

Research Article

Implementasi Konseling Eksistensial dalam Mengatasi Trauma Pada Korban Pelecehan Seksual

Torly Amora Jofipasi¹, Yeni Karneli², Netrawati³

1. Universitas Negeri Padang, torlyamora@gmail.com
2. Universitas Negeri Padang, yenikarneli.unp@gmail.com
3. Universitas Negeri Padang, netrawatineta@yahoo.co.id

Copyright © 2024 by Authors, Published by Counselia: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam. This is an open access article under the CC BY License : <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>.

Received : January 31, 2024

Revised : February 23, 2024

Accepted : February 28, 2024

Available online : March 29, 2024

How to Cite: Torly Amora Jofipasi, Yeni Karneli, & Netrawati. (2024). Implementasi Konseling Eksistensial dalam Mengatasi Trauma Pada Korban Pelecehan Seksual. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), 151–161. <https://doi.org/10.31943/counselia.v5i1.108>

Abstract. This article discusses the implementation of existential counseling in overcoming trauma in victims of sexual harassment, where we know that currently cases of sexual harassment in the last few years have increased and have a very painful impact on victims and leave a condition of prolonged trauma. Trauma resulting from sexual harassment results in psychological impacts. Victims of sexual violence and harassment will experience deep trauma, physical impacts. Violence and sexual abuse of children are the main factors in the transmission of sexually transmitted diseases (STDs), and have social impacts. Victims of sexual violence and harassment are often ostracized in social life, something that should be avoided because victims definitely need motivation and moral support to get back on their feet in life. These problems that occur need to be resolved so that they do not interfere with daily life. This article also discusses existential counseling as a strategy for overcoming trauma in victims of bullying including the concept of trauma, sexual harassment, signs of sexual harassment, the impact of sexual harassment, basic theories and principles of views on human nature, the existential counseling process, the goals of existential counseling, the function and role of the counselor, the role of the client in the counseling relationship, the relationship between the counselor and the client in the counseling process,

Implementasi Konseling Eksistensial dalam Mengatasi Trauma Pada Korban Pelecehan Seksual

Torly Amora Jofipasi, Yeni Karneli, Netrawati

counseling procedures and techniques as well as the implementation of existential counseling in overcoming the trauma of victims of sexual harassment. The method used is a literature review with critical analysis of research being conducted on a specific topic

Keywords: Sexual Abuse, Existential Counseling, Trauma.

Abstrak. Artikel ini membahas tentang implementasi konseling eksistensial dalam mengatasi trauma pada korban pelecehan seksual, dimana kita ketahui pada saat ini kasus pelecehan seksual dalam beberapa tahun terakhir mengalami peningkatan dan berdampak sangat menyakitkan bagi korban dan menyisakan kondisi trauma yang berkepanjangan. Trauma akibat pelecehan seksual ini mengakibatkan dampak psikologis korban kekerasan dan pelecehan seksual akan mengalami trauma yang mendalam, dampak fisik. Kekerasan dan pelecehan seksual pada anak merupakan faktor utama penularan Penyakit Menular Seksual (PMS), dampak sosial. Korban kekerasan dan pelecehan seksual sering dikucilkan dalam kehidupan sosial, hal yang seharusnya dihindari karena korban pastinya butuh motivasi dan dukungan moral untuk bangkit lagi menjalani kehidupannya. Permasalahan yang terjadi ini perlu di atasi sehingga tidak mengganggu kehidupan sehari-hari. Artikel ini juga membahas tentang konseling eksistensial sebagai strategi dalam mengatasi trauma pada korban bullying meliputi konsep trauma, pelecehan seksual, tanda-tanda terkena pelecehan seksual, dampak pelecehan seksual, teori dan prinsip dasar pandangan tentang hakekat manusia, proses konseling eksistensial, tujuan konseling eksistensial, fungsi dan peran konselor, peran klien dalam hubungan konseling, hubungan antara konselor dan klien dalam proses konseling, prosedur dan teknik konseling serta implementasi konseling eksistensial dalam mengatasi trauma korban pelecehan seksual. Metode yang digunakan ialah literature review dengan analisa kritis dari penelitian yang sedang dilakukan terhadap topik khusus

Kata Kunci: Pelecehan Seksual, Konseling Eksistensial, Trauma.

