

TERAPI NOURISH-ART BAGI GANGGUAN KECEMASAN PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN FISIK DAN SEKSUAL DI SENTRA HANDAYANI JAKARTA

DOI: <https://doi.org/10.31595/biyan.v6i2.1267>

Tuti Nurhayati*

Politeknik Kesejahteraan Sosial
Bandung, Indonesia
Tuti.nurhayati180184@gmail.com

Rini Hartini Rinda Andayani

Politeknik Kesejahteraan Sosial
Bandung, Indonesia
rindadayani@gmail.com

Bambang Rustanto

Politeknik Kesejahteraan Sosial
Bandung, Indonesia
rustanto_bambang@yahoo.com

Journal History

Received: 8 July 2024
Accepted: 17 September 2024

Orcid Number

Author1 : [0000-0003-3235-7277](https://orcid.org/0000-0003-3235-7277)
Author2 : [0000-0001-5821-3533](https://orcid.org/0000-0001-5821-3533)

*Penulis Korespondensi
Corresponding Author

ABSTRACT

The issues faced by adolescents who are victims of physical and sexual violence sometimes require social workers to take a long time to understand their condition, as the victims are often not yet willing to open up and are still experiencing anxiety disorders. Nourishment and Art Therapy are among the most frequently applied psychosocial therapies by social workers at Sentra Handayani Jakarta for clients facing these issues. Based on the assessment results of the Nourishment practice applied by social workers, there are still several problems and needs that ultimately require solutions to ensure that Nourishment can be carried out effectively and efficiently. The technological innovation designed is the Nourish-Art Therapy, which is a development of Nourishment and Art Therapy. The purpose of implementing Nourish-Art Therapy is to reduce anxiety levels and enable clients to express their unfinished business issues. The research method applied is the SSD research method using three research subjects. The results of the study, based on analysis and observation of the three research subjects in terms of lack of focus and poor sleep aspects, showed a decrease in anxiety levels in each condition based on the trend direction/graph tendency, data analysis within conditions/situations and between conditions/situations displayed, indicating that the implementation of Nourish-Art Therapy can reduce anxiety levels in adolescents who are victims of physical and sexual violence at Sentra Handayani Jakarta.

Keyword

Adolescents, Physical and Sexual Violence, Anxiety, Nourishment, Art-Therapy

ABSTRAK

Permasalahan yang terjadi pada remaja korban kekerasan fisik dan seksual terkadang membuat para pekerja sosial memerlukan waktu yang panjang untuk dapat mengerti memahami kondisinya, karena korban yang belum mau terbuka dan masih mengalami gangguan kecemasan. *Nourishment dan Art Therapy* menjadi salah satu terapi psikososial yang paling sering di terapkan oleh pekerja sosial di Sentra Handayani Jakarta terhadap klien yang mengalami permasalahan tersebut. Berdasarkan hasil asesemen yang di lakukan terhadap praktik *Nourishment* yang di terapkan pekerja sosial, masih terdapat beberapa permasalahan dan kebutuhan yang pada akhirnya membutuhkan solusi agar *Nourishment* mampu berjalan dengan efektif dan efisien. Adapun rekayasa teknologi yang di rancang adalah Terapi *Nourish-Art* yang merupakan pengembangan dari *Nourishment dan Art Therapy*. Tujuan penerapan terapi *Nourish-Art* ini yakni untuk menurunkan tingkat kecemasan dan klien mampu mengungkapkan permasalahan *unfinished bussinesnya*. Metode penelitian yang di terapkan yaitu metode penelitian SSD dengan menggunakan tiga subjek penelitian. Adapun hasil dari penelitian tersebut dilihat dari analisis dan observasi terhadap ketiga subjek penelitian pada aspek tidak fokus dan aspek tidur tidak nyenyak mengalami penurunan tingkat kecemasan pada setiap kondisi berdasarkan kecenderungan arah/tren grafik, analisis data dalam kondisi/situasi dan antar kondisi/situasi yang di tampilkan, yang artinya penerapan terapi *Nourish-Art* dapat menurunkan tingkat kecemasan remaja korban kekerasan fisik dan seksual di Sentra Handayani Jakarta.

KATA KUNCI:

Remaja, Kekerasan Fisik dan Seksual, Kecemasan, Nourishment, Art Therapy

PENDAHULUAN

Menurut Amin, dkk,2018, tingginya angka kasus kekerasan seksual yang melibatkan anak-anak dan remaja menunjukkan bahwa mereka merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap adanya persepsi bahwa mereka lemah, tidak berdaya, dan sangat bergantung pada orang dewasa di sekitarnya. Selain itu, menurut Lyness dalam Maslihah, 2006, anak-anak juga tidak mampu melawan atau membantah ketika pelaku mengancam, memaksa dan memberikan suap dalam bentuk apapun. Hal inilah yang menyebabkan anak-anak tidak berdaya ketika di ancam untuk tidak memberitahukan apa yang mereka alami. Sebagian besar kasus yang terungkap menunjukkan bahwa pelakunya adalah orang yang dekat dengan korban. Banyak pelaku memiliki dominasi terhadap korban, seperti orangtua dan guru. Kekerasan seksual terhadap anak merupakan pelanggaran moral dan hukum, serta melukai anak secara fisik dan psikologis. Kekerasan ini dapat berupa pemerkosaan, pelecehan seksual, sodomi dan inses.

