

The Influence of Cinematic Therapy Short Movie in Increasing Self-esteem of Fatherless Community X Teenagers in Sepatan

Pengaruh *Cinematic Therapy Short Movie* dalam meningkatkan *Self-esteem* pada Remaja Komunitas X yang mengalami *Fatherless* di Daerah Sepatan

Deny Surya Saputra^a, Ine Dwi Isdianto^b, Bulan Luftia Nila^c, Riando Felix Samosir^d, Muhammad Naufal Hamdani^e, Sandi Nurfitriyanti^f, Annisa Nurhidayati^g

^{a),b),c),d),e),f),g)} Fakultas Psikologi, Universitas Esa Unggul,

Jl. Arjuna Utara No.9, Duri Kupa, Kec. Kb. Jeruk, Jakarta Barat. e-mail: fishermandeny117@gmail.com

Abstract

This research aims to determine whether or not there is an influence of cinematic therapy short films in increasing self-esteem among teenagers in the X community who experience fatherlessness in the Sepatan area. The research method used was experimental with a pretest-posttest control group research design and used a paired sample t-test. The sample in this study were teenagers from the X community in the Sepatan area. The results of the paired sample t-test obtained a value (p) of 0.000 in the experimental group, $p < 0.05$ so that H_1 was accepted and H_0 was rejected, meaning that subjects who were given film therapy experienced an increase in self-esteem. Meanwhile, in the control group, the value (p) was 0.003, $p < 0.05$, so H_1 was accepted and H_0 was rejected, meaning that subjects who were not given cinematic therapy short films also experienced an increase in self-esteem. In conclusion, cinematic therapy short films have an influence on increasing self-esteem but it is not significant.

Keywords: *cinematic therapy short movies, self-esteem*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh cinematic therapy short movie dalam meningkatkan self-esteem pada remaja komunitas X yang mengalami fatherless di daerah Sepatan. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain penelitian pretest-posttest control group serta menggunakan uji paired sample t-test. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja komunitas X di daerah Sepatan. Hasil uji paired sample t-test diperoleh nilai (p) 0,000 pada kelompok eksperimen, $p < 0,05$ sehingga H_1 diterima dan H_0 ditolak, artinya subjek yang diberikan terapi film mengalami peningkatan harga diri. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai (p) 0,003, $p < 0,05$ sehingga H_1 diterima dan H_0 ditolak, artinya subjek yang tidak diberikan cinematic therapy short movie juga mengalami peningkatan harga diri. Kesimpulannya cinematic therapy short movie memiliki pengaruh dalam meningkatkan harga diri tetapi tidak signifikan.

Kata kunci: *cinematic therapy short movies, self-esteem*

1. PENDAHULUAN

Orang tua memiliki peran penting dalam masa pertumbuhan anak, khususnya ayah. Ayah berkontribusi dalam membantu anak mengembangkan identitas, kompetensi, dan kemandirian yang diperlukan untuk menjalani kehidupan dewasa (Starrels, 1994 dalam Xing, 2023). Ayah juga memiliki peran penting dalam memberikan dukungan, kasih sayang, penghargaan, dan teladan yang dapat meningkatkan *self-esteem* anak, baik laki-laki maupun perempuan (Frazier & Cowan, 2020).

Namun, tidak semua anak memiliki keberuntungan untuk mendapatkan kehadiran ayah dalam hidupnya. Banyak anak yang hidup tanpa ayah, baik karena meninggal, bercerai, bekerja di luar kota, atau pun tidak diketahui keberadaannya. Kondisi ini disebut sebagai *fatherless*, yaitu ketiadaan ayah secara fisik maupun emosional dalam kehidupan anak (Djawa & Ambarini, 2019). Menurut Dini (2022), *fatherless* merupakan keadaan seorang anak terhadap sosial emosionalnya yang tidak memiliki peran ayah, berupa ketidakhadiran secara fisik maupun psikologis dalam kehidupan anak.

Fatherless merupakan sebuah fenomena sosial yang cukup umum terjadi di berbagai negara, termasuk Indonesia. Menurut data BPS tahun 2018, terdapat 4,4 juta anak yang tidak memiliki ayah karena meninggal, bercerai, atau tidak diketahui (Kompas, 2019). Di Amerika Serikat, menurut data sensus tahun 2022, sekitar 25% anak hidup tanpa ayah biologis, tiri, atau angkat (*National Initiative for Fatherhood*, n.d.). Data lainnya menunjukkan Indonesia merupakan negara *fatherless* tertinggi ketiga di dunia (Narasi, 2023). Walaupun dengan fakta tersebut, riset yang secara khusus mengukur kondisi *fatherless* di Indonesia masih belum ada. Namun, berdasarkan jajak pendapat yang dilakukan *Populix* kepada 2.565 responden, sekitar 31,1% mengaku jika mereka berada dalam kondisi *fatherless*. Alasan yang paling banyak dilontarkan adalah karena sosok ayah terlalu sibuk bekerja sehingga kurang memiliki waktu bersama keluarga. Alasan lainnya termasuk faktor budaya patriarki, LDR, perceraian, kematian, atau kekerasan dalam rumah tangga. Istilah lain dari konsep *fatherless* ini adalah "*father absence*", "*father loss*" atau "*father hunger*".

