

Research Article

## Trauma Pada korban Kekerasan Seksual Dengan Pendekatan Person Centered

Anisa Afriani<sup>1</sup>, Yeni Karneli<sup>2</sup>, Netrawati<sup>3</sup>

1. Universitas Negeri Padang, [anisaafriani5@gmail.com](mailto:anisaafriani5@gmail.com)
2. Universitas Negeri Padang, [yenikarneli.unp@gmail.com](mailto:yenikarneli.unp@gmail.com)
3. Universitas Negeri Padang, [netrawati@fip.unp.ac.id](mailto:netrawati@fip.unp.ac.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 : June 30, 2024  
Accepted : August 10, 2024

Revised : July 27, 2024  
Available online : September 29, 2024

**How to Cite:** Anisa Afriani, Yeni Karneli, & Netrawati. (2024). Trauma Pada korban Kekerasan Seksual Dengan Pendekatan Person Centered. Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, 5(2), 382–392. <https://doi.org/10.31943/counselia.v5i2.168>

**Abstract.** Cases of sexual harassment are no longer seen as ordinary cases, which are not only widespread in urban areas but also in rural areas, and are one of the causes of a person being exposed to trauma which can disrupt a person's well-being. With this, group counseling is being held which can help victims resolve this trauma. Based on cases that occurred in Indonesia, sexual violence was found to occur in children in the community and in the school environment. Factors that influence the occurrence of sexual violence are the number of perpetrators around the victim, even people the victim knows, so sexual violence can occur anywhere. Furthermore, the factor that influences the occurrence of sexual violence is because children are considered sterile, so children are vulnerable to becoming victims of sexual violence because of this. This causes trauma to the victim because of the incident that happened to the victim. The implementation of counseling carried out on victims of sexual violence is firstly the counselor carries out group counseling using a Person Centered Therapy.

**Keywords:** Group Counseling, Person Centered Therapy, Sexual Violence.

**Abstrak.** Kasus pelecehan seksual sudah tidak biasa lagi dipandang sebagai kasus yang biasa saja, yang bukan hanya marak di perkotaan namun juga didaerah perbatasan, merupakan salah satu penyebab seseorang terkena trauma yang dapat mengganggu kesejahteraan hidup seseorang. Dengan ini diadakan nyalah sebuah konseling kelompok yang dimana dapat membantu korban dalam menyelesaikan trauma tersebut. Berdasarkan kasus yang terjadi di indonesia bahwa ditemukannya kekerasan seksual yang terjadi pada anak-anak yang berada pada lingkungan

## Trauma Pada korban Kekerasan Seksual Dengan Pendekatan Person Centered

Anisa Afriani, Yeni Karneli, Netrawati

masyarakat maupun di lingkungan sekolah. Faktor yang mempengaruhi terjadinya kekerasan seksual adalah banyaknya pelaku disekitar korban bahkan orang yang dikenal korban sehingga kekerasan seksual bisa terjadi dimana saja, selanjutnya juga faktor yang mempengaruhi timbulnya kekerasan seksual adalah karena anak-anak dianggap steril sehingga anak-anak rentan menjadi korban kekerasan seksual karna hal tersebut timbullah trauma pada diri korban karena kejadian yang menimpa korban. Pelaksanann konseling yang dilakukan terhadap korban kekerasan seksual adalah pertama konselor melakukan konseling kelompok dengan pendekatan Person Centred.

**Kata Kunci:** Konseling Kelompok, Person Centered Therapy, Kekerasan Seksual.

### PENDAHULUAN

Menurut United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) (2012) mengungkapkan bahwa sekitar 120 juta anak di seluruh dunia atau lebih dari 100 anak telah menjadi korban pelecehan seksual di bawah usia 20 tahun. Di Indonesia sendiri menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), pada tahun 2010 angka kekerasan pada anak semakin meningkat. Menurut KPAI dari 1717 kasus pengaduan yang masuk, terjadi 1164 kasus terkait dengan kasus kekerasan pada anak, dan dari semua kasus kekerasan yang paling banyak terjadi adalah kasus kekerasan seksual pada anak sebanyak 553 kasus. Pada tahun 2011 terjadi 2.275 kasus kekerasan pada anak, sebanyak 887 diantaranya adalah kekerasan seksual pada anak. Pada tahun 2012 kekerasan pada anak terjadi 3.871, sebanyak 1.028 diantaranya adalah kekerasan seksual pada anak. Tahun 2013 terjadi 2.673 kekerasan yang terjadi pada anak, sebanyak 1.266 diantaranya adalah kekerasan seksual pada anak (Ligina dkk., 2018). Hal ini sesuai dengan data dari Kementerian Sosial di tahun 2020 kasus kekerasan serta pelecehan seksual pada anak meningkat disaat pandemi Juni-Agustus 2020 total tercatat sebanyak 8.259 kasus menjadi 11.797 kasus pada Juli dan Agustus menjadi 12.855 kasus (Amrullah, 2020).