Berdasarkan data dari Sentra Handayani Jakarta pada tahun 2022 jumlah anak korban tindak kekerasan fisik dan seksual yang ditangani oleh Sentra Handayani Jakarta yang bersifat residensial sebanyak 22 orang, dan untuk tahun 2023 jumlah anak korban tindak kekerasan fisik dan seksual sebanyak 36 orang. Ada peningkatan jumlah anak korban tindak kekerasan fisik dan seksual yang ditangani oleh Sentra Handayani Jakarta dari tahun 2022 sampai tahun 2023. Upaya pemulihan psikososial pada remaja yang menjadi korban tindak kekerasan fisik dan seksual di Sentra Handayani Jakarta yaitu dengan diberikan terapi oleh pekerja sosial. Terapi yang sering di lakukan oleh pekerja sosial di dalam penanganan terhadap remaja korban tindak kekerasan fisik dan seksual yaitu *Nourishment* yang digunakan sebagai sarana katarsis dan juga *Art Therapy sebagai media* pengungkapan masalah dan membangun ketenangan secara psikologis melalui media gambar seperti melukis ataupun menggambar.

Dua terapi ini dilakukan dalam waktu yang berbeda. *Nourishment* ini bertujuan untuk mengeluarkan emosi yang tertahan (terpendam) melalui tulisan. Dengan melakukan *Nourishment*, remaja korban kekerasan fisik dan seksual dapat mengungkapkan permasalahan yang di alaminya. Namun dalam pelaksanaan terapi tersebut ada beberapa kekurangan, yaitu belum tergalinya semua permasalahan yang di alami oleh korban, karena hanya menyampaikan dalam bentuk tulisan terkait pengalaman yang tidak menyenangkan maupun pengalaman yang menyenangkan. Sedangkan kondisi di lapangan terkadang ada beberapa korban yang belum tergalinya permasalahannya di karenakan belum adanya keterbukaan dengan pekerja sosial, klien masih mengalami gangguan kecemasan seperti konsentrasi terganggu dan gangguan tidur. Dalam mengatasi hal tersebut kemudian remaja korban kekerasan fisik dan seksual di berikan *Art Therapy* untuk menggali permasalahan dan penurunan gangguan kecemasan. Pelaksanaan kegiatan terapi tersebut di lakukan dalam kurun waktu yang berbeda sehingga membutuhkan waktu yang lama.

Berdasarkan kondisi yang di temukan di lapangan, maka diperlukan pengembangan terapi yang dapat lebih memberikan dampak pemulihan pada klien dengan indikator target perubahan perilaku terukur. Klien dapat mengungkapkan perasaan yang tidak bisa di tuliskan melalui gambar ataupun media yang lain dan mampu menurunkan gangguan kecemasan yang di alaminya. Untuk itu peneliti tertarik dalam meneliti mengenai “Terapi *Nourish-Art* bagi gangguan kecemasan pada remaja korban kekerasan fisik dan seksual di Sentra Handayani Jakarta”. Terapi *Nourish-Art* adalah terapi hasil pengembangan teknologi dua terapi yang menggabungkan antara *Nourishment* dan *Art Therapy* yang di lakukan dalam satu waktu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi apakah penerapan terapi *Nourish-Art* dapat membantu mengurangi gangguan kecemasan klien (gangguan konsentrasi dan gangguan tidur).

Remaja yang mengalami kekerasan fisik dan seksual memerlukan penanganan khusus dalam pemulihan psikososial, untuk itu dalam memberi perlakuan serta perlindungan bagi remaja korban tindak kekerasan fisik dan seksual tidak hanya di berikan pemenuhan kebutuhan fisik saja mulai dari pemenuhan hidup layak (sandang, pangan, papan), dan pemeriksaan kesehatan. Namun juga pemenuhan kebutuhan psikis mulai dari pemeriksaan psikologis, pemberian pendampingan psikososial dan dukungan sosial.

Salah satu layanan pemulihan bagi remaja korban tindak kekerasan seksual yaitu layanan pemulihan sosial yang di lakukan oleh lembaga Sentra Handayani. Sentra Handayani Jakarta adalah UPT (Unit Pelaksana Teknis) dari Kementerian Sosial RI di mana salah satu tugasnya melayani rehabilitasi sosial/pemulihan psikososial bagi anak dan remaja membutuhkan tempat yang aman, berdasarkan UU no 35 tahun 2014. Sejak September 2021, Sentra Handayani Jakarta mulai mengembangkan fungsi multi layanan yang tidak terbatas pada AMPK saja melainkan untuk pemerlu pelayanan kesejahteraan sosial seperti lansia, disabilitas, napza, dan lainnya. Sentra “Handayani” di Jakarta fokus melaksanakan program pendampingan rehabilitasi sosial dan bantuan rehabilitasi sosial berdasarkan Permensos No 7 tahun 2021 dengan cara menggunakan pendekatan yang melibatkan keluarga, komunitas, dan/atau tempat tinggal dengan

memberikan dukungan dalam pemenuhan kebutuhan dasar, perawatan sosial, kepengasuhan, bantuan keluarga/family, terapi/pemulihan fisik, terapi/pemulihan psikososial, dukungan kesehatan mental dan spiritual, pelatihan keterampilan kerja, pengembangan wirausaha, bantuan sosial dan dukungan sosial, serta peningkatan aksesibilitas.

