaja yang tidak mengalami pelecehan (Foster & Hagedorn, 2014).

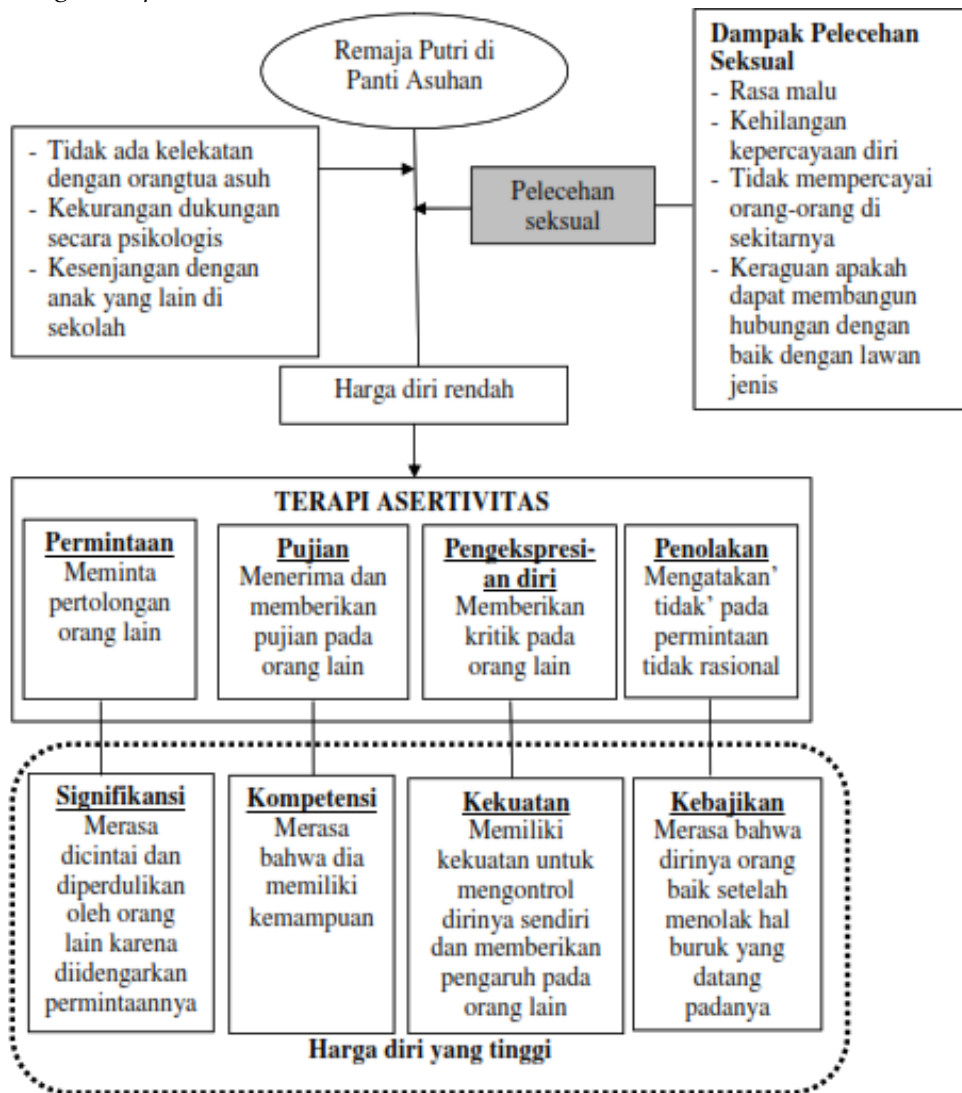
Kondisi remaja dengan *self-esteem* yang rendah karena menjadi korban pelecehan seksual tersebut membutuhkan sebuah intervensi psikologis yang bukan hanya bertujuan untuk memulihkan luka yang dialami namun juga membuat individu mampu menolak dan membela diri saat ada individu yang berusaha untuk melakukan pelecehan seksual kepadanya. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah pelatihan asertivitas.

Pelatihan asertivitas tersebut memuat *self disclosure* atau proses individu memahami dirinya sendiri dan mendapatkan insight bahwa dirinya setara dengan orang lain di sekitarnya. Saat proses memahami dirinya tersebut, individu akan memahami kekurangan dan kelebihan yang dimiliki olehnya, sehingga secara otomatis cara pandanginya kepada diri sendiri menjadi lebih baik (Makinde & Akinteye, 2014). Individu juga merasa lebih percaya diri, dia mampu menyampaikan idenya kepada orang lain dengan lebih baik karena dalam proses *treatment* klien pasti diminta untuk lebih aktif berbicara dan menyampaikan pendapatnya secara verbal (Lin et al., 2008).

