

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Konseling Realitas

a. Pengertian Konseling Realitas

Konseling realitas ini dicetus oleh William Glasser yang lahir pada tahun 1925 dan menghabiskan masa kanak-kanak dan remajanya di Cleveland. Glasser waktu itu meninggalkan kota kelahirannya setelah berhasil masuk di perguruan tinggi yang menjadi sebuah impiannya. Ia memperoleh gelar sarjana muda dalam bidang rekayasa kimia, sarjana psikologi dan dokter Case Westsem Reserve University. Pada tahun 1961 Glasser mempublikasikan konsepnya terapi konseling realitas dalam bukunya yang berjudul "*Mental Health or Mental Illness*". Pada tahun 1965 konsep konseling realitas diperbaiki, diperluas dan disusun dalam bukunya yang berjudul "*Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry*". Pada dasarnya Glasser menyebutkan konseling realitas ini dengan terapi realitas yang diambil dari pengalaman dalam kehidupannya sendiri.¹

Konseling Realitas adalah suatu bentuk teknik konseling atau bantuan yang sangat praktis, relative cukup sederhana dan berupa bantuan kepada konseli secara langsung dengan tujuan agar dia mampu menghadapi realita di masa depan dengan penuh optimis.² Dengan memiliki tujuan agar tercapainya individu dalam kemampuan untuk dapat memahami kondisi dirinya, menerima atas dirinya sendiri, mengarahkan dirinya pada hal-hal baru dan merealisasikan dirinya sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya terhadap penyesuaian diri lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat dan juga dapat membantu individu menemukan karakteristik pada

¹ Ani Wardah, *Ancangan Konseling Individual Realita* (Banjarmasin: CV. Mandar Maju 2012), 5-10.

² Hanim Saras dan Lukitasari Diana "Implementasi Pemulihan Trauma Psikologis Anak Korban Di Pusat Pemulihan Trauma Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Kota Depok," *Jurnal Bimbingan Konseling* 8, no. 2 (2019): 164.

dirinya.³ Konseli diarahkan untuk menumbuhkan sikap bertanggung jawab bagi dirinya sendiri atas tindakan-tindakan yang telah diperbuat. Pada konsep dari Glasser tentang terapi realitas ini seorang konseli ditolong agar ia mampu menghadapi realita di masa depan dengan penuh optimis dan tidak terpaku pada masalahnya. Konseling realitas memiliki prinsip bahwa seseorang dapat dilatih berupa menerima bantuan dan terapi untuk memenuhi suatu kebutuhan dasarnya dan mampu menghadapi kenyataan dalam kondisi seburuk apapun dengan penuh optimis tanpa merugikan orang lain. Konseling realitas ini dipandang sebagai suatu proses konseling yang rasional.⁴

Konseling realitas ini menekankan pada masa sekarang maka dalam memberikan alternative bantuan tidak perlu melacak sejauh mana masalah pada konseli, sehingga yang dipentingkan adalah bagaimana konseli dapat sukses mencapai hari kedepannya dengan menata masa depan yang lebih baik sesuai kebutuhan hidupnya. Manusia didalam hidupnya mempunyai kebutuhan dasar yang berupa tujuan, cita-cita dan harga diri. Setiap orang akan belajar dalam memenuhi kebutuhan dasarnya dengan cara bertingkah laku normal. Masa dimana yang penting dalam penanaman kebutuhan hidupnya yaitu pada usia 2-5 tahun dengan peran orang tua dan pendidikan sebagai faktor yang menentukan dan mendorong agar lebih baik. Pada terapi realitas ini berfungsi sebagai contoh, pedoman, guru dan model seras dalam mengkonfrontasikan tindakan konseli dengan cara-cara yang bisa membantu konseli dalam menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasarnya tanpa merugikan oranglain maupun dirinya sendiri. Inti dari terapi realitas ini adalah penerimaan sikap tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental yang ada. Suatu bentuk teknik konseling realitas ini berorientasi pada tingkah laku konseli sekarang yang merupakan bentuk proses rasional. Konselor mengarahkan konseli untuk menumbuhkan dan menanamkan tanggung jawab atas

³ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan : Perdana Publishing, 2018), 15-19.

⁴ Namora Lumongga Lubis Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Kencana, 2016), 170-172.

dirinya sendiri bukan orang lain.⁵ Dalam suatu proses konseling realitas ini konselor harus menciptakan suasana yang hangat dan nyaman agar dapat menumbuhkan pengertian konseli bahwa mereka harus bertanggung jawab bagi dirinya sendiri atas tindakan yang dilakukan.