METODE

Pendekatan yang di gunakan terhadap penelitian di sini yaitu pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017), di mana penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian dan berasaskan pada naturalisme ilmiah dan di implementasikan dalam melakukan penelitian terhadap kelompok dan sebagian tertentu. Data di kumpulkan dengan instrumen penelitian dan di analisis secara kuantitatif atau statistik, dan bertujuan dalam pengujian asumsi yang telah dirumuskan.

Desain penelitian yang akan di terapkan yaitu SSD (*Single Subject Design*) dengan desain reversal A-B-A. Borg dan Gall dalam Jihadroza dan Mochammad (2018) menyatakan bahwa SSD adalah penelitian yang melibatkan subjek tunggal, namun jika terdapat lebih dari satu subjek, mereka di perlakukan sebagai satu kelompok, meskipun masih di perlakukan sebagai eksperimen subjek tunggal. Rosnow dan Roeshenthal seperti yang di sampaikan oleh Sunanto (2005), menyampaikan penelitian subjek tunggal berfokus pada data individu sebagai sampel penelitian. Dalam penelitian ini, terdapat dua hubungan yang di bandingkan, yaitu kondisi baseline dan intervensi.

Penelitian yang akan di lakukan dengan mengimplementasikan terapi *Nourish-Art* kepada remaja korban kekerasan fisik dan seksual untuk melihat pengaruhnya terhadap tingkat kecemasan akibat konsentrasi terganggu (tidak fokus) dan gangguan tidur (tidur tidak nyenyak). Penelitian di lakukan dengan menghitung *baseline* pertama yaitu dengan menghitung perilaku/tingkah laku korban sebelum di berikan terapi *Nourish-Art* atau *baseline* pertama (A1), kemudian pengukuran di lakukan ketika terapi *Nourish-Art* di berikan kondisi intervensi (B1), kemudian tiap-tiap kondisi yaitu *baseline* (A1) dan intervensi (B1) di ulang kembali pada subyek yang sama pada kondisi *baseline* 2 (A2).

Menurut Sugiyono (2017:80), populasi merupakan sekumpulan objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya. Populasi yang di teliti dalam penelitian ini yaitu remaja korban tindak kekerasan fisik dan seksual yang sedang mendapatkan rehabilitasi sosial di Sentra Handayani Jakarta sebanyak 3 (tiga) orang. Menurut Sugiyono (2017:81) sampel merupakan bagian atau subset dari jumlah dan karakteristik yang di miliki oleh populasi secara keseluruhan. Teknik penarikan sampel yang akan di gunakan yaitu pengambilan sampel berdasarkan tujuan atau *purposive sampling*. Teknik ini di gunakan dengan menentukan langsung subjek yang di butuhkan berdasarkan tujuan penelitian. Subjek penelitian ini di pilih secara langsung tiga orang remaja korban kekerasan fisik dan seksual dengan beberapa kriteria. Adapun kriteria subjek penelitian adalah remaja korban kekerasan fisik dan seksual yang mengalami gangguan kecemasan akibat konsentrasi terganggu dan gangguan tidur.

Penelitian ini bertujuan mengukur tingkat kecemasan yang terjadi pada subjek atau objek penelitian yaitu remaja korban kekerasan fisik dan seksual dengan menggunakan *HARS (Hamilton Rating Scale for Anxiety)*. Sementara itu dalam mengobservasi perilaku/tingkah laku kecemasan pada subjek atau objek penelitian, peneliti perlu merancang instrumen observasi untuk mencatat kejadian. Validitas adalah hal yang penting dalam pembuatan instrumen penelitian. Sugiyono (2011: 121), menyatakan “instrumen yang relevan berarti instrumen itu dapat di gunakan untuk menghitung apa yang seharusnya di hitung”. Oleh sebab itu, dalam menghasilkan instrumen yang valid, di perlukan tes keabsahan. Tes keabsahan yang di gunakan pada penelitian ini yaitu evaluasi oleh pakar ataupun validasi oleh ahli.

Berdasarkan penyampaian Sunanto (2005: 19) prosedur pencatatan dilakukan dengan melakukan observasi langsung terhadap kegiatan pengumpulan data. Selain itu, observasi juga dilakukan terhadap variabel terikat atau perilaku sebagai sasaran pengumpulan data dengan menggunakan instrumen tingkat kecemasan untuk mengukur tingkat kecemasan subjek penelitian. Teknik dalam pengumpulan data yaitu: a. Observasi langsung, b. Instrumen, c. Wawancara, dan d. Studi Dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Subjek Penelitian

No	Nama Inisial	Jenis Kelamin	Umur	Pendidikan	Alamat	Permasalahan
1	NM	Perempuan	16 thn	SMA kls 1	Pangandaran Jawa Barat	Tidak fokus dalam belajar dan tidur tidak nyenyak
2	CP	Perempuan	14 thn	SMP kls 1	Maluku	Tidak fokus dalam belajar dan tidur tidak nyenyak
3	NV	Perempuan	14 thn	SMP kls 2	Lampung	Tidak fokus dalam belajar dan tidur tidak nyenyak