Pelatihan asertivitas terbukti efektif untuk meningkatkan kemampuan korban pelecehan seksual untuk menolak perilaku seksual dari orang lain. Hal ini sesuai dengan penelitian pelatihan asertif kepada remaja yang berpacaran (Amaliyah dkk., 2016). Pelatihan ini juga terbukti cukup efektif diberikan kepada anak dengan spektrum autisme untuk mencegah kekerasan seksual (Firdaus dkk., 2024). Penelitian lain juga membuktikan bahwa psikoedukasi asertivitas dapat mencegah kekerasan seksual remaja (Budiarta & Sa'id, 2024). Namun, kebanyakan studi yang dilakukan masih berfokus kepada pelatihan asertivitas untuk meningkatkan komunikasi asertif,

sementara penelitian ini berfokus kepada peningkatan harga diri melalui pelatihan asertivitas. Gambar 1 merupakan gambaran rangka berpikir dari penelitian ini.

Gambar 1
Kerangka Berpikir



Metode

Tipe penelitian adalah *mixed method* atau kombinasi antara pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Kedua bentuk pendekatan akan berperan secara sama pada penelitian ini. Kedua pendekatan akan digunakan dalam proses penelitian dan akan dilakukan secara bergantian sesuai dengan aspek atau tahapan yang akan diteliti (Alsa, 2007). Pendekatan kuantitatif ini akan digunakan untuk *pretest* dan *posttest* sebagai dasar untuk melihat perubahan harga diri yang terjadi pada subjek setelah serangkaian perlakuan yaitu

pelatihan asertivitas. Pendekatan kuantitatif tersebut akan dikombinasikan dengan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif ini akan digunakan untuk menjelaskan dinamika perubahan subjek baik setiap sesi maupun secara keseluruhan setelah melalui serangkaian proses intervensi.

Penelitian kombinasi kuantitatif dan kualitatif ini dilakukan dengan menggunakan tipe penelitian eksperimen semu atau *quasi experimental*. Penelitian *quasi experimental* sendiri adalah jenis penelitian yang mirip dengan penelitian eksperimental, namun tidak memiliki karakteristik utama penelitian eksperimental, yaitu manipulasi terhadap variabel bebas, kontrol yang tetap terhadap variabel sekunder, serta randomisasi untuk memasukkan subyek-subyek ke dalam kelompok-kelompok penelitian (Seniati, 2015).

Desain penelitian sendiri menggunakan metode desain perlakuan ulang atau *one group pre and posttest design*.

$$O_1 \longrightarrow X \longrightarrow O_2$$

Keterangan :

O_1 : *Pretest*

O_2 : *Posttest*

X : Pelatihan asertivitas

Partisipan

Subjek dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kesesuaian karakteristiknya dengan tujuan penelitian. Subjek dalam penelitian ini memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja putri di sebuah panti asuhan di Surabaya yang berada pada rentang usia remaja. Rentang usia remaja tersebut adalah usia 12-18 tahun. Penentuan karakteristik ini disebabkan karena saat fase remaja, individu mengalami perubahan ciri seksual sekunder yang secara psikologis berdampak pada perilaku seksual yang ditunjukkan. Saat fase ini individu menjadi lebih tertarik kepada lawan jenisnya. Selain itu, dalam rentang usia tersebut individu telah mampu terlibat dalam proses terapi.

- b. Subjek pernah atau dilaporkan pernah mengalami pelecehan seksual oleh teman sebayanya, subjek juga belum pernah mendapatkan intervensi apapun terkait dengan permasalahannya. Hal tersebut bertujuan sebagai penguat bahwa perubahan yang terjadi pada subjek murni disebabkan karena intervensi yang akan dilakukan, bukan efek dari intervensi sebelumnya ataupun proses recalling.
- c. Subjek menunjukkan skor harga diri yang rendah (≤ 35) yang diukur menggunakan *Coopersmith's Self-Esteem Inventory*.
- d. Subjek bersedia untuk mengikuti semua proses intervensi yang akan dilakukan. Hal ini bertujuan agar subjek lebih bersemangat dalam mengikuti proses intervensi karena adanya kebutuhan dari subjek untuk berubah. Selain itu, agar tidak mengganggu jalannya intervensi karena dari awal subjek sudah memiliki komitmen untuk mengikuti intervensi.
- e. Pemilihan subjek dilakukan langsung oleh peneliti melalui proses wawancara. Pada proses wawancara ini harus dipastikan bahwa subjek yang mengikuti intervensi ini adalah anak-anak yang merasa terganggu terhadap pelecehan seksual yang terjadi padanya.

Pengumpulan Data

Skala Psikologi

Alat pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Coopersmith's Self-Esteem Inventory* (CSEI) yang diciptakan oleh Coopersmith pada tahun 1967. Skala ini dapat digunakan untuk anak berusia di atas 8 tahun yang terdiri dari 58 aitem pernyataan. CSEI terdapat 5 sub-skala yaitu: signifikansi, kompetensi, kekuasaan, kebajikan dan *lie score*. CSEI ini akan digunakan sebagai alat pengukuran yang utama dalam penelitian ini dan akan diberikan dalam bentuk *pre-test* dan *post-test*. Hasil *pre-test* akan diasumsikan sebagai kondisi awal sebelum *treatment* sedangkan *post-test* akan diasumsikan dengan kondisi akhir setelah *treatment*. Perubahan skor pada *pre-test* dan *post-test* akan dibandingkan dengan menggunakan teknik statistik sebagai akibat dari *treatment* yang telah diberikan.