Justicia (2017), menjelaskan faktor yang menyebabkan terjadinya kekerasan seksual pada anak karena posisi anak yang dipandang sebagai pihak yang lemah dan tidak berdaya, moralitas masyarakat khususnya pelaku kekerasan seksual yang rendah, kontrol dan kesadaran orang tua serta peran dalam mengantisipasi tindak kejahatan pada anak. Faktor lain yang berkontribusi yaitu kurangnya pendidikan agama yang kuat pada anak, kurangnya pendidikan seksual pada anak sesuai usia, kemiskinan serta pengangguran, dan globalisasi informasi. Fauzi'ah (2016), juga menambahkan penyebab terjadinya pelecehan seksual pada anak karena adanya orientasi ketertarikan seksual terhadap anak-anak (pedofilia), pengaruh dari pornomedia massa, dan ketidak pahaman anak akan persoalan seksualitas.

Maraknya kasus kekerasan seksual terhadap Anak dapat dilihat dari dua sisi, pertama kesadaran masyarakat untuk melaporkan kasus-kasus kekerasan seksual terhadap anak dan perempuan. Masyarakat mulai sadar dan menganggap kekerasan seksual adalah kejahatan kemanusiaan dan kejahatan terhadap anak maupun pada perempuan, sehingga tidak perlu ditutupi dan bukan aib lagi. Kedua memang terjadi peningkatan secara ril karena pihak-pihak yang terlibat dalam kejahatan ini beralih kepada anak. Pelecehan seksual merupakan tindakan yang dominan dilaukan oleh laki-laki (Sibarani, 2019), yang berupa perbuatan penyerangan dari segi fisik maupun verbal atau visual. Seperti tindakan pemaksaan

keinginan birahinya dengan biasanya diiringi ancaman yang mencekam (Salamor et al., 2020). Pelecehan seksual yang dilakukan pada fisik dapat berdampak pada emosi, mental, dan rasa trauma yang mengganggu kesejahteraan hidup seseorang. Dimana perlakuan pelecehan seksual adalah perbuatan yang tidak menyenangkan dan berdampak pada kehidupan keseharian korban. Trauma merupakan rangkaian peristiwa yang tidak menyenangkan dan berbahaya terhadap fisik maupun psikis seseorang, dimana dapat menyebabkan seseorang merasa dirinya tidak aman, tidak nyaman dan menjadikan dirinya tidak berdaya (Sumera, 2013). Anak perlu untuk dibekali berbagai pengalaman sosial yang membantu anak mengembangkan kemampuan sosial, memperkuat mental dan ketahanan anak ketika menghadapi suatu masalah. Dalam rangka mempersiapkan anak menghadapi tantangan sosial, maka orang dewasa (orang tua, pendidik, pengasuh dan pihak lain yang terkait) perlu membekali anak dengan keterampilan sosial agar anak mampu menyikapi permasalahan sosialnya (Muthmainnah, 2014).

Berdasarkan penggolongannya bentuk kekerasan terbagi lagi kedalam tiga golongan yaitu kekerasan fisik, psikis, dan kekerasan seksual. Kekerasan fisik merupakan bentuk yang paling mudah dikenali, kategori kekerasan jenis ini adalah melempar, menendang, mendorong, memukul menampar, mencekik, mendorong, menggigit, membenturkan, mengancam dengan benda tajam dan sebagainya. Kekerasan psikis merupakan kekerasan yang tidak mudah dikenali, akibatnya yang dirasakan korban tidak memberikan bekas yang nampak jelas oleh orang lain. Dampak kekerasan ini akan berpengaruh pada situasi perasaan yang tidak aman dan nyaman menurunnya harga diri serta martabat korban wujud kekerasan jenis ini adalah penggunaan kata-kata yang kasar, penyalahgunaan kepercayaan memperlakukan orang lain baik didepan orang lain maupun didepan umum, melontarkan ancaman dengan kata-kata dan sebagainya. Akibatnya adanya perilaku tersebut membuat korban akan merasa rendah diri, minder, merasa tidak dihargai dan lemah dalam membuat keputusan (Jimmy, 2009).