PENDAHULUAN

Permasalahan umum yang sering terjadi saat ini yaitu kasus seperti pelecehan seksual, Di Indonesia sendiri, kata pelecehan seksual sudah tidak asing karena hampir setiap tahunnya kasus pelecehan seksual selalu terjadi peningkatan. Maraknya kasus pelecehan seksual membuat semua orang tidak asing lagi dengan tindak kekerasan yang satu ini. Kasus ini juga tidak hanya dilakukan oleh laki-laki terhadap perempuan saja, tetapi perempuan pun dapat melakukannya terhadap laki-laki. pelecehan seksual ini juga memberikan dampak yang sangat serius bagi para korbannya, salah satunya adalah trauma (Dirgayunita A, 2016). Pelecehan seksual saat ini merupakan suatu fenomena yang sudah sering terjadi pada lingkungan sosial. Berdasarkan data KPAI dari rentang tahun 2010-2014 korban kejahatan seksual terhadap anak setiap tahun terjadi peningkatan, ditandai tahun 2010 terjadi 42% kejahatan seksual, 2011 terjadi 58% kejahatan seksual, dan 2012 terjadi 62% kejahatan seksual, tahun 2013 terjadi peningkatan kejahatan seksual

Implementasi Konseling Eksistensial dalam Mengatasi Trauma Pada Korban Pelecehan Seksual

Torly Amora Jofipasi, Yeni Karneli, Netrawati

sebesar 62%. Sedangkan pada 2014 (Januari-April), terjadi sebanyak 600 kasus atau 876 korban, diantaranya 137 kasus, pelaku utamanya anak.

Kekerasan seksual sendiri dapat diartikan sebagai terjadinya pendekatan seksual yang tidak di inginkan oleh seseorang terhadap orang lain. Pendekatan seksual yang dilakukan pun tidak harus selalu bersifat fisik, namun juga dapat berbentuk verbal. Oleh karena itu, pelecehan seksual dapat hadir dalam berbagai bentuk, contohnya seperti pemerkosaan, menyentuh badan orang lain dengan sengaja, ejekan atau lelucon mengenai hal-hal berbau seksual, pertanyaan pribadi tentang keidupan seksual, membuat gerakan seksual melalui tangan atau ekspresi wajah, suara mengarah seksual, dan masih banyak lagi. Menurut Paradiatz, R & Soponyono, E. (2022: 62) pelecehan seksual sendiri dapat diartikan sebagai terjadinya pendekatan seksual yang tidak di inginkan oleh seseorang terhadap orang lain. Pendekatan seksual yang dilakukan pun tidak harus selalu bersifat fisik, namun juga dapat berbentuk verbal. Oleh karena itu, pelecehan seksual dapat hadir dalam berbagai bentuk, contohnya seperti pemerkosaan, menyentuh badan orang lain dengan sengaja, ejekan atau lelucon mengenai hal-hal berbau seksual, pertanyaan pribadi tentang keidupan seksual, membuat gerakan seksual melalui tangan atau ekspresi wajah, suara mengarah seksual, dan masih banyak lagi.

Salah satu kondisi negatif yang terjadi akibat pelecehan seksual adalah trauma. Trauma akibat pelecehan seksual mengakibatkan kehilangan kepercayaan diri. Lebih buruk lagi, korban akan merasa malu pada diri sendiri dan hal ini akan menyebabkan kejiwaan korban sangat terganggu. Secara psikologis trauma yang dialami oleh korban pelecehan seksual adalah gampang takut, kecemasan, mudah gelisah, dan perilaku yang tidak terkontrol lainnya. Kondisi yang terjadi akibat dampak pelecehan seksual diperlukan strategi yang tepat dalam penanganannya. sehingga korban tidak merasa trauma (Andargini & Rivai, 2007). Tindakan intimidasi yang dilakukan pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah dapat juga disebut pelecehan seksual (Barbara, 2006).