Konseling realitas dipilih karena berfokus pada hakekat manusia untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan proses yang rasional. Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan individu melalui layanan konseling dengan pendekatan realitas.⁶ Manusia yang baik adalah manusia yang mampu keluar dari setiap permasalahan didalam kehidupannya. Manusia yang baik merupakan manusia yang mampu menyesuaikan diri dengan realita yang ada dan memiliki identitas manusia yang dapat berkembang dengan baik dan sehat. Dalam hal ini diperlukan suatu terapi pada konseli dalam merencanakan hal baru untuk masa depannya. Untuk membantu konseli keluar dari masalah yang dihadapinya dan memperoleh identitas diperlukan sebuah terapi realitas. Masih banyak manusia yang belum dapat mencapai kebutuhan dasar psikologisnya yaitu kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa ia berguna bagi dirinya dan orang lain. Terdapat banyak manusia yang belum mengetahui apa makna mencintai dan dicintai di dalam kehidupannya. Pada dasarnya kasih sayang akan menjadikan sebuah motivasi yang berpengaruh dalam keberlangsungan hidup seseorang.⁷

William Glasser mengembangkan sebuah teori dan pendekatan reality therapy dengan menggunakan filsafat. Filsafat dari Glasser berisi tentang manusia yang berhubungan terhadap hakekat manusia sebagai berikut :

- 1) Manusia memiliki suatu kebutuhan psikologis yang ada di dalam hidupnya. Oleh karena itu dengan

⁵ Hanim Saras dan Lukitasari Diana “Implementasi Pemulihan Trauma Psikologis Anak Korban Di Pusat Pemulihan Trauma Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Kota Depok,” *Jurnal Bimbingan Konseling* 8, no. 2 (2019): 167.

⁶ Mubasyaroh “Pendekatan Konseling Realitas Dan Terapi Agama Bagi Penderita Psikoprobem,” *Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 13, no. 1 (2019): 83.

⁷ Namora Lumongga Lubis Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Kencana, 2016), 173-174.

adanya kebutuhan psikologis akan menyebabkan seseorang memiliki keunikan yang tersendiri.

- 2) Pola-pola yang ada pada diri manusia menimbulkan sebuah dinamika tingkah laku yang positif dan menjelma dalam ciri kepribadian manusia yang memiliki ciri khas tersendiri.
- 3) Setiap orang tentu memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang sesuai kemampuannya agar menjadi yang lebih baik dari sebelumnya. Kemampuan untuk tumbuh dan berkembang menjadi actual dari usahanya melalui tingkah laku yang nyata.
- 4) Reality therapy tidak pernah terpaku pada hakekat manusia itu sendiri, individu tidak bisa mendambakan suatu potensi yang dimilikinya sejak lahir untuk berkembang dengan sendirinya.⁸

Reality therapy memiliki tujuan untuk membantu konseli keluar dari masalah yang dihadapinya dan memperoleh identitas didalam hidupnya. Manusia pada dasarnya memiliki suatu kebutuhan psikologis yang akan menjadikan suatu keunikan pada individu itu sendiri. Setiap orang tentunya memiliki potensi tersendiri untuk tumbuh dan berkembang sesuai dengan kemampuannya, maka perlu adanya pola-pola untuk menciptakan dinamika tingkah laku yang positif agar individu memiliki kepribadian yang tersendiri. Terapi realitas ini menekankan pada tingkah laku sekarang dan tidak terpaku pada kejadian dimasa lalu. Dengan adanya terapi realitas ini akan membantu individu merumuskan rencana dan tujuan baru untuk masa depan yang lebih positif.

2. Ciri-ciri *Reality Therapy* menurut Willian Glasser

Di dalam teori konseling realitas terdapat beberapa ciri yang menjadikan sebuah identitas manusia terhadap pendekatan yang ada, berikut ini ciri-ciri konseling realitas sebagai berikut:⁹

- a. Terapi realitas menolak adanya konsep sakit mental pada individu tetapi adanya perubahan tingkah laku individu

⁸ Putri Mela Elfida, "Konseling Krisis Dengan Pendekatan Konseling Realitas Untuk Menurunkan Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual," *Jurnal Bimbingan Konseling International Conference* 93, no. 99 (2017): .120-128

⁹ Bariyyah Khairul, "Konseling Realita Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab," *Jurnal Konselor* 7, no. 1 (2018): 1-8.