2. Kondisi Baseline -1 (A1)

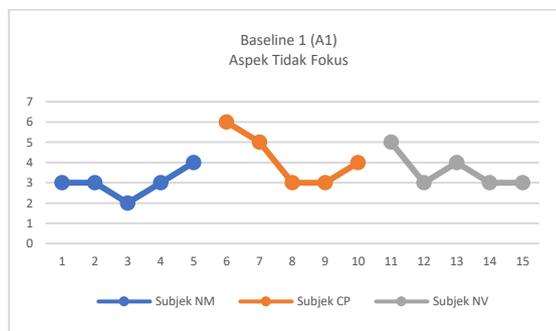
a. Tabel Kondisi Baseline 1 (A1)

No	Hari/tanggal	Aspek					
		Tidak Fokus			Tidur Tidak Nyenyak		
		Frekuensi			Frekuensi		
		NM	CP	NV	NM	CP	NV
1	Minggu, 24 Maret 2024	3	6	5	5	6	8
2	Senin, 25 Maret 2024	3	5	3	3	7	8
3	Selasa, 26 Maret 2024	2	3	4	4	7	5
4	Rabu, 27 Maret 2024	3	3	3	3	5	8
5	Kamis, 28 Maret 2024	4	4	3	2	4	6

(Hasil Penelitian tahun 2024)

Pada tabel di atas terlihat ketiga subjek belum merasakan pengaruh yang sangat di rasakan karena belum di lakukan intervensi terapi *Nourish-Art* terhadap gangguan kecemasan yang di alami oleh ketiga subjek tersebut.

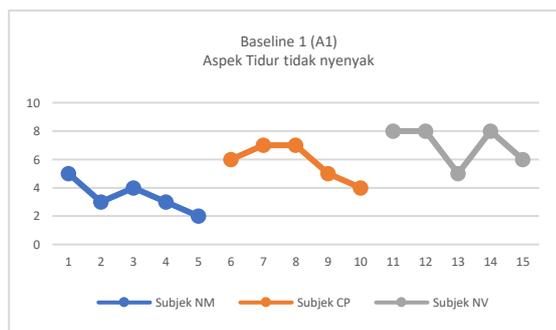
b. Aspek Tidak Fokus



(Hasil Penelitian tahun 2024)

Grafik di atas menggambarkan data pengukuran hasil pengamatan subjek NM pada kondisi *baseline-1* (A1), berdasarkan observasi menunjukkan adanya kenaikan tingkat kecemasan tidak fokus dalam belajar dan karena pada kondisi ini subjek NM belum mendapatkan terapi *Nourish-Art*. pada subjek CP berdasarkan hasil observasi mengalami kondisi naik turun dan juga belum mendapatkan terapi *Nourish-Art*. untuk subjek NV juga masih belum terlihat penurunan yang stabil karena belum mendapatkan terapi.

c. Aspek Tidur Tidak Nyenyak



(Hasil Penelitian tahun 2024)

Grafik di atas menggambarkan data pengukuran hasil pengamatan ketiga subjek NM, CP dan NV masih terlihat naik turun karena belum mendapatkan terapi *Nourish-Art*, intensitas terbangun saat tidur masih menunjukkan angka yang tinggi terutama pada subjek NV masih tinggi tingkat kecemasan dalam gangguan tidur.

3. Kondisi Intervensi *Baseline B*

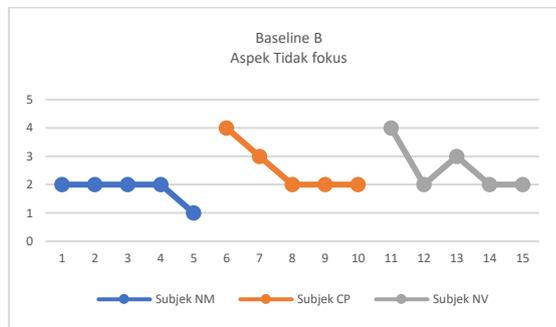
a. Tabel Kondisi Intervensi *Baseline B*

No	Hari/tanggal	Aspek					
		Tidak Fokus			Tidur Tidak Nyenyak		
		Frekuensi			Frekuensi		
		NM	CP	NV	NM	CP	NV
1	Jumat, 29 Maret 2024	2	4	4	4	5	6
2	Sabtu, 30 Maret 2024	2	3	2	2	6	6
3	Minggu, 31 Maret 2024	2	2	3	3	5	4
4	Senin, 01 April 2024	2	2	2	2	4	6
5	Selasa, 02 April 2024	1	2	2	2	2	5

(Hasil Penelitian tahun 2024)

Pada tabel di atas bisa di lihat bahwa selama di lakukan intervensi pada baseline B terlihat mulai ada penurunan tingkat kecemasan baik pada asepek tidak fokus maupun pada aspek tidur tidak nyenyak untuk ketiga subjek NM, CP, dan NV. Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi *Nourish-Art* yang di berikan dapat mengurangi tingkat kecemasan yang di alami oleh ketiga subjek.