Akibat dari ketiadaan ayah dapat berpengaruh terhadap kondisi psikologis individu tersebut, yaitu cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah, kurang percaya diri, mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial, rentan terhadap perilaku seksual berisiko, dan memiliki prestasi akademis yang buruk (Yusmansyah et al., 2021); (Frazier dan Cowan, 2020). Selain itu, ketidakhadiran figur seorang ayah dapat membuat anak merasa dirinya tidak berharga dan tidak dipedulikan (Nur, 2019). Selain itu, dalam bentuk perilakunya individu menunjukkan sikap tidak percaya diri, sulit beradaptasi dengan dunia luar, cenderung kekanak-kanakan, suka lari dari masalah, kurang dapat mengambil keputusan serta emosional ketika menghadapi masalah (Sri, 2022). Perasaan tidak berharga dan tidak dipedulikan juga dapat dialami oleh remaja.

Menurut Santrock (2003, dalam Karlina, 2020), usia remaja terbagi menjadi 3 yaitu remaja awal (berusia 12-15 tahun), remaja madya atau pertengahan (berusia 15-18 tahun), dan remaja akhir (berusia 18-21 tahun). Peneliti menjadikan remaja madya sebagai subjek penelitian karena pada periode ini mereka masuk ke dalam masa identitas serta penyesuaian diri terhadap suatu kelompok untuk membuktikan siapa dirinya dan apa perannya dalam kelompok tersebut.

Jika remaja mengalami kesulitan dalam menemukan identitas dirinya dan mengalami kebingungan dalam menjelaskan apa perannya kepada suatu kelompok, maka hal tersebut akan berdampak ketika ia dewasa sehingga individu mengalami kesulitan pula dalam mencapai tugas-tugas perkembangan lainnya, termasuk membangun harga diri yang positif. Pernyataan ini didukung oleh Lerner (dalam Arie dan Febi, 2013) bahwa ketiadaan peran ayah dapat berdampak pada rendahnya harga diri (*self-esteem*) ketika ia dewasa, adanya perasaan marah, dan rasa malu karena berbeda dengan anak-anak yang lain serta tidak memiliki pengalaman kebersamaan dengan sosok ayah seperti yang dirasakan oleh anak-anak lainnya.

Self-esteem adalah penilaian yang dibuat oleh seseorang terhadap dirinya sendiri, baik secara positif maupun negatif (Rosenberg, 1965). *Self-esteem* merupakan salah satu aspek penting dalam kesejahteraan individu, karena memengaruhi berbagai bidang kehidupan, seperti kesehatan, hubungan, prestasi, dan kebahagiaan (Creswell, 2014). *Self-esteem* juga berperan dalam membantu individu mengatasi tantangan dan stres yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari, serta meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri (Frazier & Cowan, 2020). Pengalaman *fatherless* yang dialami individu menimbulkan perasaan tidak berharga, tidak dicintai, dan tidak dihargai oleh ayah, yang kemudian memengaruhi pandangan diri individu terhadap diri mereka sendiri (Djawa dan Ambarini, 2019). Perasaan-perasaan negatif ini dapat bertahan hingga dewasa, dan memengaruhi hubungan individu dengan diri sendiri dan orang lain.

Penelitian-penelitian sebelumnya telah menggambarkan keterkaitan antara *fatherless* dan *self-esteem*, dalam berbagai bentuk intervensi. Meskipun demikian, penelitian yang lebih spesifik tentang pengaruh *cinematic therapy short movie* terhadap *self-esteem* pada remaja yang mengalami *fatherless* masih terbatas. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nikmatul dan Hairani (2021) menunjukkan bahwa terapi film tidak efektif digunakan dalam meningkatkan harga diri. Hal tersebut dikarenakan ditemukan perubahan pada kelompok kontrol.

Penelitian ini mencoba untuk melengkapi celah penelitian yang sudah ada tentang efektivitas *cinematic therapy*. Penelitian dilakukan pada remaja komunitas X di daerah Sepatan, Kab. Tangerang. Komunitas ini berisikan remaja SMP dan SMA yang tergolong dalam usia remaja madya, serta tidak merasakan adanya figur ayah dan memiliki *self-esteem* rendah. Hal tersebut terlihat dari hasil observasi dan interview yang peneliti lakukan, terlihat remaja komunitas X di daerah Sepatan memiliki rasa percaya diri yang rendah dan ingin pergi meninggalkan rumah.

Salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk meningkatkan *self-esteem* pada remaja yang mengalami *fatherless* adalah *cinematic therapy short movie*. *Cinematic therapy short movie* adalah sebuah bentuk dari *evocative cinematic therapy* yang menggunakan film pendek atau media audiovisual sebagai alat untuk menggali dan memproses perasaan, pengalaman, dan konflik emosional sebagai media terapi. Film pendek dapat menjadi sarana untuk mengekspresikan perasaan, menggambarkan realitas, menginspirasi harapan, dan merangsang kreativitas.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh *Cinematic Therapy Short Movie* dalam meningkatkan *self-esteem* pada remaja yang tumbuh tanpa figur ayah. Penelitian ini didasari oleh keyakinan bahwa pengalaman sinematik dapat menjadi alat yang efektif untuk mengatasi isu *self-esteem* yang mungkin muncul akibat kehilangan figur ayah. Penelitian ini diharapkan dapat membantu memahami apakah penerapan *Cinematic Therapy Short Movie* dapat menjadi pendekatan yang bermanfaat dalam meningkatkan *self-esteem* pada kelompok remaja yang mengalami *fatherless* serta memberikan pandangan yang lebih mendalam tentang cara meningkatkan kesejahteraan emosional mereka dan memberikan landasan bagi pengembangan pendekatan intervensi yang lebih efektif dalam menangani masalah ini.

