

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun.¹ Masa ini adalah tahap unik dari perkembangan manusia dan waktu yang penting untuk meletakkan dasar kesehatan yang baik.¹ Remaja mengalami pertumbuhan fisik, kognitif dan psikososial yang cepat yang mempengaruhi bagaimana mereka menggunakan perasaannya, berpikir, membuat keputusan, dan berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka.¹

Pada Maret 2020, *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa *Corona Virus Disease-19 (COVID-19)* telah menjadi pandemi dan menempatkan seluruh negara dalam keadaan waspada maksimum.² Berbagai upaya telah dilakukan pemerintah untuk memutus rantai penularan *COVID-19*, salah satunya melalui pembatasan sosial berskala besar yang tertuang pada Permenkes RI Nomor 9 Tahun 2020.³ Kebijakan ini membatasi mobilitas masyarakat yang berdampak pada semua aspek seperti agama, ekonomi, pendidikan dan psikologi sosial.⁴ Banyak remaja dimasa pandemi *COVID-19* yang tidak dapat menghadiri sekolah yang berpengaruh pada terbatasnya interaksi dengan teman sebaya.² Sekolah adalah salah satu lingkungan sosial yang paling penting dan lingkungan di mana teman sebaya mempengaruhi konsep diri, kesejahteraan, dan perilaku remaja.⁵ Sebuah penelitian baru-baru

ini menunjukkan bahwa rutinitas sekolah penting bagi mekanisme *coping* khususnya bagi remaja dengan gangguan kesehatan mental.⁶

Interaksi sosial sangat penting untuk mengembangkan kognisi, emosi, keterikatan dan hubungan, serta juga berkontribusi pada regulasi fisiologis respons tubuh terhadap stresor akut serta tantangan jangka pendek lainnya.⁷ Interaksi sosial dengan orang lain juga menghasilkan perasaan *self-worth* dari umpan balik yang mereka terima dari orang lain, serta memberikan cara seorang individu tentang bagaimana menilai dan merespon perilaku orang lain.⁵

Pada masa pertengahan kanak-kanak hingga remaja, kemajuan kognitif memungkinkan pengaruh interpersonal teman sebaya pada *self-esteem*.⁵ Pertama, peningkatan keterampilan dalam mengambil perspektif mendukung pemahaman remaja yang lebih baik tentang penilaian orang lain.⁵ Kedua, kemampuan yang baru ditemukan untuk membentuk konsep tatanan yang lebih tinggi memungkinkan remaja untuk membuat evaluasi diri secara keseluruhan (contoh: saya puas dengan diri saya pribadi) daripada evaluasi diri yang lebih konkret (contoh: saya pandai bermain piano).⁵

Rasa nilai pribadi yang kuat sangat penting untuk menjaga *self-esteem* dan keseimbangan emosional yang stabil dalam menghadapi kegagalan, penolakan, atau kesulitan hidup lainnya.⁵ Gorrese *et al.*, mendukung gagasan bahwa individu yang kuat kepribadiannya memiliki pola ekspresi dan regulasi emosional yang adaptif sepanjang masa hidup mereka.⁵

Self-esteem merupakan sikap inti yang menjadi dasar konstruksi kepribadian dan keseimbangan psikis serta bertanggung jawab atas proses adaptif sepanjang perjalanan hidup.⁸ *Self-esteem* juga merupakan hasil dari evaluasi subjektif yang ditanggung orang itu pada dirinya sendiri.⁸ Penilaian ini memberikan nilai untuk diri sendiri yang mempengaruhi penerimaan dirinya sendiri.⁸

Pada masa remaja rata-rata individu memiliki *self-esteem* sangat rendah, dan bahkan lebih rendah pada anak perempuan dibandingkan anak laki-laki.⁹ Hal ini memerlukan perhatian khusus karena *self-esteem* yang rendah pada masa remaja dapat mempengaruhi berbagai hasil kesehatan pada usia ini dan juga memiliki efek kumulatif pada hasil kehidupan selanjutnya.¹⁰

Creative Health Program adalah suatu “*Mini workshop*” berdurasi 90 menit yang berdasar pada program skala besar yang telah dikembangkan dan diujikan kepada anak sekolah pada tahun 2017 dan diterapkan lebih lanjut di pelatihan guru yang dilakukan pada tahun 2018 sebagai cara mendukung anak-anak untuk berpikir tentang komunitas lokal mereka.¹¹ Program ini terdiri atas beberapa bagian yang dilakukan secara berurutan, pada bagian pendahuluan dan pemanasan membantu siswa mulai merasa nyaman dalam mengekspresikan pikiran mereka melalui tubuh dan suara mereka, serta mulai bekerja secara kolaboratif.¹¹ Pada bagian utama, siswa berdiskusi membahas aspek komunitas mereka dan mengungkapkan pendapat mereka melalui pembuatan adegan pendek untuk ditampilkan kepada teman sekelas mereka.¹¹

Berdasarkan studi ditemukan bahwa diskusi kelompok dan teater merupakan kegiatan yang menjunjung tinggi persepsi “*freedom and satisfaction*”, dimana “*freedom*” berasal dari kebebasan individu dalam mengutarakan hasil pemikiran mereka dan “*satisfaction*” berasal dari kepuasan dengan apa yang dilakukannya, persepsi ini memainkan peran penting dalam pemahaman dan pengembangan diri yang lebih komprehensif.¹² Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh *Creative Health Program* terhadap *self-esteem* remaja.