Dampak yang terjadi dan dirasakan oleh korban akan meninggalkan trauma yang berkepanjangan apabila tidak ditangani secara tepat. Penanganan yang digunakan dalam mengatasi trauma pelecehan seksual ini melalui konseling eksistensial. Konseling eksistensial merupakan pendekatan konseling yang berpandangan mengenai dimensi dasar kondisi manusia yang terdiri dari kapasitas untuk sadar akan diri (*the capacity for self awereness*), kebebasan dan tanggung jawab (*freedom and responsibility*), usaha untuk mendapatkan identitas dan bisa berhubungan dengan orang lain (*striving for identity and relationship to others*), pencarian makna (*the search for meaning*), kecemasan sebagai suatu kondisi dalam hidup (*anxiety as a conditions of living*), kesadaran akan kematian dan ketiadaan (*awereness of death and non being*) (Corey, 2009). Konseling eksistensial menekankan pada kapasitas untuk sadar akan dirinya dan mampu memahami dirinya. Trauma adalah gejala yang di dalamnya melahirkan situasi terluka, putus asa, ketidak bermaknaan, kecemasan dan sebagainya. Konseling eksistensial bertujuan merubah gejala-gejala yang nampak akibat trauma menjadi individu yang lebih bermakna dalam kehidupannya (Engel J D, 2018).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan ialah Literature Review atau tinjauan pustaka. Penelitian kepustakaan atau kajian literatur (literature review, literature research) merupakan penelitian yang mengkaji atau meninjau secara kritis pengetahuan, gagasan, atau temuan yang terdapat di dalam tubuh literatur berorientasi akademik (academic-oriented literature), serta merumuskan kontribusi teoritis dan metodologisnya untuk topik tertentu, (Cooper, 2011)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Trauma

Trauma yang dialami individu merupakan peristiwa yang berbekas dan menyakitkan bagi dirinya dan berdampak pada perilaku. Menurut Goleman (2001) bahwa penderita trauma mengalami perubahan sirkuit limbik yang berpusat pada amigdala. Chaplin (2001) trauma adalah suatu luka baik yang bersifat fisik, jasmani maupun psikis. Individu yang mengalami sebuah tindakan seperti pelecehan seksual akan meninggalkan kondisi yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan dan memberikan respon yang berbeda terhadap suatu kondisi. Dalam kasus trauma dampak yang terjadi seperti rasa takut, cemas, mudah kaget, sulit tidur, mudah berkeringat, gelisah, sulit berkonsentrasi dan merasa putus asa.

Pelecehan Seksual

Pelecehan seksual adalah segala tingkah laku seksual yang tidak diinginkan, permintaan untuk melakukan perbuatan seksual, baik secara lisan atau fisik, seperti isyarat yang bersifat seksual atau perilaku lain apapun yang bersifat seksual, yang menjadikan seseorang merasa tersinggung, dipermalukan dan/atau terintimidasi. Mengacu pada pengertian *sexual harassment* oleh Hermawati, I., & Sofian, A. (2018: 4) mengartikan pelecehan seksual sebagai diberikannya suatu tuntutan seksual yang tidak diinginkan atau diciptakannya suatu lingkungan yang ofensif secara seksual, dalam bahasa yang sederhana disebut juga dengan perhatian yang tidak diinginkan atau *unwelcome attention*. Pelecehan seksual pada umumnya dikelompokkan menjadi 3 komponen utama, yaitu: pemaksaan seksual, pelecehan gender dan perhatian seksual yang tidak diharapkan. Pemaksaan seksual ini diartikan sebagai permintaan secara langsung atau persyaratan untuk melakukan tindakan seksual sebagai imbalan terkait pekerjaan atau sekolah, sedangkan pelecehan gender merupakan degradasi perempuan yang dilakukan secara bergrup seperti membuat lelucon tentang perempuan sebagai objek seks atau memposting gambar objek perempuan sebagai objek seks (Fairchild K & Rudman L. A, 2008: 340).

Berdasarkan pengertian pelecehan seksual dapat disimpulkan bahwa pelecehan seksual merupakan tindakan agresi yang dilakukan oleh pelaku secara sadar dan berulang-ulang kepada individu atau kelompok lain yang bertujuan untuk melukai secara verbal, fisik dan emosional. Tindakan yang dilakukan melalui pelecehan seksual akan menyisakan dampak trauma bagi korban dan mengakibatkan perilaku-perilaku baru yang dapat merugikan korban.

Tanda Pelecehan Seksual

Dalam memahami pelecehan seksual ada beberapa hal yang harus dikenal sebagai tanda-tanda pelecehan seksual. Menurut Coloroso (2007) pelecehan seksual mengandung tiga elemen yaitu kekuatan yang tidak seimbang, bertujuan untuk menyakiti, dan adanya ancaman akan dilakukannya agresi. Olweus (2006) pelecehan seksual memiliki tiga unsur yaitu menyerang dan negatif, dilakukan secara berulang kali, dan adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat. Tanda-tanda pelecehan seksual akan membantu dalam mengenal pelaku sebelum melakukan pelecehan seksual hal ini akan dapat mencegah lebih awal proses terjadinya pelecehan seksual.