Namun, kekerasan seksual sering tidak terungkap karna adanya penyangkalan terhadap peristiwa kekerasan seksual yang terjadi. Lebih sulit lagi adalah jika kekerasan seksual ini terjadi pada anak-anak, karena anak-anak korban kekerasan seksual tidak mengerti bahwa dirinya menjadi korban kekerasan seksual. Sehingga korban sulit mengerti bahwa dirinya menjadi korban kekerasan seksual. Akhirnya korban sulit mempercayai orang lain dan merahasiakan peristiwa kekerasan seksual yang terjadi padanya. Selain itu, anak cenderung takut melaporkan karena merasa terancam dan mengalami konsekuensi yang lebih buruk bila melapor, anak merasa malu untuk menceritakan peristiwa kekerasan seksual tersebut, anak merasa bahwa peristiwa kekerasan seksual itu terjadi karena kesalahan dirinya sendiri dan peristiwa kekerasan membuat anak merasa bahwa dirinya memperlakukan nama keluarga. Menurut Ricard J. Gelles, kekerasan terhadap anak merupakan perbuatan disengaja yang menimbulkan kerugian atau bahaya terhadap anak-anak baik secara fisik maupun emosional sehingga dampak yang dimunculkan dari kekerasan seksual kemungkinan adalah depresi, fobia dan mimpi buruk curiga terhadap orang lain dalam waktu yang cukup lama. Ada pula yang merasa dibatasi didalam hubungan dengan orang lain, hubungan seksual dan disertai dengan ketakutan akan munculnya kehamilan akibat pemerkosaan. Bagi

korban pemerkosaan yang mengalami trauma psikologis yang sangat hebat, ada kemungkinan akan merasakan dorongan yang kuat untuk bunuh diri (Humairah, 2012). Melalui pendekatan-pendekatan konseling yang ada di ilmu konseling dalam konseling individu tentunya memiliki pelayanan yang khusus untuk menangani kasus kejiwaan banyaknya pendekatan dan teknik yang dimiliki dalam ilmu konseling memudahkan konselor dalam memilih pendekatan atau teknik konseling yang dirasa cocok untuk korban sesuai usia dan kemampuan korban.

Menurut Soyan S Willis pengertian konseling individu mempunyai makna spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan klien secara individu dimana terjadinya hubungan konseling yang bernuansa rapport dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan diri klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya (Soryan, 2013). Dengan konseling kelompok tentunya memiliki layanan yang khusus untuk menangani kasus kejiwaan karena hal tersebut harus membutuhkan penanganan yang intensif sesuai usia dan kemampuan yang dimiliki klien penempatan teknik dan pendekatan yang ada di ilmu konseling tentunya tidak semua bisa dipakai untuk klien semuanya disesuaikan untuk membantu klien dalam menghadapi masalah yang dihadapi klien. dalam hal ini peneliti melakai pendekatan Person Centered Therapy. Tujuan pemberian layanan konseling kelompok adalah untuk memberikan setiap anggota kelompok memiliki pengalaman baru, mendapat wawasan dalam bekerja sama antar individu disertai adanya toleransi, saling peduli, saling mendukung, dan melatih kemampuan menjadi pendengar yang baik (Gibson & Mitchell, 2011).

Dalam pendekatan konseling menggunakan pendekatan Person Centered Therapy tentunya terdapat teknik-teknik yang sesuai untuk memberi bantuan kepada klien teknik-teknik tersebut akan dilakukan kepada klien sesuai kebutuhan yang diperlukan dalam proses konseling nantinya jika konselor hanya memberikan bimbingan sesuai pengalaman dikawatirkan tidak sesuai untuk kondisi dan kebutuhan klien karena klien nantinya akan melanjutkan hidupnya. Dalam pemakaian teknik konseling dari pemahaman tentang sikap konselor karena dalam melakukan konseling seperti pertanyaan, dorongan sugesti dipakai dalam frekuensi yang rendah atau dasar-dasar konselingnya saja.

