

KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *ROLEPLAY* UNTUK MENGATASI STRES PASCA TRAUMA PADA ANAK KORBAN KEKERASAN SEKSUAL

Lena Marianti, Eni Murdiati, Lusi Sesriani
Uin Raden Fatah Palembang
lenamariani_uin@radenfatah.ac.id
enimurdiati_uin@radenfatah.ac.id
Lusisesriani0315@gmail.com

ABSTRAK

Klien “R” merupakan seorang anak korban kekerasan seksual yang dilakukan oleh ayah tirinya sendiri pada Rabu, 21 Agustus 2019 sekitar pukul 06.20 WIB, di rumah korban sendiri. Rumusan masalah penelitian ini yaitu bagaimana gejala stres pasca trauma pada klien “R” dan bagaimana penerapan konseling individu dengan teknik *roleplay* untuk mengatasi stres pasca trauma pada klien “R”. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui gejala dan penerapan konseling individu dengan teknik *role play* untuk mengatasi stres pasca trauma pada klien “R”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus yaitu penelitian yang dilakukan secara mendalam pada subyek. Pengambilan data dilakukan dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subyek dalam penelitian ini adalah klien “R” yang merupakan seorang anak korban kekerasan seksual. Teknik analisis data yaitu dengan menggunakan perbandingan pola, ekplanasi, dan analisis deret waktu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) gejala stres pasca trauma yang ditimbulkan pada klien “R” yaitu mengalami kembali peristiwa traumatik, upaya menghindar yang menetap terhadap hal-hal yang mengingatkan pada peristiwa traumatik, dan adanya perubahan pada perilaku. (2) penerapan konseling individu dengan teknik *roleplay* dilakukan dengan tiga tahapan yaitu tahap awal, tahap tengah dan tahap akhir. Konseling individu dengan teknik *roleplay* ini menggunakan kartu bergambar sebagai media bermain peran yang sangat berperan penting dalam mengatasi stres pasca trauma pada klien “R” korban kekerasan seksual yang ditandai dengan sering teringat pada kejadian, mengalami gangguan tidur, mimpi buruk, menghindari untuk berfikir tentang trauma/ menghadapi stimuli yang akan mengingatkan pada kejadian, ketidakmampuan untuk merasakan berbagai emosi positif, menurunnya ketertarikan pada orang lain, menjauhkan diri pada lingkungan, mudah tersinggung, emosi yang meledak-ledak, sulit berkonsentrasi, perasaan was-was dan respon terkejut yang berlebihan. Konseling yang dilakukan berdampak baik terhadap klien “R” sehingga klien “R” mampu mampu menjalani hidup dengan lebih baik lagi.

Katakunci : stres pasca trauma, kekerasan seksual, teknik *role play*.

PENDAHULUAN

Anak merupakan anugerah sekaligus perhiasan terbaik dari sang pencipta. Anak salah satu harta yang paling berharga dan merupakan asset terbaik didunia maupun akhirat. Kehadiran anak sangat dinanti-nantikan sebagai penyempurna kebahagiaan dalam keluarga,

dalam pandangan islam anak berpotensi menyandang status yang berlawanan membahagiakan dan mencelakakan, tergantung pada penerima anugerah tersebut dapat menghantarkan kepada kebahagiaan dan keselamatan dunia akhirat, juga sebaliknya dapat menjerumuskannya dan membuat sengsara di dunia maupun di akhirat. Perlakuan yang baik akan bertimbal baik juga kepada seorang anak yang di didik tersebut untuk masa sekarang dan masa depan, anak sebuah penenang dan penyejuk hati untuk kedua orangtuanya, anak juga berhak mendapatkan kasih sayang, cinta dan hak dari ayah dan ibunya. Anak merupakan harapan sebuah bangsa penerus cita-cita orangtua.