Ada beberapa bentuk pelecehan seksual yang sering terjadi pada korban sehingga menimbulkan trauma. Pendekatan seksual yang dilakukan pun tidak harus selalu bersifat fisik, namun juga dapat berbentuk verbal (Jannah P M, 2021). Oleh karena itu, pelecehan seksual dapat hadir dalam berbagai bentuk, contohnya seperti pemerkosaan, menyentuh badan orang lain dengan sengaja, ejekan atau lelucon mengenai hal-hal berbau seksual, pertanyaan pribadi tentang keidupan seksual, membuat gerakan seksual melalui tangan atau ekspresi wajah, suara mengarah seksual, dan masih banyak lagi (Paradiaz R & Soponyono E, 2022).

Dampak Pelecehan Seksual

Pelecehan seksual merupakan tindakan yang agresif, merugikan dan dapat mengakibatkan ketidak nyamanan dan trauma bagi korban. Dampak pelecehan seksual menurut Coloroso (2007) yaitu mengakibatkan depresi. Swearer, dkk (2010) korban pelecehan seksual juga merasa sakit, menjauhi lingkungan sosial, prestasi akademik menurun, rasa takut dan kecemasan meningkat, adanya keinginan bunuh diri, serta dalam jangka panjang akan mengalami kesulitan-kesulitan internal yang meliputi rendahnya *self esteem*, kecemasan, dan depresi. Dampak pelecehan seksual berakibat sangat mengerikan apabila korban tidak dibantu dalam menyelesaikan masalahnya. Proses pencegahan menjadi hal mutlak yang harus dilakukan tetapi bagi korban yang sudah mengalami maka diperlukan solusi sehingga masalah yang di hadapinya dapat terselesaikan dan korban dapat keluar dari masalah yang dihadapinya (Kartika Y & Najemi A, 2020).

Teori Eksistensial

Pandangan Tentang Manusia

Menurut Corey, (2009) dimensi dasar dari kondisi manusia, menurut pendekatan eksistensial yaitu :

1. Kesadaran Diri

Kebebasan, pilihan, dan tanggung jawab merupakan dasar dari kesadaran diri. Semakin besar kesadaran kita, semakin besar kemungkinan kita untuk kebebasan. Schneider (Corey, 2009) menjelaskan bahwa posisi eksistensial inti adalah bahwa kita bebas (disengaja, kreatif, dan ekspresif) dan terbatas (oleh kendala lingkungan dan sosial). Kita meningkatkan kapasitas kita untuk hidup sepenuhnya ketika kita memperluas kesadaran kita dalam bidang-bidang berikut:

- a. Kita terbatas dan tidak memiliki waktu tanpa batas untuk melakukan apa yang kita inginkan dalam hidup.

- b. Kita memiliki potensi untuk mengambil tindakan atau tidak bertindak; kelambanan adalah keputusan.
- c. Kita memilih tindakan kita, dan karena itu kita dapat secara parsial menciptakan takdir kita sendiri.
- d. Makna adalah produk menemukan bagaimana kita "dilempar" atau berada di dunia dan kemudian, melalui komitmen, hidup secara kreatif.
- e. Ketika kita meningkatkan kesadaran kita tentang pilihan yang tersedia bagi kita, kita juga meningkatkan rasa tanggung jawab kita atas konsekuensi dari pilihan-pilihan ini.
- f. Kita tunduk pada kesepian, ketidakberartian, kekosongan, rasa bersalah, dan isolasi.
- g. Kita pada dasarnya sendirian, namun kita memiliki kesempatan untuk berhubungan dengan makhluk lain.

2. Kebebasan dan Tanggung Jawab

Tema eksistensial yang khas adalah bahwa orang bebas untuk memilih di antara alternatif dan karenanya memainkan peran besar dalam membentuk nasib mereka sendiri. Schneider dan Krug (Corey, 2009) menulis bahwa terapi eksistensial mencakup tiga nilai:

- a. Kebebasan untuk menjadi dalam konteks keterbatasan alami dan yang dipaksakan sendiri
- b. Kapasitas untuk merefleksikan makna pilihan kita.
- c. Kapasitas untuk bertindak berdasarkan pilihan yang kita buat.