Dari penjelasan di atas membuktikan masih maraknya kekerasan seksual yang terjadi di Indonesia ini yang membuktikan bahwa kekerasan seksual yang terjadi masih mendominasi oleh perempuan dan anak-anak, pentingnya konseling bagi penderita korban kekerasan seksual harus selalu diperhatikan proses pendampingan korban juga harus ditingkatkan, untuk itu diperlukannya pendampingan baik secara fisik maupun mental korban agar kembali stabil dan dapat melanjutkan kehidupannya sebagaimana mestinya dalam masyarakat dan lingkungan sekitar korban. "Pendekatan konseling kelompok dalam membantu mengatasi trauma pada korban kekerasan seksual dengan pendekatan person centered therapy".

### METODE PENELITIAN

Metode ini digunakan penulis dalam penyusunan menggunakan metode literature review. Menurut Creswell (dalam Sugiyono, 2020) menyatakan "A

literature review is written summary of journal, articles, books and other documents that describe the past and current state of information on topic of your research study, it also organizes the literature into sub topics, and documents, the need for a proposed study". Study literature (studi kepustakaan) merupakan ringkasan tertulis dari jurnal, artikel, buku-buku dan dokumen lain yang berisi tentang uraian informasi masa lalu atau sekarang yang relevan dengan judul penelitian. Studi literature juga mengorganisasikan berbagai literature kedalam sub topic sesuai yang dibutuhkan dalam penelitian.

Menurut plinedia (2020) studi literature adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian hingga menjadi suatu karya ilmiah. Data yang dikumpulkan oleh penulis di dapatkan dari berbagai sumber nasional maupun internasional.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya (Natawijaya, 2009). Prayitno & Amti (2004) mendefinisikan layanan konseling kelompok sebagai layanan konseling peroranganyang dilaksanakan didalam suasana kelompok. Kelompok terdiri atas seorang konselor atau lebih dan konselisebagai anggota kelompok. Konseli setidaknya berjumlah dua orang. Proses konseling dilaksanakan dalam suasana hangat, terbuka, permisif dan penuh keakraban. Gazda (dalam Wibowo, 2005) menyatakan konseling kelompok sebagai sebuah proses antar pribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, pembukaan diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian, dan saling mendukung.

Konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Menurut Prayitno (dalam Rifda El Fiah, 2016) tujuan dalam konseling kelompok ini adalah mengembangkan kemampuan sosialisasi peserta didik atau klien, khususnya kemampuan berkomunikasinya, melalui layanan kelompok hal-hal yang dapat menghambat kemampuan sosialisasi dan komunikasi peserta didik atau klien dapat diungkap sehingga kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi peserta didik dapat berkembang secara optimal. Sedangkan menurut Corey (2004), tujuan dari konseling kelompok berpusat pada pribadi adalah menciptakan iklim yang kondusif dalam usaha membantu anggotakelompok untuk menjadi seorang pribadiyangberfungsi penuh, mandiri dan mempunyai kemampuan untuk memecahkan masalahnya sendiri sesuai dengan pilihan atas dasar tanggung jawab dan kemampuannya.

Berkaitan dengan pelayanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru BK atau konselor terutama dalam permasalahan pribadi peserta didik/klien

yaitu mengatasi trauma pada korban kekerasan seksual, maka perlu dikembangkan berbagai pendekatan, teknik atau metode yang dapat digunakan guru BK atau konselor. Banyak sekali teknik yang dapat digunakan dalam konseling kelompok. Salah satunya adalah dengan pendekatan person centered therapy, salah satu teknik ini dapat mengatasi trauma pada korban kekerasan seksual. Di dalam konseling kelompok terdapat dua aspek pokok yaitu aspek proses dan aspek pertemuan tatap muka. Aspek proses dalam konseling kelompok memiliki ciri khas karena proses itu dilalui oleh lebih dari dua orang, demikian pula aspek pertemuan tatap muka karena yang berhadapan muka adalah sejumlah orang. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada beberapa individu yang tergabung dalam suatu kelompok kecil dengan mempunyai permasalahan yang sama (disebut klien) dan membutuhkan bantuan yang bermuara pada terselesaikannya masalah yang sedang dihadapi oleh segenap anggota kelompok yang tergabung dalam kelompok, yang saling memberikan bantuan psikologis.