Wawancara

Wawancara yang dilakukan bersifat semi terstruktur namun juga terbuka. Hal tersebut menandakan bahwa subjek mengetahui bahwa dirinya sedang diwawancarai dan mengetahui pula apa maksud dan tujuan dari wawancara tersebut. Pada penelitian ini wawancara akan dilakukan pada subjek dan *significant other* (pengasuh di panti), karena orangtua subjek kebanyakan tinggal di luar kota atau sudah meninggal. Pertanyaan yang diberikan akan terfokus pada latar belakang subjek dan pelecehan seksual yang terjadi pada subjek.

Observasi

Observasi dilakukan secara non-partisipan yang berarti peneliti berada di luar lingkup pengamatan dan hanya berpartisipasi sebagai pengamat. Data observasi nantinya akan berbentuk anekdotal dan *checklist*. Observasi perilaku yang merepresentasikan harga diri sebagai data pendukung dengan menggunakan *Coopersmith's Behavior Rating Form (BRF) For Self-Esteem*. BRF terdiri dari 13 aitem perilaku yang pengisiannya menggunakan metode checklist dengan sistem observasi. Observasi ini akan dilakukan mulai sesi 1 sampai sesi 5, dengan pertimbangan saat sesi 6 tidak terdapat banyak interaksi antara subjek dan hanya berupa pengulangan perilaku.

Prosedur intervensi yang dilakukan dibagi menjadi 3 bagian utama yaitu pembukaan (*pre-test/baseline*), pelatihan dan terminasi (*post-test*). Pelatihan asertivitas dilakukan dalam 6 sesi dengan 3 tahapan utama yaitu *behavioral contracting*, *systematic rational restructuring*, dan *behavioral rehearsal*. Berikut merupakan gambaran dari intervensi yang dilakukan:

Tabel 1*Prosedur Intervensi*

No	Prosedur	Waktu	Tujuan	Kegiatan
1.	Pembukaan (<i>Pre-test/baseline</i>)	60 menit	Melakukan pengukuran awal atau <i>baseline</i> penelitian.	Membagikan skala kepada partisipan penelitian untuk melihat tingkat harga diri dari partisipan penelitian.
2.	Sesi I (<i>Relationship Control-Behavioral Contracting</i>)	155 menit	1. Membuka program <i>treatment</i> dengan menjelaskan tentang	1. Membangun kepercayaan dan

			kegiatan intervensi yang akan dilakukan dan pembentukan norma kelompok.	menciptakan situasi yang nyaman
			2. Memahami permasalahan yang terjadi pada subjek dan meyakinkan mereka bahwa permasalahannya dapat diatasi dengan cara mengekspresikan opini, kepercayaan dan perasaannya pada orang lain dalam atmosfir yang dapat diterima.	2. Penjelasan mengenai kegiatan yang akan dilakukan
			3. Subjek memahami pola komunikasi asertif yang nantinya akan banyak digunakan di sesi-sesi berikutnya.	3. Meyakinkan subjek bahwa permasalahan dapat diselesaikan dengan pelatihan asertivitas
				4. Modeling dan <i>role play</i> mengenai perilaku dalam komunikasi asertif
3.	Sesi II (<i>Systematic Rational Restructuring</i> - Memberikan dan Menerima Pujian dari Orang lain)	210 menit	Subjek memahami kelebihan dan kekurangannya, sehingga merasa bahwa dirinya berbeda dari orang lain.	1. Penjelasan mengenai kegiatan yang akan dilakukan
				2. <i>Brainstorming</i> lewat sebuah permainan untuk memahami kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya
				3. <i>Role play</i> memuji dan menerima pujian dari temannya berdasarkan kegiatan sebelumnya ataupun berdasarkan pengalaman-pengalaman dalam kehidupan sehari-hari
4.	Sesi III (<i>Systematic Rational Restructuring</i> – Mengekspresikan Perasaannya pada Orang Lain)	265 menit	Masing-masing subjek memandang bahwa dirinya memiliki kontrol atas dirinya sendiri, memberikan dampak kepada orang lain dengan cara mengekspresikan ketidaknyamanan kepada	1. Penjelasan mengenai kegiatan yang akan dilakukan
				2. Membayangkan beberapa perasaan yang tidak menyenangkan dan membedakannya satu dengan yang