Landasan Teori

Fatherless

Menurut Smith (2011), seseorang dikatakan mendapat kondisi *fatherless* ketika ia tidak memiliki ayah atau tidak memiliki hubungan dengan ayahnya, disebabkan perceraian atau permasalahan pernikahan orang tua. Sedangkan Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Retno Listyarti mengartikan *fatherless* sebagai anak yang berkembang tanpa kehadiran ayah, atau anak yang mempunyai ayah tapi ayahnya tidak berperan maksimal dalam proses tumbuh kembang anak dengan kata lain pengasuhan (Zhafira, 2021).

Fatherless adalah ketiadaan peran dan figur ayah dalam kehidupan seorang anak yang terjadi pada anak-anak yatim atau anak-anak yang dalam kehidupan sehari-harinya tidak memiliki hubungan yang dekat dengan ayahnya (Sundari & Herdajani, 2013).

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa *fatherless* adalah anak yang tidak memiliki hubungan yang dekat atau mendapat peran atau figur seorang ayah dalam perkembangannya, akibat perceraian atau permasalahan pernikahan orang tua.

Self-esteem

Menurut Myers (2014) *self-esteem* adalah evaluasi diri seseorang secara keseluruhan. Sedangkan, menurut Coopersmith (dalam M. Nur Ghufro, 2016), *self-esteem* adalah suatu evaluasi menyeluruh terhadap dirinya sendiri yang dimiliki individu berkaitan dengan penerimaan diri, dari evaluasi ini

memperlihatkan bagaimana penilaian individu terhadap sendiri, pengakuan bahwa dirinya mempunyai suatu kemampuan atau tidak, sebagai orang yang berhasil atau tidak dan sebagainya.

Menurut Maslow (2008), *self-esteem* adalah perasaan seseorang terhadap keberhargaan dirinya. Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* adalah evaluasi diri seseorang terhadap dirinya sendiri yang berkaitan dengan nilai keberhargaan dirinya seperti, perasaan, penerimaan, pengakuan, penilaian positif atau negatif pada diri sendiri.

Cinematic therapy short movie

Cinema therapy adalah intervensi terapeutik yang digunakan oleh para ahli dengan meminta klien/ subjek untuk menonton film dan menggunakan karakter serta tema film tersebut sebagai cara untuk mengenali diri sendiri sehingga dapat melakukan perubahan terhadap dirinya sendiri (Berg-Cross et al. 1990 dalam Manny, 2018). Pendapat tersebut juga sejalan dengan Paquette (2003, dalam Manny, 2018) bahwa *cinema therapy* adalah alat untuk individu dapat belajar untuk mengatasi masalah-masalah dalam kehidupan mereka secara kreatif. *Cinema therapy* dilakukan dengan merefleksi dan berdiskusi tentang karakter, gaya bahasa, atau arketipe dalam film atau video (Gregerson, 2010, p. 89 dalam Insan & Athia, 2017).

Martin Scorsese (2016, p.116 dalam Manny, 2018) mengatakan, “*Movies touch our hearts and awaken our vision, and change the way we see things. They take us to other places, they open doors and minds. Movies are the memories of our life time, we need to keep them alive*” (p. 116). Terapis dapat menggunakan *cinematic therapy* sebagai intervensi untuk dapat membuat individu membuka mekanisme pertahanan yang digunakan dan menemukan cara untuk dapat berubah menjadi lebih baik. Penggunaan *cinema therapy* hanya dibatasi oleh ketersediaan materi dan imajinasi konselor (As O’Brien and Johnson, 1976, p.40 dalam Manny, 2018). *Cinematherapy* ini memiliki kegunaan, salah satunya yaitu menciptakan rasa empati pada klien melalui pengalaman karakter dalam film tersebut.

Sedangkan *cinematic therapy short movie* merupakan pendekatan terapi yang menggunakan film atau media audiovisual sebagai alat untuk menggali dan memproses perasaan, pengalaman, dan konflik emosional. *Cinematic therapy short movie* merupakan sebuah bentuk dari evocative *cinematic therapy* yang menggunakan film pendek sebagai media terapi. Film pendek yang digunakan memiliki durasi yang singkat, biasanya antara 5 hingga 30 menit, tetapi dapat menyampaikan pesan yang kuat dan menyentuh. Film pendek juga dapat menampilkan berbagai genre, tema, dan gaya yang sesuai dengan kebutuhan dan preferensi klien.

Ketika menonton film-film, individu akan mendapatkan pelajaran observasional dengan sarana yang kuat serta kesempatan untuk memilih di antara sikap dan perilaku yang berbeda. Oleh karena itu, makna dalam film dapat menjadi bibit untuk pertumbuhan, membingkai ulang masalah, dan memodelkan pemecahan masalah sehat yang dapat diterapkan dalam kehidupan mereka sendiri (Gregerson, 2010, p. 92 dalam Insan & Athia, 2017).

2. METODE PENELITIAN

Definisi konseptual dan operational

Self-esteem merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan (Coopersmith (1967, 4-5 dalam Fitri, 2020).

Self-esteem merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan yang diukur berdasarkan aspek *self values* (penilaian diri), *leadership popularity*, *family parent* dan *achievement*. Semakin tinggi skor, maka semakin tinggi *self-esteem* nya. Sebaliknya, semakin rendah skor maka semakin rendah *self-esteem* nya.

Populasi dan sampel

Populasi penelitian adalah komunitas remaja X di daerah Sepatan yang mengalami *fatherless* serta memiliki *self-esteem* rendah, yaitu mahasiswa/i yang berusia 15-18 tahun dan tidak memiliki ayah secara fisik maupun emosional dalam kehidupan mereka.

Sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria yang digunakan adalah sebagai berikut:

- 1) Berusia 15-18 tahun.
- 2) Mengalami *fatherless*, yaitu tidak memiliki ayah secara fisik maupun emosional dalam kehidupan mereka; anak yatim, anak sambung, anak korban perceraian, atau anak yang memiliki ayah namun tidak merasa memiliki ayah.
- 3) Memiliki *self-esteem* yang rendah, yaitu skor di bawah 2,99 pada Coopersmith Self-esteem Inventory (CSEI).

Adapun jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 20 orang, yang terdiri dari 10 orang untuk kelompok eksperimen dan 10 orang untuk kelompok kontrol.

Instrumen penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan adalah Coopersmith Self-esteem Inventory (CSEI) yang telah dimodifikasi sebelumnya, yaitu sebuah skala yang terdiri dari 47 item dengan total 41 aitem favorable dan 6 item unfavorable. Peneliti menggunakan skala CSEI untuk mengukur *self-esteem* dikarenakan item-item yang terdapat pada skala CSEI lebih spesifik. Selain itu, skala ini juga memiliki reliabilitas yang baik dengan nilai Cronbach's alpha pada skala baku sebesar 0,80 (Coopersmith, 1981) dan 0,85. Lalu, setelah diadaptasi dan divalidasi dalam konteks Indonesia, diperoleh nilai Cronbach's alpha sebesar 0,85 (Fitri, 2020). Skala ini menggunakan format likert 4 poin sebagai berikut.

Tabel 1 Skala Format Likert 4 Poin

Jawaban	Skor	Skor
	FAV	UNFAV
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Adapun interpretasi skor untuk kategori *self-esteem* sebagai berikut.

Tabel 2 Interpretasi skor *self-esteem*

Aspek	Indikator	Nomor Item		Σ
		F	UF	
<i>Self values</i>	Menganggap diri penting/berharga.	2		6
		3		
		4	1	
		5		
		6		
		7		
	Mampu memberikan pengaruh.	8	-	3
		9		

Aspek	Indikator	Nomor Item		Σ
		F	UF	
	Memiliki ide/gagasan yang realistis tentang apa yang ia anggap benar.	10		4
		11	-	
		12		
		13		
	Mampu mengontrol diri terhadap dunia luar.	14		3
		15	-	
		16		
	Menikmati tugas baru yang menantang dan tidak cepat marah/bingung ketika tugas tidak berjalan dengan baik.	17	18	2
		19		
	Mampu melakukan tugas yang berkualitas tinggi.	20		4
		21	-	
		22		
		23	25	
	<i>Leadership popularity</i>	Memiliki kebebasan sosial yang luwes dan memiliki kesulitan dalam pembentukan sebuah persahabatan.	24	26
28			27	
29				
Memiliki kreativitas yang membawanya ke tindakan sosial yang tegas dan kuat.		30	-	3
		31		
		32		
Cenderung berpartisipasi daripada menjadi pendengar serta tidak ragu menyampaikan pendapat.		33	-	2
		34		
Memiliki kesadaran diri sehingga memungkinkan ia dapat mengatasi permasalahan pribadi.		35	-	2
		36		
<i>Family parent</i>	Anak merasa diterima oleh orang tua (<i>acceptance</i>)	37		5
		38	-	
		39		
		40		
	Orang tua dapat memberikan konsep yang jelas (terhadap apa yang belum dimengerti oleh anak) dan batasan-batasannya (apa yang benar dan salah dalam melakukan sesuatu) (<i>Clearly defined and enforced limits</i>).	41		2
		42	-	
<i>Achievement</i>	Anak mempunyai rasa hormat (<i>respect</i>).	44	43	2
	Mandiri.	46	-	1
	Berkeyakinan untuk berhasil.	45	47	2
Total Item		41	6	47

Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Seniati, Yulianto dan Setiadi (dalam Agus dan Yanladila, 2019), bahwa penelitian eksperimen merupakan observasi yang objektif terhadap suatu gejala agar terjadi dalam suatu kondisi yang terkontrol ketat, dengan satu atau lebih faktor dimanipulasi serta divariasikan dan faktor lain dibuat konstan dengan tujuan untuk mempelajari hubungan sebab akibat. Eksperimen yang dilakukan adalah untuk mengukur pengaruh *Cinematic Therapy Short Movie* dalam meningkatkan *self-esteem* pada remaja yang tumbuh tanpa figur ayah.

Desain penelitian yang digunakan adalah desain *pretest-posttest control group*. Desain ini dipilih karena penelitian ini ingin menguji pengaruh *cinematic therapy short movie* terhadap *self-esteem* pada remaja yang mengalami *fatherless*, dengan membandingkan antara kelompok eksperimen yang mendapatkan intervensi dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi.

Variabel penelitian terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah *cinematic therapy short movie*, yaitu sebuah intervensi yang menggunakan film pendek sebagai media terapi untuk meningkatkan *self-esteem*. Variabel terikat adalah *self-esteem*, yaitu penilaian yang dibuat oleh seseorang terhadap dirinya sendiri, baik secara positif maupun negatif.