- yang tidak bertanggung jawab namun individu itu masih dalam keadaan mental sehat.
- b. Terapi ini memfokuskan pada tingkah laku yang nyata untuk mencapai tujuan dan mengembangkan rencana dengan penuh optimis. Tingkah laku yang nyata dilakukan pada masa kini dengan sebuah refleksi dengan harapan nyata dengan mewujudkan masa nyata yang akan datang.
 - c. Pada terapi realitas ini berorientasi pada keadaan yang akan datang dengan memfokuskan pada tingkah laku yang dapat dirubah dan ditafsirkan agar menjadi perilaku yang benar.
 - d. Menekankan pada pentingnya nilai-nilai di dalam kehidupannya. Kualitas nilai sangat penting dalam kehidupan seseorang untuk mengukur dan meningkatkan kemampuan dalam menghadapi sebuah kegagalan didalam hidupnya.¹⁰
 - e. Menekankan pada aspek kesadaran klien yang dinyatakan dalam suatu tingkah laku tentang apa yang harus dikerjakan dan diinginkan oleh individu dengan berpedoman pada konsep realitas.
 - f. Menghapus adanya hukuman yang diberikan pada seseorang ketika mengalami kegagalan pada pencapaian intensitasnya.
 - g. Konsep tanggung jawab sangat perlu ditekankan agar seseorang dapat berguna untuk dirinya maupun orang lain selama hidupnya.¹¹

Terapi realitas ini menggunakan prinsip-prinsip yang telah dirancang untuk membantu individu dalam mencapai suatu keberhasilan yang dapat diterapkan melalui psikoterapi, konseling dan perkembangan masyarakat. Ciri-ciri pada pendekatan konseling realitas adalah tidak terpaku pada kejadian dimasalalu tetapi lebih mendorong konseli untuk menghadapi realita pada masa sekarang. Pendekatan ini lebih menekankan pada suatu perubahan tingkah laku inidividu yang lebih bertanggung jawab dengan merencanakan hal-hal baru dan berkomitemen rencana tersebut harus dilaksanakan. Oleh

¹⁰ Aisyah Umi dan Prameswarie Laras “Konseling Individual Bagi Anak Korban Pemerkosaan Di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Kabupaten Tanggamus,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 08, no. 2 (2020): 104-110.

¹¹ Namora Lumongga Lubis Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Kencana, 2016), 176.

karena itu konseling realitas ini digunakan sebagai terapi dalam proses konseling pada anak korban pelecehan seksual maupun kekerasan fisik. Konseling realitas ini bertujuan menghantarkan konseli untuk memenuhi sikap bertanggung jawab terhadap tindakan dari perilaku dan merencanakan apa yang akan dilakukan pada masa sekarang dengan tidak mengingat pada masa lalu.¹²

Menurut Glasser setiap manusia memiliki kebutuhan psikologis yang secara konsisten atau terus menerus yang hadir dalam sepanjang kehidupannya dan harus dipenuhi secara benar. Ketika seseorang mendapati masalah baru hal tersebut disebabkan adanya faktor terhambatnya seseorang dalam memenuhi suatu pemenuhan kebutuhan dasar realita yaitu dengan menghindari kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan didalam hidupnya. Dalam pendekatan reality ini manusia pada umumnya memiliki kebutuhan psikologis yang harus dipenuhi secara terus menerus. Ketika manusia sedang mengalami suatu masalah maka semua itu disebabkan karena kebutuhan psikologisnya terhambat. Dari situ munculnya masalah-masalah baru yang akan menghambat pemenuhan kebutuhan psikologis seseorang. Adanya terapi realitas ini akan membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi konseli serta merencanakan hal baru didalam hidupnya.

Berdasarkan pandangan di atas, maka tidak dapat dipungkiri jika kebutuhan psikologis tersebut tidak terpenuhi maka seringkali pelecehan seksual menjadi salah satu jalan pintas untuk alternatif memenuhi suatu kebutuhan nafsu semata. Sedangkan menurut Paul D. Meier, terapi realitas memusatkan perhatian terhadap kelakuan yang bertanggung jawab dengan memfokuskan 3-R yaitu realitas (*reality*), melakukan hal-hal baik (*do right*), dan tanggung jawab (*responsibility*) dengan begitu individu dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi dan memenuhi kebutuhan psikologis didalam hidupnya. Konseling realitas ini membantu inidividu untuk melupakan masalahnya yang buruk dan merencanakan hal baru yang lebih positif dimasa mendatang.¹³

¹² Suhertina, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Sumatra : CV. Mutiara Pesisir Sumatra, 2014), 2-3.