3. Berjuang untuk Identitas dan Hubungan dengan Orang Lain

Setiap individu memiliki kebutuhan untuk memelihara keunikan dan keterpusatannya, tetapi pada saat yang sama ia memiliki kebutuhan untuk keluar dari dirinya sendiri dan untuk berhubungan dengan orang lain serta dengan alam. Masalahnya dengan begitu banyak dari kita adalah bahwa kita telah mencari arahan, jawaban, nilai, dan kepercayaan dari orang-orang penting di dunia kita. Daripada memercayai diri kita sendiri untuk mencari ke dalam dan menemukan jawaban kita sendiri terhadap konflik dalam hidup kita, kita menjual dengan menjadi apa yang orang lain harapkan dari kita. Keberadaan kita menjadi berakar dalam harapan mereka, dan kita menjadi orang asing bagi diri kita sendiri.

4. Pencarian makna

Salah satu karakteristik yang khas pada manusia adalah perjuangan untuk merasakan arti makna hidup. Manusia pada dasarnya selalu dalam pencarian makna dan identitas pribadi. Konflik mendasar yang membawa orang ke dalam konseling dan terapi adalah dilema yang berdasar pada pertanyaan-pertanyaan eksistensial ini: "Mengapa saya di sini?", "Apa yang saya inginkan dari kehidupan?", "Apa yang memberi tujuan hidup saya?", "Di mana sumber makna bagi saya dalam hidup ini?" (a) Masalah penyisihan nilai-nilai lama, (b) Tidak ada artinya dan (c) Menciptakan makna baru

5. Kecemasan sebagai Syarat Hidup

Kecemasan adalah suatu karakteristik dasar manusia. Kecemasan tidak merupakan sesuatu yang patologis, sebab ia bisa menjadi suatu tenaga motivasional atas tanggung jawab untuk memilih.

- a. Kecemasan sebagai sumber pertumbuhan

Kecemasan timbul dari usaha pribadi untuk bertahan hidup dan untuk mempertahankan dan menegaskan seseorang, dan perasaan yang dihasilkan oleh kecemasan adalah aspek yang tak terhindarkan dari kondisi manusia. Kecemasan bisa menjadi perangsang bagi pertumbuhan, dalam arti bahwa kita mengalami kecemasan dengan meningkatnya kesadaran kita atas kebebasan dan atas konsekuensi dari penerimaan ataupun penolakan kebebasan.

b. Pelarian dalam kecemasan

Terapis eksistensial membedakan antara kecemasan normal dan neurotik, dan mereka melihat kecemasan sebagai sumber potensial pertumbuhan.

- 1) Kecemasan normal adalah menanggapi suatu peristiwa yang sedang dihadapi. Lebih lanjut, kecemasan semacam ini tidak harus ditekan, dan itu dapat digunakan sebagai motivasi untuk berubah.
- 2) Kecemasan neurotik, adalah kecemasan tentang hal-hal yang tidak sesuai dengan situasi. Kecemasan neurotik biasanya keluar dari kesadaran, dan itu cenderung melumpuhkan orang tersebut.

6. Kesadaran akan Kematian dan Ketidakberadaan

Eksistensialis tidak memandang kematian secara negatif tetapi menganggap kesadaran akan kematian itu sebagai kondisi dasar manusia memberi makna pada kehidupan. Ketakutan terhadap kematian dan ketakutan terhadap kehidupan memiliki korelasi. Jika kita takut mati, maka kita juga takut hidup, seakan-akan kita mengatakan, “kita takut mati karena kita belum pernah benar-benar hidup”. Karena beberapa di antara kita merasa takut menghadapi kenyataan kematian kita sendiri, kita mungkin berusaha untuk menghindari fakta ketiadaan yang akan terjadi. Bagaimanapun, jika kita mencoba melarikan diri dari konfrontasi dengan ketiadaan, maka kita harus berkorban. Menurut May “pengorbanan untuk mengingkari kematian adalah kecemasan yang tak menentu, pengucilan diri. Untuk memahami dirinya dengan sempurna, manusia harus menghadapi kematian dan sadar akan kematian pribadinya.

7. Perjuangan untuk Aktualisasi Diri

Setiap orang memiliki dorongan bawaan untuk menjadi seorang pribadi yakni mereka memiliki kecenderungan ke arah pengembangan keunikan dan ketunggalan, penemuan identitas pribadi, dan perjuangan demi aktualisasi potensi-potensinya secara penuh. Jika seseorang mampu mengaktualkan potensi-potensinya sebagai pribadi, maka dia akan mengalami kepuasan yang paling dalam yang bisa dicapai oleh manusia, sebab demikianlah alam mengharapkan mereka berbuat.