Prosedur Penelitian

1) Hari Pertama

Peneliti bertemu dengan calon responden yaitu komunitas remaja Sepatan, di tempat yang telah dijanjikan. Pada pertemuan awal, peneliti menjelaskan maksud dan tujuan dari penelitian ini, lalu meminta kesediaan mereka untuk menjadi subjek pada penelitian ini. Kemudian, bagi yang bersedia, *pretest* dilaksanakan dengan memberikan *link google form* yang berisi skala CSEI untuk melihat tingkat *self-esteem* yang dimiliki oleh masing-masing responden. Setelah responden selesai mengisi *pretest*, pertemuan awal selesai.

Di hari yang sama peneliti akan menghitung jawaban *pretest* yang sudah dikerjakan untuk mengetahui masing-masing responden berada di kategori *self-esteem* rendah, sedang, atau tinggi. Jika terdapat responden yang mendapatkan skor *self-esteem* yang tinggi, maka akan dieliminasi. Setelah mendapatkan responden yang masuk ke dalam kategori yang sesuai dengan penelitian ini, peneliti langsung membagi responden menjadi kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

2) Hari kedua

Peneliti melakukan intervensi *cinematic therapy short movie* kepada kelompok eksperimen, dengan menggunakan film pendek yang telah dipilih sebelumnya. Peneliti menggunakan 1 film pendek berjudul “*ReMoved*” berdurasi 12 menit 48 detik. Film ini memberikan gambaran mengenai anak yang memiliki *self-esteem* rendah yang diakibatkan oleh perlakuan ayah-nya, namun pada bagian akhir film, dapat dilihat anak tersebut memiliki motivasi untuk berubah dan dapat bangkit dari keadaannya. Oleh karena itu, peneliti merasa film ini cocok dengan topik penelitian dan menggunakannya sebagai *short movie* pilihan.

Peneliti menunjukkan film pendek *ReMoved* kepada subjek penelitian dengan menggunakan laptop di ruangan yang nyaman dan tenang. Subjek menonton film sendirian dengan direkam menggunakan kamera *handphone*. Setelah subjek selesai menonton, peneliti akan menghampiri subjek dan bertanya mengenai perasaan subjek setelah menonton film dan meminta subjek untuk menceritakan secara singkat film yang telah ditonton menceritakan tentang apa. Lalu setelah subjek bercerita, peneliti akan memberikan *post-test*. Sedangkan untuk kelompok kontrol tidak akan diberikan intervensi apa pun.

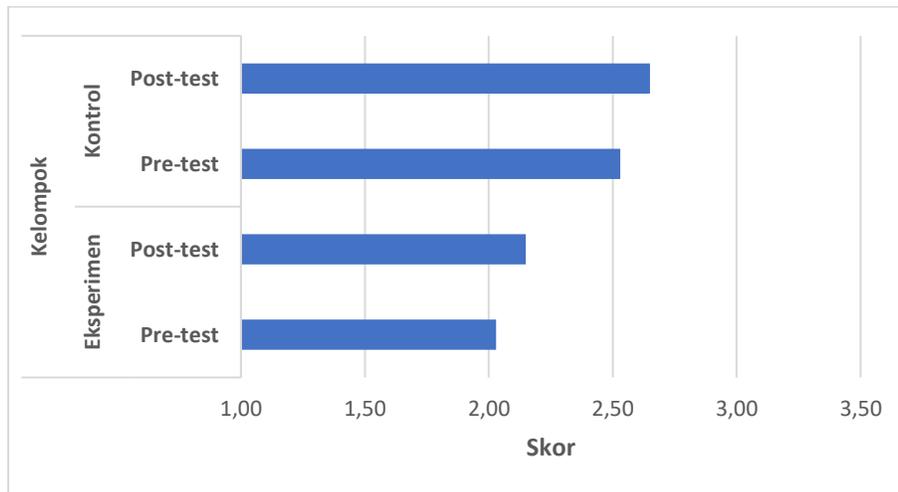
Teknik analisis data

Analisis data dalam penelitian menggunakan uji t berpasangan untuk membandingkan perbedaan rata-rata skor *self-esteem* dalam kelompok, yaitu antara *pretest* dan *post-test*. Peneliti menggunakan program SPSS 20. untuk melakukan analisis data, dengan tingkat signifikansi 0,05.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengukur pengaruh *Cinematic Therapy Short Movie* dalam meningkatkan *self-esteem* pada remaja yang tumbuh tanpa figur ayah di daerah Sepatan sebelum dan sesudah diberikan terapi film dengan menggunakan uji *paired sample t test*, karena hasil uji normalitas

memenuhi asumsi dan data harus valid. *Paired sample t test* merupakan salah satu metode pengujian yang digunakan untuk mengkaji keefektifan perlakuan, ditandai adanya perbedaan rata-rata sebelum dan rata-rata sesudah diberikan perlakuan (Widiyanto, 2013).



Gambar 1 Perbedaan tingkat *self-esteem* kelompok kontrol dan eksperimen

Berdasarkan intervensi yang dilakukan selama 2 hari, dapat dilihat perbedaan rata-rata skor *self-esteem* pada kondisi *pre-test* maupun *post-test* pada kedua kelompok, yang menunjukkan sedikit peningkatan pada kelompok eksperimen sebagaimana disajikan pada gambar 1.

Adapun hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data pretest dan posttest pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen normal. Hal tersebut dibuktikan pada tabel 4. dengan nilai signifikansi yang didapatkan pada pretest dan posttest sebesar 0,978 dan 0,992 lebih besar dari 0,05. Sedangkan varian data pada pretest dan posttest yang ada pada tabel 5. memiliki kesamaan, sehingga data tersebut dinyatakan homogen.