			orang lain dengan cara langsung dan jujur.	lainnya kemudian mengungkapkannya 3. <i>Role play</i> mengungkapkan perasaannya kepada orang lain
5.	Sesi IV (<i>Systematic Rational Restructuring-Menyampaikan Permintaan Kepada Orang Lain</i>)	190 menit	Subjek merasakan bahwa dirinya dicintai, diperdulikan dan penting bagi orang lain dengan menyadari bahwa orang lain mendengarkan dan menerima permintaannya.	1. Penjelasan mengenai kegiatan yang akan dilakukan 2. <i>Role play</i> dengan menggunakan situasi yang telah diceritakan pada sesi sebelumnya, memperagakan bagaimana meminta seseorang untuk berhenti melakukan suatu hal yang mengganggu 3. Pengungkapan mengenai orang yang dipercaya
6.	Sesi V (<i>Systematic Rational Restructuring-Mengatakan 'Tidak' pada Permintaan yang Tidak Rasional</i>)	215 menit	Subjek memandang dirinya sebagai orang yang baik, sesuai dengan persepsi 'baik' yang dimiliki olehnya dengan cara menolak hal-hal yang dapat memberikan pengaruh buruk kepadanya.	1. Penjelasan mengenai kegiatan yang akan dilakukan 2. Evaluasi tugas mandiri 3. Menonton dan mendiskusikan video kenakalan remaja 4. <i>Role play</i> menolak ajakan orang lain
7.	Sesi VI (<i>Behavioral Rehearsal</i>)	95 menit	Review, pengulangan dengan metode behavioral rehearsal dan evaluasi terhadap keseluruhan pelatihan asertivitas yang dilakukan dari awal hingga akhir.	1. Penjelasan mengenai kegiatan yang akan dilakukan 2. Pengulangan perilaku yang telah dipelajari 3. Review sesi awal-akhir
8.	Terminasi (<i>post-test</i>)	60 menit	Melakukan pengukuran akhir penelitian	Membagikan skala kepada partisipan penelitian untuk melihat tingkat harga diri dari partisipan penelitian.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan kondisi subjek sebelum dengan sesudah perlakuan. Hal tersebut dapat diketahui dari perubahan skor skala saat sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan, sehingga dapat diketahui efektivitas dari

intervensi yang diberikan. Data yang digunakan sebagai skala berbentuk interval, sehingga untuk menentukan analisis data yang digunakan, peneliti akan memastikan data memiliki distribusi normal dan homogen (Sugiyono, 2013). Jika keduanya terpenuhi maka pengolahan data akan menggunakan statistik parametrik dengan metode T-Test yang dianalisis dengan menggunakan SPSS.

Hasil dari analisis statistik ini nantinya akan didukung dengan menggunakan hasil wawancara dan observasi sebagai data pendukung perubahan yang terjadi pada subjek. Perubahan subjek nantinya akan ditinjau setiap sesi pada proses intervensi.

Hasil

Peneliti menggunakan *Coopersmith's Self-Esteem Inventory* (CSEI) kepada subjek sebagai *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat harga diri atau harga diri pada sebelum dan sesudah diberikannya *treatment*. *Pre-test* dilakukan secara individual yang bertujuan agar subjek lebih berkonsentrasi dalam pengisian dan tidak terpengaruh oleh teman-temannya. Berdasarkan hasil *pre-test* yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa keempat subjek memiliki tingkat harga diri yang rendah, secara lebih lengkap dipaparkan dalam tabel 2.

Tabel 2

Hasil Pre-test Subjek

Subjek	Skor Skala harga diri
AMS	24 (Harga diri rendah)
KL	30 (Harga diri rendah)
KN	32 (Harga diri rendah)
MT	30 (Harga diri rendah)

Rancangan intervensi dilakukan setelah *pre-test* sebanyak 6 sesi berturut-turut. Keberhasilan pada setiap sesi diukur dengan menggunakan worksheet dan observasi. Setelah sesi selesai dilaksanakan, dilakukan pengukuran *post-test* dengan hasil pada tabel 3.

Tabel 3*Hasil Post-test Subjek*

Subjek	Skor Skala harga diri
AMS	44 (Harga diri tinggi)
KL	56 (Harga diri tinggi)
KN	64 (Harga diri tinggi)
MT	38 (Harga diri sedang)

Selanjutnya Tabel 4 menunjukkan perbandingan hasil dari *pre-test* dan *post-test* subjek.

Tabel 4*Perbandingan pre-test dan post-test*

Subjek	Skor Pre-test	Skor Post-test	Gain Score	Hasil
AMS	24 (Rendah)	44 (Tinggi)	20	Mengalami perubahan kategori dan mengalami kenaikan pada aspek/indikator.
KL	32 (Rendah)	56 (Tinggi)	24	Mengalami perubahan kategori dan mengalami kenaikan pada aspek/indikator.
KN	34 (Rendah)	64 (Tinggi)	30	Mengalami perubahan kategori dan mengalami kenaikan pada aspek/indikator.
MT	30 (Rendah)	38 (Sedang)	8	Mengalami perubahan kategori dan mengalami kenaikan pada aspek/indikator.