### Kekerasan Seksual

Menurut Ricard J. Gelles (Hurairah, 2012), kekerasan terhadap anak merupakan perbuatan disengaja yang menimbulkan kerugian atau bahaya terhadap anak-anak (baik secara fisik maupun emosional). Bentuk kekerasan terhadap anak dapat diklasifikasikan menjadi kekerasan secara fisik, kekerasan secara psikologi, kekerasan secara seksual dan kekerasan secara sosial. Kekerasan seksual terhadap anak menurut End Child Prostitution in Asia Tourism (ECPAT) Internasional merupakan hubungan atau interaksi antara seorang anak dengan seorang yang lebih tua atau orang dewasa seperti orang asing, saudara sekandung atau orang tua dimana anak dipergunakan sebagai objek pemuas kebutuhan seksual pelaku. Perbuatan ini dilakukan dengan menggunakan paksaan, ancaman, suap, tipuan bahkan tekanan. Kegiatan-kegiatan kekerasan seksual terhadap anak tersebut tidak harus melibatkan kontak badan antara pelaku dengan anak sebagai korban. Bentuk-bentuk kekerasan seksual itu sendiri bisa dalam tindakan perkosaan ataupun pencabulan (Sari, 2009).

Menurut Lyness (Maslihah, 2006) kekerasan seksual terhadap anak meliputi tindakan menyentuh atau mencium organ seksual anak, tindakan seksual atau pemerkosaan terhadap anak, memperlihatkan media/benda porno, menunjukkan alat kelamin pada anak dan sebagainya. Perilaku kekerasan seksual dapat ditinjau dari beberapa sudut pandang meliputi, Faktor internal berkaitan dengan meningkatnya dorongan dan minat seksual pelaku yang berada pada tahap perkembangan anak. Adapun faktor eksternalnya meliputi pengaruh lingkungan (paparan materi pornografi, pengaruh teman), kurangnya pengawasan orang tua dan tidak adanya pengetahuan/ pendidikan seks dari orang tua.

Berdasarkan penelitian M. Anwar Fuadi menjelaskan faktor kekerasan seksual seksual adalah:

- a. Faktor kelalaian orang tua. Kelalaian orang tua yang tidak memperhatikan tumbuh kembang dan pergaulan anak yang membuat subyek menjadi korban kekerasan seksual.

- b. Faktor rendahnya moralitas dan mentalitas pelaku. Moralitas dan mentalitas yang tidak dapat bertumbuh dengan baik, membuat pelaku tidak dapat mengontrol nafsu atau perilakunya.
- c. Faktor ekomoni. Faktor ekonomi membuat pelaku dengan mudah memuluskan rencananya dengan memberikan imingiming kepada korban yang menjadi target dari pelaku.

### Dampak Kekerasan Seksual pada Korban

Muncul gangguan-gangguan psikologis seperti pasca-trauma stress disorder, kecemasan, penyakit jiwa lain termasuk gangguan kepribadian dan gangguan identitas disosiatif, kecenderungan untuk reviktimisasi di masa dewasa, bulimia nervosa, bahkan adanya cedera fisik kepada anak (Levitan et al, 2003; Messman-Moore, Terri Patricia, 2000; Dinwiddie et al, 2000). Sementara itu, Weber dan Smith (2010) mengungkapkan dampak jangka panjang kekerasan seksual terhadap anak yaitu anak yang menjadi korban kekerasan seksual pada masa kanak-kanak memiliki potensi untuk menjadi pelaku kekerasan seksual di kemudian hari. Ketidakberdayaan korban saat menghadapi tindakan kekerasan seksual di masa kanak-kanak, tanpa disadari digeneralisasi dalam persepsi mereka bahwa tindakan atau perilaku seksual bisa dilakukan kepada figur yang lemah atau tidak berdaya. Menurut Beitch-man et.al (Tower, 2002) anak yang mengalami kekerasan seksual membutuhkan waktu satu hingga tiga tahun untuk terbuka pada orang lain.