Tabel 4 Hasil uji normalitas kelompok eksperimen dan kelompok kontrol
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Sebelum menonton	Sesudah menonton
N		20	20
Normal parameters	Mean	2.2955	2.3220
	Std Deviation	.29534	.28432
Most Extreme Differences	Absolute	.106	.097
	Positive	.047	.054
Negative		-.106	-.097
	Kolmogorov-Smirnov Z	.474	.435
Asymp. Sig. (2-tailed)		.978	.992

Tabel 5 Hasil uji homogenitas kelompok kontrol dan kelompok eksperimen

<i>Pretest</i>				<i>Posttest</i>			
<i>Levene Statistics</i>	<i>df1</i>	<i>df2</i>	<i>Sig.</i>	<i>Levene Statistics</i>	<i>df1</i>	<i>df2</i>	<i>Sig.</i>
3,405	1	18	0,081	3,241	1	18	0,089

Adapun hasil perhitungan analisis statistik menggunakan uji Paired Sample T Test untuk membandingkan perbedaan rata-rata skor pretest dan post-test self-esteem dalam kelompok eksperimen dan kontrol dapat dilihat pada tabel 3. Dasar prosedur pengambilan keputusan pada uji paired sample t-test adalah jika $p < 0,05$, maka H1 diterima dan H0 ditolak, namun jika $p > 0,05$ maka H1 ditolak H0 diterima (Nisfiannoor, 2013).

Tabel 6 Nilai statistik uji paired t-test kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

	Thitung	Ttabel	Df	P-Value
Eksperimen	-9,699	2,262	9	0,000
Kontrol	-4,019	2,262	9	0,003

Berdasarkan tabel 6 diketahui pada kelompok eksperimen nilai T hitung sebesar -1,375, nilai T tabel sebesar 2,262, nilai df 9, dan nilai P-Value sebesar 0,000. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai T hitung sebesar -4,019, nilai T tabel sebesar 2,262, nilai df sebesar 9, dan P-Value sebesar 0,003. Hasil perhitungan skor pada kelompok eksperimen menunjukkan nilai P-Value sebesar $0,000 < 0,05$ dan pada kelompok kontrol menunjukkan nilai P-Value sebesar $0,003 < 0,05$, maka dapat disimpulkan hasil uji hipotesis H0 ditolak dan H1 diterima. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa subjek pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan Cinematic therapy mengalami peningkatan harga diri tetapi tidak signifikan.

Tabel 7 Hasil nilai statistik deskriptif kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Kelompok		Mean	Std. Deviation	Skor	Skor
				minimum	maksimum
Eksperimen	<i>Pre-test</i>	1,9680	0,39324	1,66	2,30
	<i>Post-test</i>	2,0980	0,19691	1,70	2,34
Kontrol	<i>Pre-test</i>	2,5290	0,14896	2,36	2,38
	<i>Post-test</i>	2,5460	0,14277	2,79	2,81

Diskusi

Berdasarkan hasil uji *paired sample t-test* yang telah dilakukan, diketahui bahwa terdapat perbedaan antara hasil skor *pretest* dan skor *posttest self-esteem*. Perbedaan tersebut berupa peningkatan pada skor *posttest* yang lebih tinggi dibandingkan skor *pretest*. Hasil dari nilai Thitung sebesar -9,699 dan nilai Asymp.Sig.(2-tailed) sebesar 0,000, yang artinya terdapat perbedaan antara skor *pretest* dan skor *posttest* kelompok eksperimen karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) sehingga H0 ditolak dan H1 diterima, yang berarti *cinematic therapy short movie* memiliki pengaruh terhadap *self-esteem* pada remaja yang mengalami *fatherless* tetapi tidak signifikan.

Hal tersebut dikarenakan 2 hal, yaitu penggunaan kalimat pernyataan pada skala yang digunakan kurang tepat dan kurang sesuai untuk anak berusia 15-18 tahun sehingga sulit dipahami oleh subjek dan menghasilkan perbedaan interpretasi antara subjek dengan peneliti. Kesalahan penggunaan bahasa yang terdapat dalam sebuah tulisan dapat menimbulkan kekaburan makna dan salah penafsiran atau pengertian (Ilmia, 2017).

Selain itu, media film pendek di Indonesia yang membahas mengenai *self-esteem* pada subjek *fatherless* tidak terlalu banyak sehingga harus menggunakan film dari luar. Salah satu kendala menggunakan film dari luar adalah bahasa yang digunakan harus diterjemahkan terlebih dahulu dan kalimat hasil terjemahan kurang dapat menggambarkan makna atau situasi yang sebenarnya ingin disampaikan oleh film, hal ini membuat subjek kurang dapat memahami makna film dengan tepat/maksimal.

Film pendek dapat menjadi sarana untuk mengekspresikan perasaan, menggambarkan realitas, menginspirasi harapan, dan merangsang kreativitas. Ketidaktepatan pemahaman subjek terhadap film

membuat subjek tidak dapat menangkap rangsangan atau menginspirasi harapan dan perasaan dengan tepat sehingga *cinematic therapy short movie* tidak berjalan dengan baik. Peneliti menggunakan film sebagai media dalam penelitian ini, sebab film dianggap sebagai media komunikasi yang ampuh terhadap masa yang menjadi sasarannya, karena sifatnya yang audio visual, yaitu gambar dan suara yang hidup. Dengan gambar dan suara, film mampu bercerita banyak dalam waktu singkat. Ketika menonton film penonton seakan-akan dapat menembus ruang dan waktu yang dapat menceritakan kehidupan dan bahkan dapat memengaruhi audiens (Effendy, 1986 dalam Nikmatul, 2021).