Tabel 5*Perubahan harga diri berdasar aspek*

Subjek		Aspek Harga Diri				Lie score	Total
		Signifikansi	Kompetensi	Kekuasaan	Kebajikan		
AMS	<i>Pre-test</i>	2	6	10	4	4	24
	<i>Post-test</i>	6	8	14	6	4	44
KL	<i>Pre-test</i>	6	4	8	6	6	30
	<i>Post-test</i>	10	16	14	14	2	56
KN	<i>Pre-test</i>	4	14	6	6	2	32
	<i>Post-test</i>	10	20	16	10	8	64
MT	<i>Pre-test</i>	4	6	4	4	12	30
	<i>Post-test</i>	8	4	10	8	8	38

Berdasarkan hasil dari *pre-test* dan *post-test* tersebut didapatkan hasil bahwa AMS, KL, dan KN mengalami peningkatan pada aspek signifikansi, kompetensi, kekuasaan, dan kebajikan. Subjek MT mengalami peningkatan pada aspek signifikansi, kekuasaan dan kebajikan.

Tabel 6

Uji Hipotesis

	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>t value</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
<i>Pre-test</i>	30.50	3.416			
<i>Post-test</i>	51.50	12.477	4.145	3	.026

Berdasarkan uji hipotesis tersebut didapatkan data *pre-test* ($M = 30.50$; $SD = 3.416$) memiliki *mean* yang lebih kecil dibandingkan dengan data *post-test* ($M = 51.50$; $SD = 12.477$) yang artinya terdapat perbedaan *mean* antara sebelum dan sesudah pemberian pelatihan asertivitas.

Berdasarkan data yang dianalisa tersebut didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor harga diri pada remaja panti asuhan yang mengalami pelecehan seksual sebelum dan sesudah pemberian pelatihan asertivitas. Berdasarkan hasil analisis tersebut didapatkan nilai $p = 0.26$ yang artinya $p < .05$ sehingga terjadi peningkatan harga diri pada remaja putri yang mengalami pelecehan seksual di panti asuhan setelah pelatihan asertivitas.

Diskusi

Pelecehan seksual dalam penelitian ini dilakukan oleh teman laki-laki subjek yang tinggal dalam satu asrama dengan subjek. Jenis dari pelecehan seksual yang dilakukan sendiri adalah *seductive behavior* atau perilaku menggoda yaitu perilaku tanpa persetujuan yang dianggap tidak sopan atau menyerang secara seksual (Lenhart, 2004). Perilaku tersebut misalnya menyentuh bagian tubuh misalnya area dada, punggung (dekat tali bra), serta wilayah-wilayah yang membuat subjek merasa tidak nyaman dan merasa bahwa dirinya telah dilecehkan secara seksual.

Beberapa karakteristik subjek penelitian memang sesuai dengan karakteristik korban pelecehan seksual secara umum. Karakteristik tersebut adalah menyembunyikan kejadian yang menimpanya (Lenhart, 2004). Keempat subjek cenderung menyembunyikan pelecehan seksual yang terjadi padanya, termasuk kepada pengasuh dan teman-temannya. Salah satu alasan mengapa mereka merahasiakannya adalah ketidakpercayaan mereka terhadap orang-orang di sekitarnya, mereka juga takut disalahkan misalnya orang lain justru menyalahkan mereka karena menganggap subjek

terlalu sering bergaul dengan laki-laki sehingga pantas mendapatkan perlakuan seperti itu. Hal tersebut menyebabkannya tidak mau mendapatkan bantuan dan dukungan dari orang lain. Respon yang diberikan kepada perilaku tersebut bermacam-macam, misalnya dalam bentuk *avoidance* dengan menghindari pelaku dan menjadikan perilaku sebagai lelucon, *confrontation* dilakukan oleh satu orang korban dengan cara memukul, namun hal tersebut tidak konsisten dilakukan olehnya. Mereka tidak berusaha menceritakan atau meminta bantuan pada orang lain.

Pelecehan seksual ini memberikan dampak tersendiri pada subjek, misalnya menjadi salah satu faktor penyebab harga diri subjek yang rendah. Pelecehan seksual menyebabkan rasa malu, rendahnya kepercayaan diri, ketakutan, kemarahan, kebingungan, kehilangan kepercayaan pada lawan jenis dan keraguan pada individu apakah dirinya akan mendapatkan hubungan dengan lawan jenis yang lebih baik (Duffy dkk., 2004). Semua subjek memunculkan perasaan tidak berharga dan ketakutan disalahkan oleh orang-orang di sekitarnya. Program peningkatan harga diri kemudian dirancang untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Pengalaman pelecehan seksual yang terjadi pada salah satu subjek menyebabkannya hampir melakukan bunuh diri. Hal tersebut sesuai dengan pendapat penelitian di mana pengalaman pelecehan seksual berasosiasi dengan pemikiran untuk bunuh diri pada beberapa anak (Duffy dkk., 2004).