### Upaya Mengatasi Trauma pada Korban

Berikut merupakan beberapa cara menangani trauma akibat pelecehan seksual yang diambil dari sumber American Psychological Association (APA) (2022):

- a. Melakukan Terapi dengan Profesional  
Perasaan cemas, bingung, merasa bersalah, dan putus asa setelah terjadinya kejadian traumatis biasanya akan mulai perlahan memudar dalam jangka waktu yang relatif cepat. Namun, jika reaksi stres traumatis timbul kembali dengan begitu kuat dan terus-menerus sehingga menghalangi aktivitas dapat meminta bantuan dari profesional kesehatan mental. Terdapat beberapa tanda dari stres traumatis seperti kondisi tidak kunjung baik setelah enam minggu kejadian, mengalami kesulitan untuk beraktivitas seperti biasanya, mengalami kenangan menakutkan, mimpi buruk, atau kilas balik, dan mengalami pikiran atau perasaan untuk bunuh diri.
- b. Terbuka dengan Orang Terdekat  
Mulai melakukan identifikasi teman atau anggota keluarga untuk mendapatkan dukungan. Jika merasa sudah siap untuk mendiskusikan peristiwa traumatis, bisa langsung berbicara dengan mereka tentang pengalaman dan perasaan yang dirasakan. Hal ini juga bisa dilakukan dengan meminta orang terdekat yang dipercaya untuk membantu tugas-tugas rumah tangga atau kewajiban lain untuk menghilangkan beberapa stres harian.
- c. Mulai Menerima Keadaan  
Menerima keadaan yang terjadi dimasa lampau merupakan sikap yang bijak.

Mungkin terbilang sulit, tetapi hal ini dapat dilakukan secara perlahan. Secara bertahap, cobalah untuk kembali ke rutinitas normal. Dukungan dari orang-orang terkasih atau profesional kesehatan mental dapat banyak membantu untuk menerima keadaan yang sudah terjadi. Hal ini tentu saja diperlukan kesabaran yang ekstra.

d. Mencintai Diri Sendiri

Hal ini dapat mulai dilakukan dengan perawatan diri yaitu makan makanan yang bergizi, melakukan aktivitas fisik secara teratur, dan tidur malam yang nyenyak. Sebisa mungkin carilah strategi koping sehat lainnya seperti seni, musik, meditasi, relaksasi, dan menghabiskan waktu di alam. Dengan mencintai diri sendiri, secara perlahan trauma akan dapat dikendalikan. Oleh karenanya, sampai di tahap ini korban kekerasan seksual dapat memulai hidup baru dengan hal-hal yang disukai.

e. Selalu Berpikir Positif

Berpikir positif merupakan suatu keharusan yang dilakukan oleh semua orang, terutama korban kekerasan seksual. Hal ini dapat dilakukan dengan mulai ikut kegiatan sosial, rutin afirmasi diri sendiri, dan aktivitas positif lainnya. Selain bisa mencegah stres dan mengurangi depresi, berpikir positif juga dapat mengendalikan trauma. Dengan begitu, korban kekerasan seksual dapat membuat perubahan

### **Pelaksanaan Konseling dengan Pendekatan Person Centered Therapy Korban**

Konselor perlu menerapkan tiga sikap utama yaitu keaslian atau selaras (tidak bias dalam bertindak), penghargaan positif tanpa syarat atau penerimaan non posesif, dan empati. Hal ini ditujukan agar dapat memunculkan suasana penerimaan dan kepedulian sehingga anggota kelompok dapat dipercaya (Corey, 2014).

Adapun beberapa kekuatan dalam penerapan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan person centered therapy sehingga dapat mengurangi perilaku overthinking (Corey, 2014), antara lain : (1) Dukungan sosial, konseling kelompok dengan

pendekatan person centered therapy menyediakan lingkungan yang mendukung kondusif akan tercapainya masalah yang sedang dihadapi. Dukungan sosial tersebut sangatlah membantu dalam mereduksi masalah disertai sangat amat mendukung trauma yang dialami oleh korban.. (2) Refleksi dan pemahaman diri, pendekatan ini sangatlah mendukung agar dapat mencurahkan keresahan yang dialami dan dirasakan. Melalui proses refleksi yang terstruktur dan mendalam, korban mendapatkan pemahaman yang lebih baik, bermakna, efektif dan lebih mendalam hingga mencapai akar permasalahan. (3) Penerimaan diri, person centered therapy mengutamakan aktualisasi diri secara sepenuhnya. Fasilitator atau guru BK/Konselor sangat menghargai keunikan setiap individu dan mendukung individu agar dapat menerima diri sendiri.