Pembahasan di atas dikuatkan didalam Al-Qur'an surah Al-Kahfi ayat 46 yang artinyasebagai berikut :

“Harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia tetapi amalan- amalan yang kekal lagi saleh adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan. (Q.S AL-KAHFI:46))¹”

Sebagaimana dijelaskan pada surah diatas bahwa kecuali dilihat oleh orangtuanya sebagai penerus generasi juga anak itu dipandang juga sebagai wadah dimana semua harapan orangtuanya kelak kemudian hari wajib ditumpahkan, pula dipandang sebagai pelindung orangtuanya kelak bila orangtua itu tidak mampu lagi secara fisik untuk mencari nafkah, artinya bahwa wajib bagi orangtua untuk mendidik membesarkan dan memberikan hak yang terbaik untuk seorang anak.

¹ Departemen agama RI, *Al-Qur'an dan terjemahannya Ar-Rahman*, (Bekasi: CV Pustaka Jaya Ilmu, 2014), hlm.299

Seperti yang dijelaskan dalam HR. Abu Daud dibawah ini bahwa yang artinya:

“Rasulullah saw. bersabda, “Perintahkanlah anak-anak kalian untuk salat ketika mereka umur tujuh tahun dan pukullah jika mereka telah berumur sepuluh tahun, dan pisahkan tempat tidur mereka. (HR. Abu Daud)²”

Hadist di atas sejalan dengan penjelasan Abdullah Al-kharasi mengatakan bahwa hukum memisahkan tidur anak-anak adalah sunah. Jika tidak dipisah dan aurat mereka bersentuhan tanpa ada penghalang di antara mereka maka hukumnya makruh dan adapun bersentuhannya aurat di antara anak balig maka hukumnya haram.³ Artinya telah dijelaskan bahwa di perintahkan bagi orang tua, sangat penting dalam mendidik dan mengurus anak. Mengajarkan tentang agama dan mengajarkan kemandirian untuk membentengi sang anak dalam menjaga diri dengan baik seperti mengajarkan tentang keimanan dan batasan-batasan aurat. Namun pada kenyataannya di kehidupan masa sekarang masih banyak anak yang kurang perhatian, kasih sayang, pendidikan, bahkan pengawasan dari orangtua. Hal ini disebabkan oleh kesibukan orang tuanya sendiri. Sehingga, banyak aktifitas anak didalam maupun diluar rumah kurang diketahui dan terpantau. Di Indonesia banyak terjadi kasus seperti penelantaran anak, pembunuhan, pengguran janin, bahkan kasus yang sering terjadi belakangan ini adalah kasus kekerasan seksual yang dilakukan oleh orang terdekat termasuk orang tuanya sendiri.

² Muhammad Nassarudin Al-albani, *Silsilah Hadist Dha'if dan Maudhu' Jilid 1*, (Jakarta: Gema Insani), hlm.

³Neneng Maghfiro, *hukum memisahkan tempat tidur anak*, <https://bincangsyariah.com/khazanah/hukum-memisahkan-tempat-tidur-anak/>, (diakses pada 27 oktober, pukul 19.00 WIB)

Kasus kekerasan seksual di Indonesia sering terjadi pada empat tahun terakhir dan sepertinya kasus ini sangat menjadi tahun yang memperihatinkan bagi dunia anak Indonesia pasalnya Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat ratusan kasus kekerasan seksual terhadap anak yang di duga di lakukan oleh orang terdekat sebagai pelaku. Komisioner KPAI Jasra Putra mengungkapkan, data menunjukkan bahwa pihaknya menemukan 120 kasus kekerasan seksual anak pada tahun 2016, 116 kasus kekerasan seksual pada anak ditahun 2017, ⁴ Pada tahun 2018 tercatat mencapai 117 anak kasus kekerasan seksual dan 78 kasus kekerasan seksual yang tercatat dari januari hingga agustus 2019.⁵ Sedangkan data dari Provinsi Sumatera Selatan tercatat 69 kasus kekerasan seksual pada anak di tahun 2018, 24 kasus kekerasan seksual dari Januari-Agustus 2019 di 17 kabupaten dan kota dalam wilayah Sumatera Selatan. Sedangkan dikota Palembang tercatat 14 kasus kekerasan seksual pada anak ditahun 2017, Pada tahun 2018 tercatat mencapai 14 anak kasus kekerasan seksual dan 12 kasus kekerasan seksual yang tercatat tahun 2019. ⁶