Salah satu karakteristik anak panti asuhan adalah masalah kelekatan dengan orang dewasa (Van Ryzin & Nowicka, 2013), subjek juga memiliki permasalahan yang sama. Setiap mereka selalu menolak jika berurusan dengan pengasuhnya, maka peneliti berusaha mendapatkan kepercayaan dari subjek sebaik-baiknya. Hasilnya peneliti mendapatkan kepercayaan yang lebih jika dibandingkan dengan pengasuh subjek. Subjek sering mengirimkan pesan lewat media *online* untuk menceritakan permasalahannya kepada peneliti. Setelah berhasil mendapatkan kepercayaan subjek, kegiatan intervensi baru dimulai. Hal ini merupakan pertimbangan peneliti untuk tidak menggunakan *observer* tambahan terutama dari pihak panti asuhan, dengan pertimbangan akan mengurangi kepercayaan subjek kepada peneliti dan mengganggu jalannya intervensi.

Pada tahapan awal intervensi, kebutuhan untuk menyelesaikan permasalahan yang mereka hadapi sudah dibangun oleh subjek. Eksplorasi masalah dilakukan untuk memunculkan kepercayaan bahwa permasalahannya dapat diselesaikan dengan mengungkapkan ide-idenya kepada orang lain, sesuai dengan tahap *relationship control* pada pelatihan asertivitas (Moss dkk., 2021).

Setiap melakukan pengungkapan ide dan permasalahan pada proses terapi dimulai oleh terapis. Hal tersebut bertujuan untuk menumbuhkan kepercayaan remaja kepada orang yang lebih dewasa (Corey & Corey, 2006), sesuai dengan terapi kelompok yang dilakukan kepada remaja. Metode tersebut berbentuk, menceritakan permasalahan terlebih dahulu sehingga remaja merasa bahwa orang dewasa mempercayainya dan akan lebih mudah baginya untuk menceritakan masalahnya.

Pengungkapan ide-ide yang dimiliki oleh seseorang adalah satu tahapan dalam pelatihan asertivitas yaitu *systematic rational restructuring* (Moss dkk., 2021). Pada tahapan ini subjek dikondisikan untuk merasa pengalaman dimana mereka dipuji dan memuji orang lain, mengungkapkan perasaannya, meminta sesuatu dan menolak permintaan orang lain yang bersifat irasional. Dengan merasakan pengalaman tersebut, subjek merasakan bahwa keberadaannya signifikan bagi orang lain, dia dapat memiliki kontrol atas dirinya dan dapat mempengaruhi orang lain, memiliki kompetensi dan memiliki kebajikan dalam dirinya.

Sebuah hasil penelitian yang dilakukan menyebutkan bahwa dengan pelatihan asertivitas, harga diri pada remaja dapat meningkat (Makinde & Akinteye, 2014). Hal tersebut disebabkan karena dapat pelatihan asertivitas terdapat proses dimana dia mengidentifikasi dirinya sendiri atau melakukan *self disclosure*, kemudian individu akan dipandu untuk melakukan *problem solving* sehingga kompetensinya meningkat. Proses intervensi di penelitian ini juga melewati tahap *self-disclosure* di mana subjek menganalisis kelebihan dan kekurangan dirinya sehingga dapat memahami dirinya dengan lebih baik. Subjek juga banyak dihadapkan pada permasalahan sehingga mengharuskan mereka untuk melakukan *problem solving* yang harus diungkapkan secara verbal sesuai dengan metode pelatihan asertivitas.

Hasil dari penelitian ini adalah pelatihan asertivitas terbukti berpengaruh untuk meningkatkan harga diri remaja putri panti asuhan yang mengalami pelecehan seksual. Penelitian ini terbatas pada empat orang subjek sehingga tidak dapat digeneralisasikan, dalam arti pengaruh yang terjadi mungkin akan berbeda jika pelatihan asertivitas diberikan kepada subjek yang berbeda dengan karakteristik yang berbeda. Keempat subjek mengalami peningkatan harga diri, namun salah satu diantaranya mengalami peningkatan yang jauh di bawah subjek yang lain. Berdasarkan hasil *follow up* subjek juga belum mampu mengungkapkan permasalahannya kepada orang lain ataupun membela dirinya sendiri ketika mengalami pelecehan seksual. Kondisi tersebut disebabkan karena subjek yang kurang aktif mengikuti jalannya intervensi. Subjek lebih suka mengungkapkan pemikirannya lewat tulisan, sehingga dia mengalami banyak kesulitan dalam menjalani pelatihan asertivitas yang mengharuskan peserta untuk aktif mengungkapkan idenya secara verbal.

Kesimpulan

Berdasarkan data yang didapatkan peneliti, terapi asertivitas terbukti dapat meningkatkan harga diri pada remaja panti asuhan yang mengalami pelecehan seksual.