Dengan pendekatan Person Centered Therapy atau pendekatan terfokus pada klien konselor memfokuskan diri kepada permasalahan yang dihadapi klien seperti apa yang dialami klien, karna Person Centered Therapy merupakan

pendekatan yang bertujuan untuk menciptakan suasana konseling yang kondusif untuk membantu klien menjadi pribadi yang dapat berfungsi secara utuh dan positif titik berat dari tujuan pendekatan Person Centered Therapy menjadikan tingkah laku klien tidak lagi berpura-pura dalam kehidupannya karena klien yang bermasalah cenderung mengembangkan kepura-puraan yang digunakan sebagai pertahanan terhadap hal-hal yang dirasakannya mengancam sehingga kepura-puraan ini menghambatnya tampil secara utuh dihadapan orang lain sehingga ia asing terhadap diri sendiri, melalui terapi ini diharapkan klien dapat keterbukaan pada pengalaman, kepercayaan terhadap diri sendiri, menghilangkan sikap dan perilaku yang kaku serta bersikap lebih matang dan teraktualisasi.

### KESIMPULAN

Gambaran trauma yang dialami pada korban kekerasan seksual adalah kekerasan seksual yang biasa terjadi pada perempuan baik itu anak-anak maupun remaja dan dewasa, di lingkungan masyarakat maupun di lingkungan sekolah korban. Hal ini merupakan beberapa kasus yang dialami oleh perempuan dan anak-anak dianggap menjadi sasaran yang empuk bagi pelaku kekerasan seksual karena perempuan dan anak-anak dianggap tidak mempunyai kekuatan dan terlebih lagi anak-anak dianggap masih steril sehingga anak-anak kerap menjadi korban kekerasan seksual. Selanjutnya pelaku kekerasan seksual bisa terjadi dilingkungan korban, karena pelaku kekerasan seksual selalu orang terdekat korban seperti anggota keluarga, tetangga disekitar tempat tinggal korban, lingkungan sekitar sekolah dll.

Ketika kekerasan seksual terjadi disekitar korban hal tersebut pasti akan disembunyikan oleh korban lantaran korban diancam oleh pelaku sehingga korban menjadi takut. Selanjutnya kekerasan seksual juga bisa terjadi dengan modus-modus tertentu sehingga korban akhirnya menjadi korban kekerasan seksual. Pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan Person Centred yang dilakukan ini sangat berperan penting dalam perkembangan kehidupan selanjutnya pada korban. Memberikan pendampingan kepada korban kekerasan seksual terutama anak-anak, dapat mengerti bahwa mereka harus bisa menjaga diri, gar setelah dilakukan nya pendampingan anak-anak terutama yang menjadi korban kekerasan seksual dapat melanjutkan hidupnya dan dapat bersosialisasi dengan baik dan bisa melanjutkan kehidupan normalnya kembali.

### DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2022). How to Cope with Traumatic Stress.
- Amrullah, A. (2020, October wednesday, 14). Republika. Retrieved March sunday,14, 2021, from <https://republika.co.id/berita/qi6npr330/kemensos-kasus-kekerasan-anak-melonjak-saatpandemi>
- Corey, G. (2004). Theory & practice of group counseling. Brooks/Cole-Thomson Learning.
- Corey, Gerald. (2014). Theory and practice of group counseling: Ninth edition. Cengage Learning.
- Dinwiddie S, Heath AC, Dunne MP, Bucholz KK, Madden PA, Slutske WS, Bierut LJ, Statham DB et al. (2000). "Early Sexual Abuse and Lifetime