Proses Terapi

A. Tujuan Terapi

Schneider dan Krug (Corey, 2009) mengidentifikasi empat tujuan penting dari terapi eksistensial-humanistik:

1. Untuk membantu klien menjadi lebih sadar terhadap diri mereka sendiri dan orang lain.
2. Untuk membantu klien dalam mengidentifikasi cara mereka memblokir

diri mereka sendiri dari keadaan yang tidak baik.

3. Untuk menantang klien untuk memikul tanggung jawab untuk mendesain kehidupan mereka saat ini.
4. Untuk mendorong klien memilih cara yang lebih luas dalam kehidupan sehari-hari mereka.

B. Fungsi dan Peran Terapi

Terapis dengan orientasi eksistensial biasanya berurusan dengan orang yang merasa memiliki keberadaan terbatas. Klien-klien ini memiliki kesadaran terbatas tentang diri mereka sendiri dan sering tidak jelas tentang sifat masalah mereka. Bugental (Corey, 2009), fungsi terapis adalah untuk membantu klien dalam melihat cara di mana mereka memahami kesadaran mereka. Terapis dapat menggunakan cermin untuk berbicara dengan klien, sehingga klien secara bertahap dapat terlibat dalam konfrontasi diri.

Dengan cara ini klien dapat melihat bagaimana mereka cara menjadi mereka dan bagaimana mereka bisa memperbesar cara mereka hidup. Sekali klien menyadari faktor-faktor di masa lalu mereka dan hal ini mengganggu keberadaan mereka saat ini, mereka dapat mulai menerima tanggung jawab untuk mengubah masa depan mereka.

C. Pengalaman Klien dalam Terapi

Dalam terapi eksistensial, klien mampu mengalami secara subjektif persepsi-persepsi tentang dunianya. Dia harus aktif dalam proses teraupetik, sebab dia harus memutuskan ketakutan-ketakutan, perasaan-perasaan berdosa, dan kecemasan-kecemasan apa yang akan dieksplorasinya. Pendek kata, klien dalam terapi eksistensial merupakan pembuka pintu menuju diri sendiri. Pengalaman yang menakutkan, atau menyenangkan, mendePRESIKAN, atau gabungan dari semua perasaan tersebut.

Dengan membuka pintu yang tertutup, klien mulai melonggarkan belenggu deterministik yang telah menyebabkan dia terpenjara secara psikologis. Lambat laun klien menjadi sadar, siapa dia tadinya dan siapa dia sekarang, serta klien lebih mampu menetapkan masa depan yang bagaimana yang diinginkannya. Melalui proses terapi, klien bisa mengeksplorasi alternatif-alternatif guna membuat pandangan-pandangan menjadi nyata.

D. Peran Klien dalam Hubungan Konseling

Dalam proses konseling klien harus aktif, sehingga dalam konseling harus menentukan rasa takut dan kecemasan yang mereka eksplorasi. Menurut Corey (2009) dalam konseling eksistensial, klien bertugas membuka pintu bagi dirinya sendiri setelah itu klien bertugas berkonfrontasi dengan kepedulian jauh kedepan dan bukan mengurus *problem-problem* yang akan segera datang.

E. Hubungan antara Terapis dan Klien

Terapis eksistensial memberi perhatian utama pada hubungan mereka dengan klien. Hubungan itu penting dalam dirinya sendiri karena kualitas pertemuan dalam situasi terapeutik adalah stimulus untuk perubahan positif. Perhatian diberikan untuk pengalaman langsung dan berkelanjutan klien, terutama apa yang sedang terjadi dalam interaksi antara terapis dan klien. Terapi dilihat sebagai mikrokosmos sosial dalam arti bahwa masalah interpersonal dan eksistensial klien akan menjadi jelas di sini dan sekarang hubungan terapi.

Aplikasi Terapi Dan Prosedur

Van Deurzen (Corey, 2009) mengidentifikasi sebagai aturan dasar utama pekerjaan eksistensial keterbukaan terhadap kreativitas individu terapis dan klien. Dia menjelaskan bahwa terapis eksistensial perlu menyesuaikan intervensi mereka dengan kepribadian mereka sendiri dan gaya, serta peka terhadap apa yang dibutuhkan setiap klien. Pedoman utamanya adalah bahwa intervensi praktisi eksistensial responsif terhadap keunikan masing-masing klien.