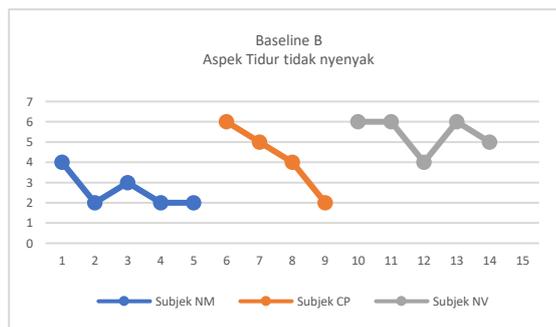
b. Aspek Tidak Fokus



(Hasil Penelitian tahun 2024)

Grafik di atas menggambarkan data pengukuran hasil pengamatan subjek NM, CP dan NV pada intervensi (B) menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada aspek tidak fokus. Subjek NM, CP dan NV mengalami kondisi tidak bisa fokus dalam belajar di sekolah maupun berkegiatan di sentra sehingga mengalami kesulitan dalam menerima pelajaran dan materi kegiatan, namun selama mendapatkan terapi *Nourish-Art* ketiga subjek mulai bisa fokus dalam belajar maupun dalam berkegiatan.

c. Aspek Tidur Tidak Nyenyak



(Hasil Penelitian tahun 2024)

Grafik di atas menggambarkan data pengukuran hasil pengamatan subjek NM, CP dan NV menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada aspek tidur tidak nyenyak pada setiap kondisi, hal tersebut dapat dilihat dari hasil grafik diatas menunjukkan grafik yang menurun dimana subjek NM, CP dan NV yang awalnya sering terbangun saat tidur, di malam hari ataupun di siang hari. Dan setelah mendapatkan terapi *Nourish-Art* sudah mulai bisa tidur dengan nyenyak meskipun sesekali masih terbangun karena mimpi buruk.

4. Kondisi Baseline 2 (A2)

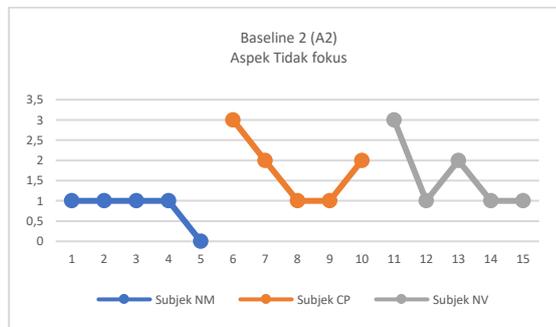
a. Tabel kondisi baseline 2 (A2)

No	Hari/tanggal	Aspek					
		Tidak Fokus			Tidur Tidak Nyenyak		
		Frekuensi			Frekuensi		
		NM	CP	NV	NM	CP	NV
1	Rabu, 03 April 2024	1	3	3	3	4	5
2	Kamis, 04 April 2024	1	2	1	1	4	5
3	Jumat, 05 April 2024	1	1	2	2	3	3
4	Sabtu, 06 April 2024	1	1	1	1	3	5
5	Minggu, 07 April 2024	0	2	1	1	2	4

(Hasil Penelitian tahun 2024)

Pada tabel di atas pada kondisi baseline 2 (A2) terlihat mengalami penurunan tingkat kecemasan pada subjek NM, CP, dan NV. Hal tersebut terlihat dari nilai frekuensi yang semakin kecil setelah mendapatkan terapi *Nourish-Art*, baik pada aspek tidak fokus maupun aspek tidur tidak nyenyak.

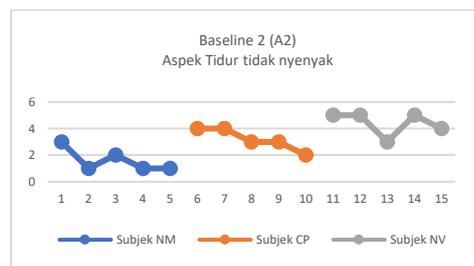
b. Aspek Tidak Fokus



(Hasil Penelitian tahun 2024)

Grafik di atas menggambarkan data pengukuran hasil pengamatan subjek NM, CP dan NV, menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada aspek tidak fokus. Subjek NM, CP dan NV mengalami kondisi tidak bisa fokus dalam belajar di sekolah sehingga mengalami kesulitan dalam menerima pelajaran dan berkegiatan diluar sekolah namun setelah mendapatkan terapi *Nourish-Art* subjek NM, CP dan NV mulai bisa fokus dalam belajar dan berkegiatan meskipun.

c. Aspek Tidur Tidak Nyenyak



(Hasil Penelitian tahun 2024)

Grafik di atas menggambarkan data pengukuran hasil pengamatan subjek NM, CP, dan NV, menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada aspek tidur tidak nyenyak pada setiap kondisi, hal tersebut dapat dilihat dari hasil grafik di atas menunjukkan grafik yang menurun dimana subjek NM, CP dan NV yang awalnya sering terbangun saat tidur, di malam hari ataupun di siang hari. Dan setelah mendapatkan terapi *Nourish-Art* sudah bisa tidur dengan nyenyak tanpa terbangun di malam hari.