Dalam proses penelitian ini, peneliti melakukan sesi wawancara tentang perasaan subjek dan apa makna film yang didapat oleh subjek setelah menonton film tersebut. Hal itu dikarenakan ketika menonton film, subjek dapat menerima dengan memahami alur cerita dan karakter dalam film, di mana menimbulkan kerja aktif dalam otak yang menunjukkan isu-isu motivasi terhadap emosi diri sehingga membangkitkan alam bawah sadar seseorang. Setelah itu, subjek dapat menemukan maksud dari alur cerita dalam film dan dapat menginspirasi seseorang sehingga termotivasi selama penayangan film, peningkatan motivasi ini juga dapat meningkatkan harga diri (Nikmatul, 2021).

Pada saat sesi wawancara berlangsung, subjek penelitian mengatakan bahwa dirinya masih merasa tidak percaya diri dengan penampilan dirinya serta kemampuan yang dimiliki. Individu yang memiliki *self-esteem* normal atau tinggi memiliki keyakinan mengenai apa dan siapa sebenarnya dirinya dibandingkan dengan individu yang memiliki *self-esteem* rendah (Coopersmith, 1967 dalam Nikmatul, 2021).

Namun, subjek penelitian juga mengatakan bahwa dirinya tidak lagi memiliki pemikiran untuk pergi meninggalkan rumah. Hal tersebut dikarenakan setelah mereka menonton film tersebut, kehidupan tokoh yang pergi meninggalkan rumah pada film tersebut menjadi lebih buruk dibandingkan saat dirinya tidak pergi meninggalkan rumah. Hal tersebut menunjukkan bahwa film pendek yang ditonton memiliki pengaruh terhadap pola pikir subjek terhadap keluarganya. Menonton film dan menggunakan karakter serta tema film tersebut sebagai cara untuk mengenali diri sendiri sehingga dapat melakukan perubahan terhadap dirinya sendiri (Berg-Cross et al. 1990 dalam Manny, 2018). Dijelaskan pula bahwa makna dalam film dapat menjadi bibit untuk pertumbuhan, mbingkai ulang masalah, dan memodelkan pemecahan masalah sehat yang dapat diterapkan dalam kehidupan mereka sendiri (Gregerson, 2010, p.92 dalam Insan & Athia, 2017).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *cinematic therapy short movie* memiliki pengaruh tetapi tidak signifikan dalam meningkatkan *self-esteem* pada remaja komunitas X yang mengalami *fatherless* di daerah Sepatan. Hal tersebut dikarenakan berdasarkan hasil perhitungan SPSS yang telah dilakukan, diperoleh nilai $(p) 0,000 < 0,05$ pada kelompok eksperimen sehingga hasil hipotesis H1 diterima dan H0 ditolak, artinya subjek yang diberikan *cinematic therapy short movie* mengalami peningkatan harga diri. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai $(p) 0,003 < 0,05$ sehingga H1 diterima dan H0 ditolak, artinya subjek yang tidak diberikan *cinematic therapy short movie* juga mengalami peningkatan harga diri.

Penelitian ini juga terdapat dua faktor yang memengaruhi hasil penelitian yaitu penggunaan kalimat pernyataan pada skala yang digunakan kurang sesuai dengan umur subjek yang diteliti sehingga sulit dimengerti dan menghasilkan perbedaan interpretasi dan penggunaan film lebih banyak menggunakan film luar negeri sehingga perlu terjemahan dalam menonton dan terjemahan tidak dapat menggambarkan suasana atau makna film secara sempurna sehingga subjek tidak mendapat perlakuan atau rangsangan secara sempurna.

Berikut adalah saran dari hasil penelitian bagi beberapa pihak yang terkait:

a. Bagi subjek dan remaja *fatherless*

Berdasarkan simpulan bahwa subjek berusaha untuk mengenali dan menggali potensi diri serta kurang baiknya hubungan yang terjalin antara anak dengan orang tua, maka peneliti menyarankan agar subjek

dan remaja *fatherless* untuk belajar meyakinkan dirinya sendiri bahwa dirinya memiliki nilai yang berharga yang layak untuk dihargai dan mencoba untuk menjalin komunikasi yang baik dengan orang tua, serta mengikuti kegiatan yang mendukung untuk meningkatkan *self-esteem*, seperti pelatihan pengembangan *self-esteem* pada remaja dalam *setting* dinamika kelompok. Sehingga dapat menghargai diri sendiri dan dapat berfungsi dengan baik dalam masyarakat.

b. Bagi orang tua

Berdasarkan simpulan bahwa subjek pernah memiliki pemikiran untuk pergi meninggalkan rumah, maka peneliti menyarankan agar orang tua menyadari pentingnya kebutuhan akan perhatian dan figur orang tua terhadap anak dengan cara meluangkan waktu dalam mendampingi tumbuh kembang anak dan memberikan perhatian, bimbingan serta membantu anak untuk meyakini bahwa dirinya berharga dengan cara memberikan penghargaan atau pujian serta membantu anak untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan simpulan terdapat pernyataan bahwa skala yang digunakan kurang sesuai dengan umur subjek yang diteliti dan penggunaan film luar negeri sebagai terapi film sehingga tidak dapat menggambarkan suasana atau makna film secara sempurna, maka peneliti menyarankan agar peneliti selanjutnya dapat memperhatikan kesesuaian penggunaan kalimat pada skala yang digunakan untuk menggali data terhadap umur ataupun tingkat pendidikan subjek yang nantinya ingin diteliti supaya subjek dapat memahami dan tidak terjadi interpretasi yang berbeda antara subjek dan peneliti. Selain itu, diharapkan juga untuk memperhatikan pemilihan film yang digunakan agar dapat sesuai dengan budaya ataupun bahasa di lingkungan subjek sehingga subjek dapat memahami makna atau mendapat perlakuan dengan maksimal.