Referensi

- Adebayo, A. A. (2014). Sociological implications of domestic violence on childrens development in Nigeria. *Journal of African Studies and Development*, 6(1), 8–13. <https://doi.org/10.5897/jasd2013.0237>
- Adigeb, A., & Mbua, A. (2015). The Influence of Psychosocial Factors on Marital Satisfaction Among Public Servants in Cross River State. *Global Journal of Human Social Science.*, 15(8), 1–8. https://globaljournals.org/GJHSS_Volume15/2-The-Influence-of-Psychosocial-Factors.pdf
- Alsa, A. (2007). *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif serta Kombinasinya Dalam Penelitian Psikologi*.
- Amaliyah, K., Filliani, R., & Hidayat, D. R. (2016). PENGARUH TEKNIK ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENINGKATKAN ASERTIVITAS TERHADAP PERILAKU SEKSUAL DALAM BERPACARAN PADA SISWI KELAS VIII (Studi Kuasi Eksperimen di SMP Diponegoro 1 Jakarta). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1), 57. <https://doi.org/10.21009/insight.041.10>

- Anak Yatim Dicabuli Pimpinan Panti Asuhan di Purwokerto - Kompas.id.* (n.d.). Retrieved May 24, 2024, from <https://www.kompas.id/baca/nusantara/2023/02/17/anak-yatim-dicabuli-pimpinan-panti-asuhan-di-purwokerto>
- Birdthistle, I. J., Floyd, S., MacHingura, A., Mudziwapasi, N., Gregson, S., & Glynn, J. R. (2008). From affected to infected? Orphanhood and HIV risk among female adolescents in urban Zimbabwe. *AIDS*, 22(6), 759–766. <https://doi.org/10.1097/QAD.0b013e3282f4cac7>
- Budiarta, M. F. A., & Sa'id, M. (2024). Psikoedukasi Asertivitas Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Dalam Pencegahan Kekerasan Seksual Remaja. *Jurnal KARINOV*, 7(1), 40–46. <https://doi.org/10.17977/UM045V711P040>
- Burns, B. J., Phillips, S. D., Wagner, H. R., Barth, R. P., Kolko, D. J., Campbell, Y., & Landsverk, J. (2004). Mental health need and access to mental health services by youths involved with child welfare: A national survey. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 43(8), 960–970. <https://doi.org/10.1097/01.chi.0000127590.95585.65>
- Choi, S. S., Yang, S. B., Lim, M. H., Lim, J. Y., Kim, K. M., Lee, Y., Shim, S. H., Kim, M. S., & Chang, H. Y. (2023). Psychological aftereffects experienced by sexually abused children: Psychopathological characteristics revealed by the K-CBCL. *Medicine (United States)*, 102(38), E34699. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000034699>
- Corey, M. S., & Corey, G. (2006). *Groups : process and practice*. Thomson/Brooks/Cole.
- Cummings, K. M., & Armenta, M. (2002). Penalties for peer sexual harassment in an academic context: The influence of harasser gender, participant gender, severity of harassment, and the presence of bystanders. *Sex Roles*, 47(5–6), 273–280. <https://doi.org/10.1023/A:1021338811339>
- Dowdell, E. B., Cavanaugh, D. J., Burgess, A. W., & Prentky, R. A. (2009). Girls in foster care: A vulnerable and high-risk group. *MCN The American Journal of Maternal/Child Nursing*, 34(3), 172–178. <https://doi.org/10.1097/01.NMC.0000351705.43384.2a>
- Duffy, J., Wareham, S., & Walsh, M. (2004). Psychological consequences for high school students of having been sexually harassed. *Sex Roles*, 50(11–12), 811–821. <https://doi.org/10.1023/b:sers.0000029099.38912.28>
- Fielden, S. L., Davidson, M. J., Woolnough, H., & Hunt, C. (2010). A model of racialized sexual harassment of women in the UK workplace. *Sex Roles*, 62(1), 20–34. <https://doi.org/10.1007/s11199-009-9715-4>
- Firdaus, F., Septia, W., Hanifa, S., & Earnestly, F. (2024). PELATIHAN ASERTIF UNTUK

MENCEGAH KEKERASAN SEKSUAL PADA ANAK AUTIS SPECTRUM DISORDER DENGAN GANGGUAN KOMUNIKASI SOSIAL. *RESWARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 270–280. <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v5i1.3929>

Foster Care - Children's Health Issues - MSD Manual Consumer Version. (n.d.). Retrieved May 24, 2024, from <https://www.msmanuals.com/home/children-s-health-issues/social-issues-affecting-children-and-their-families/foster-care>

Foster, J., & Hagedorn, W. (2014). A Qualitative Exploration of Fear and Safety with Child Victims of Sexual Abuse. *Journal of Mental Health Counseling*, 36(3), 243–262. <https://doi.org/10.17744/mehc.36.3.0160307501879217>

Garwood, M. M., & Close, W. (2001). Identifying the psychological needs of foster children. *Child Psychiatry and Human Development*, 32(2), 125–135. <https://doi.org/10.1023/A:1012246723182>

Heneghan, A., Stein, R. E. K., Hurlburt, M. S., Zhang, J., Rolls-Reutz, J., Fisher, E., Landsverk, J., & Horwitz, S. M. C. (2013). Mental health problems in teens investigated by U.S. child welfare agencies. *Journal of Adolescent Health*, 52(5), 634–640. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.10.269>

Henriques, J. (2015). *Self-Esteem and Psychological Distress among Sexually Abused and Sexually Non-Abused Adolescents*.