berdasarkan pendapat (Gunarso, n.d, 2008) “Kecemasan atau anxietas adalah perasaan khawatir atau takut yang tidak jelas penyebabnya. Pengaruh kecemasan terhadap pencapaian kedewasaan, merupakan masalah penting dalam perkembangan kepribadian. Kecemasan memiliki kekuatan yang signifikan dalam mempengaruhi perilaku normal maupun perilaku yang menyimpang, yang keduanya terganggu. Keduanya dapat dianggap sebagai manifestasi dari

pertahanan terhadap kecemasan itu sendiri. Dengan jelas kecemasan merupakan masalah kompleks dalam gangguan emosi dan perilaku. Dalam penelitian ini aspek-aspek tersebut di uraikan kembali menjadi instrumen observasi yang dapat di teliti dan di observasi oleh penulis, adapun aspek-aspek tersebut yakni aspek gangguan konsentrasi (tidak fokus) dan gangguan tidur (tidur tidak nyenyak). Pada penelitian ini subjek yang di ambil yakni tiga subjek yaitu subjek NM, subjek CP dan subjek NV. Ketiga subjek tersebut mengalami permasalahan yang serupa yakni permasalahan gangguan kecemasan gangguan konsentrasi (tidak fokus) dan gangguan tidur (tidur tidak nyenyak) yang di alaminya akibat masa lalu yang belum diselesaikan.

Subjek NM mengalami permasalahan yang di akibatkan oleh faktor lingkungannya, subjek NM tidak memiliki keluarga yang harmonis, ia di tinggal meninggal ayahnya dan ibunya pergi ke luar negeri untuk jadi TKW, dan NM tinggal bersama tantenya sampai NM mendapatkan pengalaman yang membuat NM mengalami kekerasan fisik dan seksual. Akibat hal tersebut subjek NM mengalami kecemasan yang di akibatkan oleh kejadian yang menimpanya. Subjek NM masih memendam perasaan kesal dan sedih terhadap kondisi yang dialaminya. Hal tersebut seperti di ungkapkan oleh Greenberger dan Padesky (dalam Fenn & Byrne, 2013) dalam konteks perilaku kecemasan, individu yang mengalami kecemasan cenderung menghindari situasi yang memicu kecemasan karena mereka merasa terganggu dan tidak nyaman, seperti mengalami keringat dingin, mual, sakit kepala, leher akku, dan juga mengalami gangguan tidur saat memikirkan pekerjaan/pendidikan. Perilaku ini mencakup kesulitan tidur saat memikirkan pekerjaan/Pendidikan.

Sama halnya dengan permasalahan yang di alami oleh subjek CP, subjek CP mengalami permasalahan yang diakibatkan karena mendapatkan kekerasan fisik dan seksual oleh tetangganya yang di anggap sebagai keluarga oleh CP dan keluarganya. Dengan permasalahan tersebut membuat CP mengalami kecemasan baik dalam proses belajar maupun ketika CP sedang istirahat. Meskipun saat ini CP sudah mendapatkan rehabilitasi di Sentra Handayani namun terkadang CP masih merasakan kecemasan akibat peristiwa yang di alaminya. Hal tersebut sesuai dengan penyampaian para ahli yaitu menurut pendapat Aunurrahman (2014: 180), konsentrasi belajar adalah salah satu aspek psikologis yang seringkali sulit untuk diketahui oleh orang lain, namun sangat penting bagi individu yang sedang belajar.

Untuk subjek NV juga mengalami permasalahan yang sama dengan permasalahan yang di alami oleh subjek NM, di mana subjek NV juga mengalami ketidakharmonisan dalam keluarganya karena orangtua yang bercerai dan NV tinggal bersama ibunya yang menikah lagi. Subjek NV mendapatkan perlakuan kekerasan fisik dan seksual oleh ayah tirinya. Subjek NV juga masih belum mampu untuk melupakan sepenuhnya dan berdamai dengan permasalahan yang dialami olehnya. Hal itu di sebabkan karena setiap individu secara alami memiliki kemampuan untuk dapat mengarahkan perilakunya ketika menghadapi suatu permasalahan. Hanya saja ketika sedang mengalami permasalahan, individu seringkali dikuasai oleh pikiran-pikiran negatif dan emosi, sehingga akhirnya pikiran dan emosi tersebut termanifestasi ke dalam bentuk perilaku (Bartens, 2006; Freud, 2009) 'menyiksa diri' yang merugikan. Pada titik inilah individu seringkali lupa tentang pentingnya mencintai diri sendiri (*self love*).

Berdasarkan ketiga permasalahan yang di alami oleh ketiga subjek tersebut. Maka perlu adanya intervensi yang di lakukan untuk mengungkapkan permasalahan yang selama ini mereka pendam sebagai media katarsis sehingga perasaan ketiga subjek tersebut lebih tenang, adapun intervensi yang di gunakan dalam penelitian ini yakni menggunakan teknologi terapi *Nourish-Art*. Teknologi terapi *Nourish-Art* merupakan pengembangan rekayasa teknologi dari terapi *Nourishment* dan *Art Therapy*. Rekayasa teknologi terapi *Nourish-Art* di desain dengan menggabungkan kedua terapi tersebut dengan tujuan untuk meningkatkan efektifitas dari penanganan permasalahan klien, di mana Rekayasa Teknologi terapi *Nourish-Art* ini dengan tujuan penerapan Rekayasa Teknologi terapi *Nourish-Art* ini yakni untuk mengeluarkan emosi yang terpendam dalam diri klien dan mencapai keberfungsian sosial klien.