Kasus kekerasan seksual yang melanda belakangan ini bukan hanya dari kalangan luar, teman ataupun orang bejat yang tidak bertanggung jawab. Ada beberapa kasus yang ditemukan bahwa kekerasan seksual terjadi pada seorang anak yang disetubuhi oleh ayahnya sendiri. Anak yang seharusnya dilindungi dan dijaga kehormatannya ternyata bisa menjadi sasaran orang terdekatnya. Kasus kekerasan seksual yang terjadi pada anak memiliki dampak psikologis yang tidak sederhana. Anak akan diliputi perasaan dendam, marah, penuh kebencian yang ditunjukkan kepada orang yang melecehkannya dan kemudian menyebar kepada objek-objek

⁴ <https://www.kpai.go.id>, diakses pada tanggal 09 Oktober 2019 pukul 10.30 WIB

⁵ Tribunjakarta.Com.Diakses Pada 09 Oktober 2019 Pukul 11.00 WIB

⁶ Romi Apriansyah, *Komisi Perlindungan Anak Daerah Palembang*, (Palembang: 2019)

atau orang-orang lain. Dan tidak menutup kemungkinan anak yang mengalami kekerasan seksual akan menjadi stres pasca trauma.

Stres Pasca Trauma (PTSD) merupakan sindrom kecemasan, labilitas autonomi, ketidakrentanan emosional, dan kilas balik dari pengalaman yang amat pedih. PTSD sangat penting untuk diketahui, selain karena banyaknya kejadian yang telah menimpa orang-orang di sekitar kita, PTSD juga dapat menyerang siapapun yang telah mengalami kejadian traumatik dengan tidak memandang usia dan jenis kelamin.⁷

Orang yang sedang menderita trauma merupakan orang yang sedang dalam posisi membutuhkan simpati dan kepedulian dari lingkungan, dengan kondisi tidak stabil menuntut penderita trauma untuk melibatkan orang lain dalam proses pemulihan psikologisnya, Korban kekerasan seksual mengalami ketegangan mental pada saat pasca kejadian tindakan kekerasan seksual yang sangat perlu untuk disembuhkan.

Berdasarkan studi pendahuluan kejahatan yang telah dilakukan pada tanggal 10 september 2019 telah tercatat data kasus kekerasan seksual pada anak di kabupaten Empat Lawang sebanyak 36 kasus kekerasan seksual pada anak di tahun 2018 dan 18 kasus kekerasan seksual pada anak di bulan Januari hingga Agustus di tahun 2019.⁸ Salah satunya terjadi di desa Manggilan Kecamatan Pendopo Kabupaten Empat Lawang Provinsi Sumatera Selatan, Aksi bejat telah terjadi oleh “MS” (35 tahun) pelaku kekerasan seksual pada anak, pelaku tega menyetubuhi klien “R” (10 tahun) yang tak lain adalah anak tirinya sendiri.⁹ Peristiwa tersebut terjadi pada Rabu, 21 Agustus 2019 sekitar pukul 06.20 WIB, dirumah korban sendiri. Saat