Kemensos RI. (2010). Kemensos RI No : 77 / Huk / 2010. *Menteri Hukum Dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia*.

Knopf, H. T., & Swick, K. J. (2008). Using our understanding of families to strengthen family involvement. *Early Childhood Education Journal*, 35(5), 419–427. <https://doi.org/10.1007/s10643-007-0198-z>

Lenhart, S. A. (n.d.). *Clinical aspects of sexual harassment and gender discrimination: Psychological consequences and treatment interventions*. Retrieved July 18, 2024, from <https://psycnet.apa.org/record/2004-18762-000>

Liche Seniati. (2015). *Psikologi Eksperimen*. UMM Press.

Lin, Y., Wu, M., Yang, C., Chen, T., Hsu, C., Chang, Y., Tzeng, W., Chou, Y., & Chou, K. (2008). Evaluation of assertiveness training for psychiatric patients. *Journal of Clinical Nursing*, 17(21), 2875–2883. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2008.02343.x>

Maliszewski, G., & Brown, C. (2014). Familism, substance abuse, and sexual risk among foster care alumni. *Children and Youth Services Review*, 36, 206–212. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2013.11.021>

- Moss, J. G., Firebaugh, C. M., Morgan, S. M., Moss, J. G., & Firebaugh, C. M. (2021). *Assertiveness, Self-Esteem, and Relationship Satisfaction*. 4(2), 235–245.
- Nestapa Anak Panti Asuhan di Bolang Mongondow; Dari Kekerasan Seksual Sampai Dipekerjakan Paksa - YLBHI. (n.d.). Retrieved May 24, 2024, from <https://ylbhi.or.id/publikasi/artikel/nestapa-anak-panti-asuhan-di-bolang-mongondow-dari-kekerasan-seksual-sampai-dipekerjakan-paksa/>
- Nyamukapa, C. A., Gregson, S., Lopman, B., Saito, S., Watts, H. J., Monasch, R., & Jukes, M. C. H. (2008). HIV-associated orphanhood and children's psychosocial distress: Theoretical framework tested with data from Zimbabwe. *American Journal of Public Health, 98*(1), 133–141. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2007.116038>
- O. Makinde, B., & Akinteye, A. J. (2014). Effects of Mentoring and Assertiveness Training on Adolescents' Self-Esteem in Lagos State Secondary Schools. *International Journal of Social Science Studies, 2*(3). <https://doi.org/10.11114/ijsss.v2i3.438>
- Okunlola, O. B., Odukoya, J. A., & Gesinde, A. M. (2021). Outcomes of sexual abuse on self-esteem among adolescents: A systematic review. *Cogent Social Sciences, 7*(1). <https://doi.org/10.1080/23311886.2020.1856296>
- Osman, S. L. (2004). Victim Resistance: Theory and Data on Understanding Perceptions of Sexual Harassment. *Sex Roles, 50*(3–4), 267–275. <https://doi.org/10.1023/b:sers.0000015557.00936.30>
- Supriyanto, S. (2023). Victim Blaming in Sexual Harassment Cases: A Critique of Societal Views. *International Journal of Social Science and Human Research, 06*(06). <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v6-i6-65>
- Thurman, T. R., Brown, L., Richter, L., Maharaj, P., & Magnani, R. (2006). Sexual risk behavior among south african adolescents: Is orphan status a factor? *AIDS and Behavior, 10*(6), 627–635. <https://doi.org/10.1007/s10461-006-9104-8>
- Timmerman, M. C., & Schreuder, P. R. (2014). Sexual abuse of children and youth in residential care: An international review. In *Aggression and Violent Behavior* (Vol. 19, Issue 6, pp. 715–720). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2014.09.001>
- Tyler, K. A. (2002). Social and emotional outcomes of childhood sexual abuse: A review of recent research. *Aggression and Violent Behavior, 7*(6), 567–589. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(01\)00047-7](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(01)00047-7)
- Van Ryzin, M. J., & Nowicka, P. (2013). Direct and indirect effects of a family-based intervention in early adolescence on parent-youth relationship quality, late adolescent health, and early adult obesity. *Journal of Family Psychology, 27*(1), 106–116. <https://doi.org/10.1037/a0031428>