Dalam mengetahui pengaruh intervensi pada penurunan permasalahan kecemasan yang di alami oleh subjek penelitian, peneliti melakukan pengukuran menerapkan pendekatan penelitian subjek tunggal desain A-B-A seperti yang sudah di paparkan sebelumnya. Berdasarkan hasil analisis, baik analisis dalam kondisi maupun analisis antar kondisi pada subjek NM, CP dan NV dalam aspek tidak fokus dan tidur tidak nyenyak mengalami penurunan terlihat dari jejak data yang di tunjukkan menurun dengan stabil. Selain itu pada hasil analisis dalam kondisi semua hasil data overlapnya kecil dan menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan dengan menggunakan terapi *Nourish-Art* efektif untuk menurunkan permasalahan kecemasan yang dialami oleh subjek NM, CP dan NV.

KESIMPULAN

Menurut Noviana, 2015 tingginya kasus kekerasan seksual yang terjadi pada remaja sekolah umumnya di sebabkan oleh rentannya anak-anak, ketidakberdayaan mereka, dan ketergantungan yang tinggi pada orang dewasa. Pelaku kekerasan seksual seringkali memiliki dominasi terhadap korban, seperti orangtua dan guru. Tindakan kekerasan seksual ini membawa dampak psikologis yang signifikan secara fisik dan mental bagi korban. Dampak yang di rasakan oleh anak

sebagai korban meliputi stress, depresi, perasaan bersalah, dan penyerahan diri. Mereka juga mungkin mengalami rasa takut terhadap oranglain, mengalami mimpi buruk, kesulitan tidur, serta ketakutan terhadap situasi atau objek yang terkait dengan kekerasan seksual. Gangguan harga diri, masalah seksual, dan bahkan keinginan untuk bunuh diri juga dapat muncul. Gangguan somatic dan resiko kehamilan yang tidak diinginkan juga dapat terjadi sebagai dampak dari kekerasan seksual ini.

Melihat adanya pengaruh negatif dari gangguan kecemasan ini, terhadap remaja korban kekerasan fisik dan seksual maka perlu ada usaha ataupun langkah intervensi yang di perlukan untuk menangani permasalahan gangguan kecemasan sehingga kesehatan mental pada individu tersebut terjaga, salah satunya dengan menggunakan intervensi terapi psikososial. Intervensi psikososial yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah terapi *Nourish-Art*. Dalam terapi *Nourish-Art* ini klien di harapkan dapat dengan tenang mengikuti terapi dari awal sehingga dapat mengungkapkan permasalahannya tanpa ada rasa cemas ataupun tegang terhadap terapi yang akan dilaksanakan, selain itu setelah klien mengungkapkan semua permasalahan yang ia pendam klien di berikan motivasi dan saran oleh pekerja sosial sehingga klien merasa lebih tenang dan di hargai, agar proses penanganan lebih maksimal dan proses perubahan perilaku dapat lebih terukur maka klien di berikan tugas-tugas yang sederhana seperti melakukan relaksasi dan melakukan self talk positif untuk menjaga agar emosi dari diri klien lebih stabil.