A. Fase Konseling Eksistensial

1. Fase awal konseling
2. Fase tengah konseling
3. Fase akhir konseling

B. Klien yang Sesuai untuk Konseling Eksistensial

Praktik eksistensial telah diterapkan dalam berbagai pengaturan dan dengan masalah yang beragam. Termasuk mereka yang memiliki masalah penyalahgunaan zat, etnis dan ras minoritas, klien gay dan lesbian, dan pasien rawat inap psikiatri. Bagi orang-orang yang menghadapi krisis perkembangan, pengalaman kesedihan dan kehilangan, menghadapi kematian, atau menghadapi keputusan hidup utama, eksistensial terapi ini sangat tepat. Van Deurzen (Corey, 2009) mengemukakan bahwa bentuk terapi ini paling tepat untuk klien yang berkomitmen untuk menangani masalah mereka tentang hidup, untuk orang-orang dia yang merasa terasing dari harapan masyarakat saat ini, atau bagi mereka yang sedang mencari makna dalam hidup mereka.

C. Aplikasi untuk Terapi Singkat

Pendekatan eksistensial dapat memfokuskan klien pada bidang-bidang penting seperti asumsi tanggung jawab pribadi yang membuat komitmen untuk memutuskan dan bertindak, dan pandangan kesadaran mereka tentang situasi mereka saat ini. Mungkin untuk waktu terbatas pendekatan untuk melayani sebagai katalis bagi klien untuk menjadi aktif dan sepenuhnya terlibat dalam masing-masing sesi terapi mereka. Pada terapi jangka pendek, penting bagi individu untuk mengevaluasi apa yang telah mereka capai dan masalah apa yang mungkin perlu diatasi nanti.

D. Aplikasi untuk Konseling Kelompok

Yalom (Corey, 2009) berpendapat bahwa kelompok menyediakan kondisi yang optimal untuk pekerjaan terapi pada tanggung jawab. Para anggota bertanggung jawab atas cara mereka berperilaku dalam kelompok, dan ini memberikan cermin bagaimana mereka akan bertindak di dunia. Grup mewakili bagian terkecil dari dunia tempat para peserta tinggal dan berfungsi. Melalui umpan balik, anggota belajar melihat diri mereka sendiri di mata orang lain, dan mereka mempelajari cara perilaku mereka dapat mempengaruhi orang lain.

Implementasi Konseling Eksistensial Dalam Mengatasi Trauma Korban Pelecehan Seksual

Dalam proses konseling eksistensial hubungan yang penuh kepedulian dan empati akan membantu proses terapeutik dalam konseling. Langkah-langkah proses konseling dilakukan dalam tiga tahap sesuai dengan prosedur konseling

Implementasi Konseling Eksistensial dalam Mengatasi Trauma Pada Korban Pelecehan Seksual

Torly Amora Jofipasi, Yeni Karneli, Netrawati

dan menggunakan salah satu teknik konseling eksistensial. Contoh kondisi klien sebelum treatment merasa gelisah karena takut mengalami tindakan pelecehan seksual yang ia pernah alami di sekolah sehingga tidak memiliki semangat untuk sekolah dan sulit berkonsentrasi di sekolah. Proses treatment dimulai dengan mengidentifikasi hal-hal yang klien rasakan dengan menciptakan suasana kepedulian empati sehingga muncul kepercayaan klien kepada konselor sehingga antara konselor dan klien bisa bekerja sama (Triwijati N E, 2007).

Dalam proses mengidentifikasi konselor dapat melakukan keterampilan komunikasi melalui refleksi isi dan perasaan yang di sampaikan klien, dalam proses ini konselor juga mengajarkan bagaimana cara memahami sebuah eksistensi dan pemahaman tentang masalah yang dialami konseli dan sugesti-sugesti konseli terhadap dirinya kemudian setelah itu memberikan dorongan, semangat untuk perubahan pada dirinya dan menciptakan pemahaman baru tentang dirinya dan merekonstruksi sikap-sikap dirinya terhadap sebuah masalah sehingga konseli mampu melaksanakan pilihannya dari pemahaman yang mereka pelajari dan mampu mempertanggung jawabkannya.