¹³ Daud Ali, *Pendekatan Konseling Realitas* (Jakarta : CV. Permata, 2016), 82-83.

3. Tujuan Konseling Realitas

Menurut Burks pendekatan konseling realitas dari sudut pandang konselor bertujuan untuk membantu melatih individu secara khusus dengan mengembangkan system atau tatacara dalam hidupnya yang kaya akan menghasilkan keberhasilan. Adapun beberapa tujuan terapi realitas sebagai berikut :¹⁴

- a. Membantu individu agar mampu mengurus dirinya supaya dapat melaksanakan kebutuhan perilaku yang positif dalam bentuk nyata.
- b. Mendorong serta memikul konseli agar mampu mengembangkan sikap bertanggung jawab dengan segala resiko maupun konsekuensi sesuai dengan kemampuan dan keinginan dalam pertumbuhan hidupnya.
- c. Dapat mengembangkan dan merumuskan rencana-rencana yang nyata agar tercapai tujuan yang telah ditetapkan dalam kebutuhan hidupnya.
- d. Menanamkan nilai-nilai untuk mengubah dirinya sendiri agar perilaku yang sukses dapat dihubungkan dengan pencapaian kepribadian yang sukses pula.
- e. Pendekatan terapi realitas menekankan pada ke disiplin individu serta tanggung jawab terhadap kesadaran diri sendiri.¹⁵

4. Teknik Konseling Realitas

Konseling realitas ditandai dengan adanya potensi-potensi pada konseli sebagai konseling yang aktif difokuskan pada kekuatan-kekuatan yang dihubungkan pada tingkah lakunya sekarang dan sebuah usaha untuk mencapai keberhasilan dalam kehidupannya yang nyata. Dalam pendekatan terapi konseling realitas ini menggunakan teknik-teknik sebagai berikut :

- a. Keterlibatan dalam melakukan main peran bersama konseli
- b. Menggunakan humor
- c. Mengkonfrontasi konseli dan tidak menerima dalih

¹⁴ Suhertina, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Sumatra : CV. Mutiara Pesisir Sumatra, 2014), 30-37.

¹⁵ Aisyah Umi dan Prameswarie Laras “Konseling Individual Bagi Anak Korban Pemerkosaan Di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Kabupaten Tanggamus,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 08, no. 2 (2020): 94.

- d. Membantu konseli dalam merumuskan suatu rencana perubahan yang nyata terhadap dirinya
- e. Melayani konseli dengan bertindak sebagai guru dan peranan.
- f. Menetapkan batasan dan struktur konseling realitas yang jelas
- g. Menggunakan “Terapi kejutan verbal” atau sarkasme yang pantas untuk mengkonfrontrasi perilaku-perilaku konseli yang tidak realistis
- h. Keterlibatan konselor dengan konseli dalam mencari suatu kehidupan yang lebih efektif dan mudah.¹⁶

B. Trauma

1. Pengertian Trauma

Shapiro mengungkapkan trauma adalah suatu kejadian atau pengalaman didalam hidup yang mengganggu keseimbangan kebutuhan hidup dari system pengolahan psikologi pada otak manusia. Keseimbangan ini dapat diartikan menghalangi proses informasi masuk pada otak manusia. Pada dasarnya untuk meneruskan proses tersebut dalam mencapai perilaku yang adaptif, sehingga dapat menimbulkan persepsi, emosi, dan keyakinan yang diperoleh dari pengalaman tersebut kemudian terkunci dalam system saraf.¹⁷

Menurut Sudarsono dalam kamus Konseling, Trauma merupakan pengalaman yang datang secara tiba-tiba mengejutkan didalam diri manusia yang meninggalkan kesan mendalam pada jiwa dan hati seseorang sehingga dapat merusak fisik serta kebutuhan psikologisnya.