⁷ *ibid*

⁸ Berita musi.co.id. yang diakses pada 26 oktober 2019. Pukul 11.34

⁹ M.kumparan.com. diakses pada 26 oktober 2019. Pukul 11.44

kejadian korban tengah mengganti pakaian untuk bersiap pergi ke sekolah, ibu korban sedang pergi ke sungai, adik korban telah terlebih dahulu berangkat ke sekolah. Karena suasana sepi dan sunyi pelaku langsung mendekap tubuh serta menutup mulut korban dan melancarkan aksinya dengan disertai ancaman-ancaman kepada korban. Usai melancarkan aksi bejatnya tersebut, kemudian pelaku mengancam korban agar tidak menceritakan kejadian tersebut kepada siapapun termasuk ibunya yang tak lain merupakan istri dari pelaku tersebut. Dan yang lebih parahnya lagi aksi bejat ini telah dilakukan selama 5 tahun. Keadaan ini menyebabkan korban merasa ketakutan, sering murung hingga menangis, menjauhkan diri dari lingkungan, hingga korban pindah sekolah. Kasus tersebut tentu berdampak negatif untuk perkembangan anak, korban mengalami stres akibat perlakuan tidak wajar dari orang terdekatnya sendiri, korban merasa malu, ketakutan, sering murung, putus asa, hingga menjauhkan diri dari lingkungan.¹⁰

Seperti yang dijelaskan oleh Rahma Sugihartati, penderitaan yang ditanggung korban kekerasan seksual bukan sekedar kesakitan secara fisik, tetapi campur-aduk antara perasaan terhina, ketakutan, dan siksaan batin yang tak berkesudahan, banyak kasus membuktikan bahwa korban pelecehan seksual dalam kehidupannya akan cenderung mengalami penderitaan “rangkap tiga”, yaitu pada saat kejadian, pada saat diperiksa penyidik, dan menjadi pemberitaan di media massa. Banyak korban kekerasan seksual, setelah kejadian akan menjadi mudah curiga, tidak mudah percaya kepada laki-laki, dan merasa

¹⁰ Armaiditanjung, *Free Sex No Nikah Yes*, (Jakarta: sinar grafika, 2007), hlm.5.

terdiskriminasi dari lingkungan sekitarnya atau mengalami apa yang disebut *rafe trauma syndrome*.¹¹

Dari kasus di atas peneliti berusaha membantu korban kekerasan seksual yang mengakibatkan menderita stres pasca trauma (PTSD) dengan konseling individu atau upaya membantu korban memahami diri sehubungan dengan masalah trauma yang dialaminya dan berusaha untuk mengatasinya sebaik mungkin, layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan pembimbing atau konselor dalam rangka pembahasan pengetasan masalah pribadi yang diderita oleh konseli.¹²

Layanan konseling individual dengan teknik *role play* (teknik bermain) cocok untuk membantu korban kekerasan seksual, karena *role play* merupakan sebuah teknik yang digunakan oleh konselor dari beragam orientasi teoritis untuk klien-klien yang perlu mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang melakukan perubahan dalam dirinya sendiri dengan memanfaatkan potensi kekuatan pada klien.¹³ Selain itu pula menurut Siti Rahayu Haditono, bahwa dalam membimbing anak haruslah banyak menstimulus melalui permainan karena hal itu akan membuat anak tidak merasakan kejenuhan dan akan membuat anak menjadi senang.¹⁴ Oleh sebab itu diharapkan individu yang mengalami gangguan stres pasca trauma (PTSD) dapat mengatasi masalahnya dan kembali bangkit untuk menata masa depan dengan lebih baik.

¹¹ Bagong Suyanto, *Masalah Sosial Anak*, (Jakarta : Prenadamedia Group. 2010), hlm.256

¹² Sofyan S.Wilis, *konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2013), hlm.35

¹³ Bradley T. Erford, "*40 teknik yang harus diketahui setiap konselor*" (Yogyakarta : Pustaka Belajar, 2017), hlm.358

¹⁴ Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta : Gadjah Mada University, 2006), hlm.13