1.2 Permasalahan Penelitian

1.2.1 Permasalahan Umum

Apakah terdapat pengaruh *Creative Health Program* terhadap *self-esteem* siswa Sekolah Dasar di Semarang?

1.2.2 Permasalahan Khusus

- A. Apakah terdapat perbedaan skor *self-esteem* sebelum dan sesudah kegiatan pada kelompok yang mengikuti *Creative Health Program*?
- B. Apakah terdapat perbedaan skor *self-esteem* pada kelompok kontrol yang tidak mengikuti *Creative Health Program*?
- C. Apakah terdapat perbedaan skor *self-esteem* antara kelompok yang mengikuti *Creative Health Program* dengan kelompok kontrol yang tidak mengikuti *Creative Health Program*?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah menganalisis pengaruh *Creative Health Program* terhadap *self-esteem* pada siswa Sekolah Dasar di Semarang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis perbedaan skor *self-esteem* sebelum dan sesudah kegiatan pada kelompok yang mengikuti *Creative Health Program*.
2. Menganalisis perbedaan skor *self-esteem* pada kelompok yang tidak mengikuti *Creative Health Program*.
3. Menganalisis perbedaan antara skor *self-esteem* pada kelompok yang mengikuti *Creative Health Program* dengan kelompok kontrol yang tidak mengikuti *Creative Health Program*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Penelitian Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan mengenai pengaruh *Creative Health Program* terhadap *self-esteem*.

1.4.2 Manfaat Penelitian Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan penjelasan aktual dan terkini mengenai pengaruh *Creative Health Program* terhadap *self-esteem*.

1.4.3 Manfaat Penelitian Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan informasi serta kesadaran lebih kepada masyarakat mengenai *Creative Health Program* sebagai kegiatan yang dapat berpengaruh terhadap *self-esteem*.

1.4.4 Manfaat untuk Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti di masa depan untuk melakukan penelitian lanjutan tentang *Creative Health Program* dan kaitannya dengan *self-esteem*.

1.5 Keaslian Penelitian

Peneliti telah mengupayakan penelusuran pustaka dan tidak menjumpai adanya penelitian/publikasi yang telah menjawab pertanyaan penelitian ini.

Tabel 1. Orisinalitas Penelitian

No.	Judul	Metode penelitian	Hasil penelitian
1.	Goto A, <i>et al.</i> <i>Thinking and Acting with School Children in Fukushima: Implementation of a Participatory Theater Approach and Analysis of the Experiences of Teachers.</i> JMA Journal. 2019;3(1): 67-72.	<ul style="list-style-type: none"> - Deskriptif <i>cross-sectional</i> - Subjek: siswa kelas 4, 5, 6 yang terpilih berdasarkan jadwal dan tim peneliti, serta 6 guru yang telah mengikuti seminar <i>participatory theater “mini workshop”</i> - Variabel bebas: <i>participatory theater “mini workshop”</i> - Variabel terikat: visualisasi pendapat guru - Instrumen: <i>text mining method</i> 	<p>Penelitian menunjukkan bahwa <i>participatory theater</i> dapat menjadi cara bagi guru untuk menghargai kreativitas dan otonomi anak-anak dalam mengungkapkan masalah yang menjadi perhatian mereka dan untuk melihat anak-anak sebagai aktor di masyarakat. Serta, penelitian ini menunjukkan bahwa analisis dan visualisasi data teks dapat memberikan gambaran ilmiah yang jelas tentang pendapat para peserta dan membantu berbagi pengalaman dari proyek pendidikan inovatif ini.</p>
2.	Cella S, <i>et al.</i> <i>Self-Esteem and Binge Eating among Adolescent Boys and Girls: The Role of Body Disinvestment.</i> Int J Environ Res Public Health. 2021;18(14):7496	<ul style="list-style-type: none"> - Studi <i>Cross-sectional</i> - Subjek: siswa usia 10-19 tahun - Variabel bebas: <i>binge eating</i> - Variabel terikat: <i>Body Investment, Self-Esteem</i> - Instrumen: <i>Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), Body Investment Scale (BIS)</i> 	<p>Disinvestasi tubuh bertindak sebagai mediator dalam hubungan antara <i>self-esteem</i> dan <i>binge eating</i> antara laki-laki dan perempuan.</p>

-
3. Adhikari A, et al. "Upgrading Self-Esteem: Effectiveness of Cognitive Enhancement Package Among Psychiatric Inpatients". *Arch Psychiatr Nurs.* 2021;35(4):395-400
- *Quasi experimental* dengan *non-equivalent control group pretest-posttest*
 - **Subjek:** pasien rawat inap psikiatri usia 18-50 tahun
 - **Variabel bebas:** *Cognitive Enhancement Package*
 - **Variabel terikat:** *Self-Esteem*
 - **Instrumen:** *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)*
- Cognitive Enhancement Package* memiliki efek positif pada aktivitas perawatan diri, interaksi kelompok dan fungsi kognitif pasien rawat inap psikiatri yang juga mengubah *self-esteem* mereka secara positif.
-

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya. Subjek pada penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar di Semarang. Pada penelitian sebelumnya, dilakukan *Creative Health Program* untuk memvisualisasi pendapat guru. Namun, Belum ada penelitian yang menjelaskan pengaruh *Creative Health Program* terhadap *self-esteem* pada siswa Sekolah Dasar.