d. Penggiat Perfilman

Berdasarkan simpulan bahwa terdapat keterbatasan film Indonesia tentang *fatherless* dan *self-esteem* sebagai media terapi, maka peneliti menyarankan agar perfilman di Indonesia dapat dikembangkan lagi dengan memproduksi film-film bermakna dan mendidik tentang *fatherless*. Film tentang *fatherless* yang diproduksi bukan hanya sekadar film, tetapi film yang dapat mendidik dan membantu penonton yang mengalami masalah serupa terinspirasi untuk berkembang hidupnya ketika film tersebut digunakan untuk terapi berbasis psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani, S. A. (2022). Proses penerimaan diri remaja perempuan *fatherless* yang ditinggalkan ayah sejak usia dini (doctoral dissertation). Tersedia dari Medan Are University Repository. Diakses dari <https://bit.ly/3ukOpmZ>
- Bustan, R. (2017). Persepsi dewasa awal mengenai kursus pranikah. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 3(1), 82-95.
- Cherise, G., & Bestari, N. A. (2022). Tingkat pengetahuan *self-esteem* remaja pasca menonton film imperfect: karir, cinta & timbangan. *Calathu: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(2), 132-142. Diakses dari <https://bit.ly/48BWwKD>
- Djawa, K. R., & Ambarini, T. K. (2019). Pengaruh *self-esteem* terhadap agresi pada remaja dengan *father-absence*. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 8, 64-75. Diakses dari <https://bit.ly/40RGt8Y>

- Frazier, D. M., Cowan, R. G. (2020). The correlation between attachment style, *self-esteem*, and psychological well-being of *fatherless* women ages 25–55. *Adulthood Journal*, 19(2), 67-76. DOI: <https://doi.org/10.1002/adsp.12096>
- Handayani, F. P. (n.d). *Fatherless* di Indonesia, Belum Semua Pihak Sadar Kondisi Ini. *Populix*. Diakses dari <https://bit.ly/3GdQjIN>
- Imbiri, R. R. (2018). Harga diri dan resiliensi diri pada guru sekolah dasar (doctoral dissertation). Tersedia dari Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Jakarta. Diakses dari <https://bit.ly/4164QQF>
- Lubis, H. dan Solikhatin, N. K. (2021). Efektivitas terapi film dalam meningkatkan harga diri. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 535-547.
- Malasari, F. A. (2021). Hubungan antara body image dengan *self-esteem* pada mahasiswi (studi pada mahasiswi uin suska riau) (doctoral dissertation). Tersedia dari Institutional Repository, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Diakses dari <https://bit.ly/4aDIav7>
- Putri, J. E., Neviyarni, N., Marjohan, M., Ifdil, I., & Afdal, A. (2022). Konsep *self-esteem* pada wanita dewasa awal yang mengalami perceraian. DOI: <https://doi.org/10.29210/1202221495>
- Rajab, I. (2017). Analisis penggunaan tanda baca dalam menulis teks laporan hasil observasi siswa kelas x sma negeri 1 pangkajene kabupaten pangkep (doctoral dissertation). Tersedia dari eprints repository software Universitas Negeri Makassar. Diakses dari <https://bit.ly/471foN4>
- Ratri, S. W., Susilo, T. D., & Setyorini, S. (2019). Hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada siswi kelas x pemasaran (pm) di smk negeri 1 salatiga. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 5(1), 48-54. DOI: <http://dx.doi.org/10.31602/jbkr.v5i1.1845>
- Reijer, M. (2018). *Cinema-therapy: using film as an intervention* (doctoral dissertation). Tersedia dari Doctoral Dissertation, California State University, Northridge. Diakses dari <https://bit.ly/3GdiNT5>
- Sarandria. (2012). Efektivitas cognitive behavioral therapy (CBT) untuk meningkatkan self-esteem pada dewasa muda.
- Starrels, Majorie. E. (1994). Gender differences in parent-child relations. *Journal of family issues*, 15(1), 148–165. Diakses dari <https://bit.ly/47n5NGm>
- Sundari, A. R., & Herdajani, F. (2013). Dampak *fatherless* terhadap perkembangan psikologis anak. Diakses dari <https://bit.ly/3R5Jy1P>
- Suwanto, I., & Nisa, A. T. (2017). Cinema therapy sebagai intervensi dalam konseling kelompok. *Proceedings/ Jambore Konselor*, 3, 147-152. Diakses dari <https://bit.ly/47KJmut>
- Wolz, B. (n.d). Cinematherapy.com. Diakses dari <https://bit.ly/3RnEXZn>
- Yusmansyah, Utaminingsih, D., & Kadaryanto, B. (2021). Research on humanities and social sciences. *Research on Humanities and Social Sciences*, 11(16). DOI: <https://doi.org/10.7176/rhss>
- Zhang, X., & Grant, A. (2023). Parent–child relationships from adolescence to adulthood: an examination of children’s and parent’s reports of intergenerational solidarity by race, ethnicity, gender, and socioeconomic status from 1994–2018 in the United States. *Social Sciences*, 12(5), 266. MDPI AG. Diakses dari <https://bit.ly/40UrStl>