Dari penjelasan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut secara ilmiah dengan judul “Konseling Individu Dengan Teknik *Role Play* Untuk Mengatasi Stres Pasca Trauma (PTSD) Pada Anak Korban Kekerasan Seksual Kecamatan Pendopo Kabupaten Empat Lawang)”.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), penelitian ini memiliki tujuan untuk mempelajari secara intensif tentang latar belakang, keadaan sekarang, dan interaksi lingkungan suatu unit sosial, individu, kelompok dan masyarakat. Adapun Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Menurut Indrayanto, penelitian kualitatif adalah penelitian untuk menjawab permasalahan yang memerlukan pemahaman secara mendalam dalam konteks waktu dan situasi yang bersangkutan, dilakukan secara wajar dan alami sesuai dengan kondisi objektif di lapangan tanpa adanya manipulasi, serta jenis data yang dikumpulkan terutama data kualitatif. Proses penelitian yang dimaksud antara lain dengan melakukan pengamatan terhadap orang dalam kehidupannya sehari-hari, berinteraksi dengan mereka, dan berupaya dalam memahami bahasa dan tafsiran mereka tentang dunia sekitarnya.¹⁵

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian studi kasus. Penelitian studi kasus adalah suatu tipe penelitian yang mengkaji secara mendalam mengenai suatu unit (*particularistic*) seperti unit sosial, keadaan lingkungan, keadaan gejala masyarakat, serta memperhatikan semua aspek penting dalam unit itu

¹⁵ Indrayanto, *Metodologi Penelitian*, (Palembang: Noerfikri, 2017), hlm. 23.

sehingga menghasilkan hasil yang lengkap dan mendetail. Peneliti studi kasus berupaya menelaah sebanyak mungkin data mengenai subyek yang diteliti dengan menggunakan berbagai metode, seperti wawancara (riwayat hidup), pengamatan, penelaahan dokumen, hasil survei, dan data apapun untuk menguraikan suatu kasus secara terperinci. Dengan mempelajari semaksimal mungkin seorang individu, suatu kelompok, atau suatu kejadian, peneliti bertujuan memberikan pandangan yang lengkap dan mendalam mengenai subjek yang diteliti.¹⁶

Jadi metode penelitian adalah ilmu mengenai jalan yang dilewati untuk mencapai pemahaman. Namun jalan tersebut harus ditetapkan secara bertanggung jawab ilmiah dan data yang dicari untuk membangun atau memperoleh pemahaman harus melalui syarat ketelitian, artinya harus dipercayakebenarannya.

Hasil dan Pembahasan

1. Gejala Stres Pasca Trauma Pada Klien “R”

Berdasarkan penelitian terhadap klien “R” gejala stres pasca trauma yang ada pada dirinya meliputi: sering kali teringat pada kejadian kekerasan seksual yang dilakukan oleh ayah tirinya, mengalami mimpi buruk/gangguan tidur, menderita emosional yang mendalam terhadap orang yang mirip dengan ayah tirinya, menghindari untuk berfikir tentang trauma, ketidakmampuan untuk merasakan berbagai emosi positif, menurunnya ketertarikan pada laki-laki, menjauhkan diri pada lingkungan, adanya perubahan perilaku antara lain mudah tersinggung, emosi yang meledak-ledak, sulit berkonsentrasi, perasaan was-was, dihantui rasa takut, dan respon terkejut yang berlebihan. Hal ini sejalan dengan

¹⁶ Muri Yusuf, “*Metode Penelitian “Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan”*”, (Jakarta :Kencana, 2014), hlm. 340.

teori yang disampaikan oleh Dalley dalam buku psikologi abnormal yang dikarang oleh Gerald C Davidson dengan gejala-gejala yang di munculkan oleh klien “R”.

Setelah menjalani proses konseling klien “R” mengalami perubahan yang bagus pada dirinya sendiri seperti tidak terlalu sering mengingat kejadian yang telah menyimpannya karena didalam proses konseling diarahkan agar tidak berlarut terjebak dalam situasi tersebut, tidak takut terhadap lingkungan, mengalami perubahan perilaku yang positif seperti lebih sabar, tersenyum, dan yang paling terpenting klien “R” mulai memahami batasan-batasan aurat dan batasan-batasan mahram. Hal ini menunjukkan bahwa gejala yang ada pada teori Hera Wahyuni dalam bukunya ada persamaan pada klien “R” namun setelah dilakukan konseling individu dengan teknik *role play* melalui permainan kaeru bergambar yang diperankan oleh konselor dan klien “R” menunjukkan bahwa klien “R” telah mampu menjalani hidup dan telah mempunyai perencanaan hidup yang jelas.