KESIMPULAN

Pelecehan seksual merupakan tindakan agresi yang dilakukan oleh pelaku secara sadar dan berulang-ulang kepada individu atau kelompok lain yang bertujuan untuk melukai secara verbal, fisik dan emosional. Tindakan yang dilakukan melalui pelecehan seksual akan menyisakan dampak trauma bagi korban dan mengakibatkan perilaku-perilaku baru yang dapat merugikan korban. Pelecehan seksual harus segera dibantu, karna hal tersebut akan menjadi boomerang yang mengerikan bila korban tidak dibantu dalam menyelesaikan masalahnya. Proses pencegahan menjadi hal mutlak yang harus dilakukan, dan terhadap korban yang sudah mengalami maka diperlukan solusi sehingga masalah yang di hadapinya dapat terselesaikan. Sehingga tidak menjadikan korban menjadi trauma.

Untuk mengurangi rasa trauma yang dimiliki korban pelecehan seksual dapat dilakukan dengan menggunakan proses konseling eksistensial hubungan yang penuh kepedulian dan empati akan membantu proses terapeutik dalam konseling. Konseling eksistensial merupakan pendekatan yang menekankan pada kesadaran bahwa setiap individu memiliki potensi-potensi dan kebermaknaan diri. Dalam proses konseling hubungan konselor dan klien yang penuh kepedulian dan empati akan membantu proses terapeutik. Proses konseling dilakukan dalam tiga tahap dan fokus pada penanganan masalah trauma pada korban pelecehan seksual agar bisa teratasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Andargini & Rivai, M. (2007). Bullying: Efek Traumatis dan Cara Menghindarinya. *Jurnal Psikologi*, 6(1), 1-10.
- Barbara, C. (2006). *Penindas, Tertindas, dan Penonton: Resep Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah hingga SMU*. Jakarta: Serambi Ilmu Pustaka.
- Chaplin, J.P. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Grafindo.

Implementasi Konseling Eksistensial dalam Mengatasi Trauma Pada Korban Pelecehan Seksual

Torly Amora Jofipasi, Yeni Karneli, Netrawati

- Coloroso, B. (2007). *Stop Bullying*. Jakarta: Serambi Ilmu Pustaka.
- Cooper, Dunne. (2011). The place of the literature review in grounded theory research. *International Journal of Social Research Methodology*, 14(2), 111–124.
- Corey, G. (2009). *Teori dan Praktek dari Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Eresco.
- Dirgayunita, A. (2016). Gangguan Stres Pasca Trauma Pada Korban Pelecehan Seksual dan Pemerkosaan. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 1(2), 185–201.
- Engel, J. D. (2018). *Konseling masalah masyarakat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Fairchild, K., & Rudman, L. A. (2008). Everyday Stranger Harassment And Women's Objectification. *Social Justice Research*, 21(3), 338-357.
- Golemen, D. (2001). *Emotional Intelegence: Kecerdasan Emosional, Mengapa EI Lebih penting dari pada IQ*. Jakarta: Gramedia.
- Hermawati, I., & Sofian, A. (2018). Kekerasan Seksual oleh Anak Terhadap Anak. *Jurnal Penelitian Kesejahteraan Sosial*, 17(1), 1-20.
- Jannah, P. M. (2021). Pelecehan Seksual, Seksisme dan Bystander. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(1), 61-70.
- Kartika, Y., & Najemi, A. (2020). Kebijakan hukum perbuatan pelecehan seksual (catcalling) dalam perspektif hukum pidana. *PAMPAS: Journal of Criminal Law*, 1(2), 1-21.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). (2016). *Tabulasi data kasus anak*. (online) KPAI.go.id. diakses pada tanggal 28 Oktober 2023.
- Olweus, D. (2006). *Bullying in Schools: Facts and Intervention*. Norwegia: Research Center for Health Promotion, University of Bergen.
- Paradias, R., & Soponyono, E. (2022). Perlindungan hukum terhadap korban pelecehan seksual. *Jurnal Pembangunan Hukum Indonesia*, 4(1), 61-72.
- Swearer, S.M., Espelage, D.L., Vaillancourt, T., & Hymel, S. (2010). What can be done about school bullying?: *linking research to educational practice*. *Educational Research*. 39(1), 38–47.
- Triwijati, N. E. (2007). Pelecehan seksual: Tinjauan psikologis. *Masyarakat, Kebudayaan Dan Politik*, 4, 303-306.