Penelitian ini di lakukan untuk mengetahui dampak implementasi terapi *Nourish-Art* pada menurunnya tingkat gangguan kecemasan pada remaja korban kekerasan fisik dan seksual di Sentra Handayani Jakarta. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode SSD (*Single Subject Design*) dengan subjek penelien berjumlah tiga orang yakni NM, CP dan NV. Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan terhadap ketiga subjek tersebut dapat di ketahui bahwa intervensi menggunakan terapi *Nourish-Art* mempengaruhi penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh ketiga subjek tersebut dengan aspek kecemasan yang diteliti yakni konsentrasi terganggu (tidak fokus) dan gangguan tidur (tidur tidak nyenyak). Hal tersebut dapat di ketahui berdasar pada hasil analisis dalam kondisi/situasi dan analisis antar kondisi/situasi dari ketiga subjek tersebut. Selain itu persentase *overlap* yang di hasilkan dari penelitian tersebut paling tinggi adalah 80% dan paling rendah adalah 0%, hasil persentase tersebut menggambarkan bahwa makin kecil persentase data *overlap* yang di hasilkan maka makin baik pengaruh intervensi/tindakan yang di lakukan kepada subjek penelitian dan menunjukkan bahwa ada dampak intervensi menggunakan terapi *Nourish-Art* pada penurunan tingkat kecemasan remaja korban kekerasan fisik dan seksual di Sentra Handayani Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Fachrudin, Meiti Subardhini dan Badrun S (2004). *Modul Mata Kuliah Terapi Sosial*. Diakses 12 September 2023
- Ainiyah, Q. 2017. *Social Learning Theory dan Perilaku Agresif Anak dalam Keluarga (STAI Al Falah As Suniyyah, Jember)*. Ilmu Syari'ah dan Hukum 2(1): 91-104
- Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal . 116.
- Alvina. Kurnianingrum, Woro. "Penerapan Art Terapy Untuk Meningkatkan Self Esteem Anak Usia Middle Childhood": Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni 2.
- Aunnurrahman (2014), "Belajar dan Pembelajaran". Bandung: Alfabeta
- Bertens, K. (2006). *Psikoanalisis Sigmund Freud*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Copley, L., & Carney, J. (2020). *Using Gestalt Techniques to Promote Meaning Making in Trauma Survivors*. *Journal of Humanistic Counseling*, 59(3), 201–218.
- Dyastuti, S. (2012). *Mengatasi perilaku agresi pelaku bullying melalui pendekatan konseling gestalt teknik kursi kosong*. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*. IJGC, 1(1). <https://doi.org/10.15294/ijgc.v1i1.1076>
- Firdaus, Angga Mahargia Yunanta, G2A014012 (2018). *Pengetahuan dan Sikap Remaja terhadap Penggunaan Napza di Sekolah Menengah Atas di Kota Semarang*. Diakses 12 September 2023, dari <http://repository.unimus.ac.id/2696/6/BAB%20II.pdf>
- Freud, S. (2009). "Pengantar Umum Psikoanalisis". Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ghinanta Mannika. Vol 7 No 1 (2018). *Studi Deskriptif Potensi Terjadinya Kekerasan Seksual Pada Remaja Perempuan*. Diakses 12 September 2023, dari <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/2411>
- Haryati, Auliya Diah Safitri, Khairunnisa Kaharuddin Boru Manullang, Rita Haryanti, Elda Trialisa Putri. Vol. 4, No. 1/Juni (2015), hlm. 1-16. *Efektivitas Art Therapy Dalam Meningkatkan Ketelitian Belajar*, *Jurnal Psikostudia Universitas Mulawarman*,
- Hurlock, E.B. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga. Diakses 12 September 2023, dari <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1034959>
- Indaryani, Vol 3 No 1 (2018). *Dinamika Psikososial Remaja Korban Kekerasan Seksual*. Diakses 12 September 2023, dari <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/perseptual>
- Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: UI Press, 2005), hal. 43.
- Jhon W. Santrock. (2002). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.

- Kascakova, N., Furstova, J., Hasto, J., Geckova, A. M., & Tavel, P. (2020). *The unholy trinity: Childhood trauma, adulthood anxiety, and long-term pain*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph1702041>
- Kautsar, F., Gustopo, D., & Achmadi, F. (2015). Uji Validitas dan Reliabilitas Hamilton Anxiety Rating Scale Terhadap Kecemasan dan Produktivitas Pekerja Visual Inspection PT. Widatra Bhakti. 588–592 dari *Jurnal Teknik Komputer*, Vol V No.2 Agustus 2019
- Luhpuri D, Rini Hartini Rinda Andayani, Azlinda Azam, “The Complexity of Sexual Abuse Problems on Children in West Nusa Tenggara: the Culture against the Law” *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, volume 353,” Third International Conference on Sustainable Innovation 2019 – Humanity, Education and Social Sciences (IcoSIHESS 2019)
- Makhmudah, S. (2019). *Hubungan antara Trauma Masa Anak, Stres, dan Dukungan Sosial terhadap Psychotic Like Experience (PLE) Remaja*. Universitas Gadjah Mada. Thesis Magister Psikologi Profesi. Retrieved from <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/182913>
- Prahmana, R.C.I. 2021. *Single Subject Research “Teori dan Implementasinya: Suatu Pengantar”*. Yogyakarta: UAD Press.
- Pujileksono, S., Yuliani, D., Susilawati, & Kartika T. (2021) *Rekayasa Teknologi Pekerjaan Sosial*. Malang: Intrans Publishing
- R. C. I. Prahmana, *Single Subject Research Teori dan Implementasinya: Suatu Pengantar*, Yogyakarta: UAD Press, 2021. *Jurnal Ilmiah Kebijakan dan Pelayanan Pekerjaan Sosial* Vol. 5 No. 2, Desember, 2023
- Refika Aditama. (2006). *Psikologi Perkembangan “Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja”*. Bandung: Refika Aditama.
- Salsabila Rizky Ramadhani, R Nunung Nurwati. Vol 12 No 2 (2022). *Dampak Traumatis Remaja Korban Tindakan Kekerasan Seksual Serta Peran Dukungan Sosial Keluarga*. Diakses 12 September 2023 jurnal.unpad.ac.id/share/article/view/39462
- Santrock, J. W. 2007. *Remaja*. Jakarta : Erlangga
- Sarwono Sarlito W. (2004). *Psikologi Remaja*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sarwono S.W. (2011). *Psikologi Remaja*. Edisi Revisi. Cetakan XIV. Jakarta. Rajawali Pers.
- Soetjningsih.dkk, (2007). *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Cetakan II. Jakarta. Sagung Seto
- Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, hal. 66.
- Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 151
- Sugiyono. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supardi, S. & Sadarjoen, “Dampak Psikologis Pelecehan Seksual pada Anak Perempuan”, <http://www.kompas.com/kesehatan/news/0409/12/201621.htm>, diakses 01 April 2022.
- Sunanto, Juang, dkk. 2005. *Pengantar Penelitian dengan Subyek Tunggal*. Center for Research on International Cooperation in Educational Development (CRICED): University of Tsukuba.