2. Penerapan Konseling Individu Dengan Teknik *Role Play* Untuk Mengatasi Stres Pasca Trauma Pada Klien “R”

Berdasarkan hasil penelitian dalam rangka untuk mengatasi stress pasca trauma disebabkan oleh ayah tiri klien “R” yang melakukan perbuatan kekerasan seksual. Peneliti mewawancarai beberapa sumber sekunder seperti ibu, teman, dan guru klien “R” mengeni gejala awal klien “R” Pada waktu itu memprihatinkan, terutama klien “R” yang terperangkap dengan kondisi stres pasca trauma. Sedangkan kondisi “R” yang perlahan- lahan sudah membaik bahkan sekarang sudah mampu untuk keluar dari permasalahannya.

Hal ini sejalan dengan teori yang disampaikan oleh Santrock bahwa dengan permainan mampu meningkatkan kualitas pada anak. Dengan demikian klien “R” menjalani

proses konseling individu dengan teknik *role play* dalam mengatasi penderitaannya. Hal ini juga dijelaskan menurut Santrock bahwa permainan mampu meningkatkan hubungan dengan teman sebaya, mengurangi tekanan, meningkatkan perkembangan kognitif, meningkatkan daya jelajah dan memberi tempat berteduh yang aman dan begitu juga menurut Santrock menjelaskan bahwa bermain sebagai kegiatan yang mempunyai nilai praktis, artinya bermain digunakan sebagai media untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan pada anak. jadi dalam permainan peran kartu bergambar banyak terdapat manfaat untuk dapat meningkatkan keterampilan sosial. Namun disini konselor hanya sebagai fasilitator yang mengarahkan klien “R” agar dapat mengambil keutusan sendiri.

Referensi

Apriansyah, Romi, 2019. *Komisi Perlindungan Anak Daerah Palembang*, Palembang Berita

musi.co.id. yang diakses pada 26 oktober 2019. Pukul 11.30

Departemen agama RI, 2014, *Al-Qur'an dan terjemahannya Ar-Rahman*, Bekasi: CV Pustaka Jaya Ilmu

Erford, Bradley T. 2017, “40 teknik yang harus diketahui setiap konselor” Yogyakarta : Pustaka Belajar
Haditono, Siti Rahayu, 2006. *Psikologi Perkembangan*, Yogyakarta: Gadjah Mada University

Indrayanto, 2017. *Metodologi Penelitian*, Palembang: Noerfikri

<https://www.kpai.go.id>, diakses pada tanggal 09 Oktober 2019 pukul 10.30 WIB

Maghfiro, Neneng. *Hukum Memisahkan Tempat Tidur Anak*, <https://bincangsyariah.com/khazanah/hukum-memisahkan-tempat-tidur-anak/>, diakses pada 27 oktober, pukul 19.00 WIB

M.kumparan.com. diakses pada 26 oktober 2019. Pukul 11.44

Nassarudin Al-albani, Muhammad. 2017. *Silsilah Hadist Dha'if dan Maudhu' Jilid 1*, Jakarta: Gema Insani

Suyanto, Bagong, 2010. *Masalah Sosial Anak*, Jakarta : Prenadamedia Group

Tribunjakarta.Com. Diakses Pada 09 Oktober 2019 Pukul 11.00 WIB

Tanjung, Armaidi, 2007. *Free Sex No Nikah Yes*, Jakarta: sinar grafika

Wilis, Sofyan S. 2013, konseling *Individual Teori dan Praktek*, Bandung : Alfabeta

Yusuf, Muri, 2014. "*Metode Penelitian "Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan"*", Jakarta :Kencana