- Psychopathology: a Co-Twin-Control Study". *Psychological Medicine* (online). 30 (1): 41-52.
- Fauzi'ah, S. (2016). Faktor penyebab pelecehan seksual terhadap anak. UIN Alaudin Makasar.
- Gibson, R L & Mitchell, Marianne H. (2011). *Bimbingan dan Konseling* (Edisi Indonesia-Edisi ke Tujuh). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Humairah, Abu. (2012). *Kekerasan Terhadap Anak*. Bandung: Nuansa Press.
- Hurairah, Abu. (2012). *Kekerasan Terhadap Anak*. Bandung: Nuasa Press.
- Justicia, R. (2017). Pandangan orang tua terkait pendidikan seks untuk anak usia dini. *Early Childhood: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 28-37. <https://doi.org/10.35568/earlychildhood.v1i2.121>
- KPAI. (2017). [kpai.go.id](http://kpai.go.id)----- Retrieved from <https://www.kpai.go.id/>
- Levitan, R. D., N. A. Rector, Sheldon, T., & Goering, P. (2003). Childhood Adversities Associated with Major Depression and/or Anxiety Disorders Incommunity Sample of Ontario Issues of Co-Morbidity and Specificity. *Depression & Anxiety* (online); 17, 34-42.
- Ligina, N. L., Mardhiyah, A., & Nurhidayah, I. (2018). Peran orang tua dalam pencegahan kekerasan
- M. Anwar Fuandi. *Jurnal Psikologi umum Dinamika Psikologis Kekerasan Seksual Dosen*.
- M. Marwan dan Jimmy. (2009). *Kamus Hukum*, Surabaya: Reality Publisher, Surabaya, hlm 343.
- Maslihah, Sri. (2006). "Kekerasan Terhadap Anak: Model Transisional dan Dampak Jangka Panjang". *Edukid: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.I (1).25-33
- Muthmainnah. (2014). Membekali anak dengan keterampilan melindungi diri. *Jurnal Pendidikan Anak*, Volume III, Edisi 1, Juni 2014. <https://doi.org/10.21831/jpa.v3i1.3053>.
- Natawidjaja, R. (2009). *Konseling kelompok, konsep dasar, dan pendekatan*. Bandung :Rizqi Press. Pelaku dengan Korban. Diunduh dari <http://kompas.com/index.php/read/xml/2009/01/28/>
- PILENDIA, D. (2020). *Pemanfaatan Adobe Flash Sebagai Dasar Pengembangan Bahan Ajar Fisika : Studi Literatur*. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 2(2), 1-10. <https://doi.org/10.52060/pgsd.v2i2.255>
- Prayitno, H., & Amti, E. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta :Rineka Cipta.
- Rifda El Fiah, I. A. (2016). *Efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal peserta didik kelas x man krui lampung barat t.p 2015/2016*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 47-62.
- Salamor, A. M. et al. (2020), *Child Grooming Sebagai Bentuk Pelecehan Seksual Anak Melalui Aplikasi Permainan Daring*, *Sasi*, 26(4), 490-499.
- Sari, A. P. (2009). Penyebab Kekerasan Seksual terhadap Anak dan Hubungan seksual pada anak sekolah dasar di Kota Bandung. *Ejournal UMM*, 9(2), 109-118. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/5454%0A>

## Trauma Pada korban Kekerasan Seksual Dengan Pendekatan Person Centered

Anisa Afriani, Yeni Karneli, Netrawati

- Sibarani, S. (2019). *Pelecehan Seksual Dalam Sudut Pandang Undang-undang Nomor 39 Tahun 1999 Tentang Hak Asasi Manusia*, *Jurnal Penelitian Hukum*, 1(1), 98–108.
- Sugiyono (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sumera, M. (2013), *Perbuatan Kekerasan/Pelecehan Seksual Terhadap Perempuan*, *Jurnal Lex et Societatis*, 1(2), 39–49.
- Tower, Cynthia Crosson. (2002). *Understanding Child Abuse and Neglect*. Boston: Allyn & Bacon.
- UNICEF. (2012). *Perlindungan Anak. Ringkasan Kajian – UNICEF*, Oktober 2012.
- Weber, Mark Reese., Smith, Dana M.(2010). *Outcomes of Child Sexual Abuse as Predictors of later Sexual Victimization*. Dalam *Journal of International Violence*. (Online). 26 (9): 1899-1905.
- Wibowo, M.E. (2005). *Konseling kelompok perkembangan*. Semarang : UPT UNNES Press.
- Wills S. Soryan. (2013). *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta. hlm 159.