Jarnawi mengungkapkan trauma adalah suatu bentuk gangguan psikologis yang sangat membahayakan bagi seseorang dan mampu merusak keseimbangan diri pada kehidupan manusia itu sendiri. Manusia akan mengalami ketidak seimbangan dalam hidupnya yang mengakibatkan individu semakin terpuruk dalam kesehariaanya. Individu akan mengalami berbagai efek negatif sehingga tidak dapat menjalani kehidupannya dengan sempurna.¹⁸

¹⁶ Corey Gerald, *Konseling Dan Psikoterapi Teori Dan Praktek* (Bandung : Refikan Aditama, 2013), 265-277.

¹⁷ Candra Shapiro, *Trauma* (Jakarta : PT. Media Kita, 2014), 145-147.

¹⁸ Khairuddin, *Trauma Dan Konseling Traumatik* (Bandung : Media Perintis, 2008), 98.

Cavanagh mengungkapkan trauma adalah sebuah peristiwa yang luar biasa sehingga menimbulkan luka mendalam dan perasaan sakit yang menimpa pada seseorang secara langsung atau tidak langsung baik luka fisik maupun luka psikis. Perasaan luka dan sakit akibat peristiwa yang dialami ini akan menyebabkan trauma psikologis dan sulit untuk diobatinya. Trauma psikologis ini akan menjadi akut apabila individu tidak segera ditangani oleh orang ahli. Pemulihan trauma ini bisa melalui terapi konseling, psikiater dan konselor.

Trauma pada dasarnya bisa menimpa siapa saja dan usia berapa saja. Trauma psikologis ini dialami seseorang yang mengalami insident kejadian yang luar biasa seperti pemerkosaan, kekerasan, kematian pada orang tercinta dan bencana alam. Gangguan pasca trauma biasanya dialami secara langsung setelah peristiwa traumatis terjadi, bisa juga dialami secara tertunda. Korban pada saat itu biasanya mengalami perasaan tegang, insomnia, susah berkonsentrasi dan ia merasa dirinya ada yang mengatur didalam hidupnya. Seseorang yang mengalami trauma akan kehilangan makna dalam pada kebutuhan hidupnya. Parahnya lagi orang yang mengalami pasca traumatic akan menimbulkan efek negatif berupa keadaan stress yang berkepanjangan yang akan mengakibatkan gangguan pada otak, kurangnya kemampuan intelektual, gangguan pada emosional, dan gangguan pada sosial.¹⁹

2. Jenis-jenis Trauma

Dalam ilmu psikologi trauma dibagi menjadi 4 jenis yang sesuai dengan penyebab serta sifat terjadinya trauma diantaranya:

a. Trauma psikologis

Suatu kejadian atau pengalaman yang luar biasa terjadi secara spontan dan merusak fungsi ketahanan hidup seseorang. Trauma ini dapat menyerang seseorang dalam waktu singkat proses kerjanya secara menyeluruh dari fisik dan psikis. Trauma ini biasanya terjadi pada korban bencana alam, kecelakaan kendaraan, pemerkosaan,

¹⁹ Irwanto Dan Kumala Hani, *Memahami Trauma Dengan Perhatian Khusus Pada Masa Kanak-Kanak* (Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2018), 74-80.

penceraian, kegagalan dalam menggapai cita-cita dan lain sebagainya.²⁰

b. Trauma *neurosis*

Suatu gangguan yang merusak saraf pusat otak seseorang akibat benturan dari benda keras atau bisa juga pemukulan yang dilakukan di area kepala seseorang. Kondisi otak seseorang akan mengalami kerusakan, iritasi, pendarahan dan sebagainya. Pada trauma ini seseorang akan mengalami ketidak sadaran atau hilang kesadaran dan lain-lain namun dampak negatif tersebut sifatnya hanya sementara.

c. Trauma *psychosis*

Suatu gangguan yang bersumber dari problem atau masalah pada fisik seseorang misalnya cacat tubuh, amputasi dan sebagainya sehingga mengalami shock dan gangguan pada emosional seseorang. Pada situasi yang tertentu biasanya masih terbayang-bayang peristiwa yang dialaminya sehingga memicu timbulnya histeris, frustrasi, fobia dan kondisi parahnya akan mengakibatkan gangguan kejiwaan.

d. Trauma *diseases*

Suatu gangguan yang bersumber dari stimulus-stimulus luar yang dialami seseorang secara spontan atau berulang-ulang sehingga dianggap sebagai suatu penyakit. Seperti ancaman, terror, keracunan dan lain-lain.²¹

3. Proses Terjadinya Trauma Psikologis

Menurut Kartini Kartono proses terjadinya trauma disebabkan oleh suatu pengalaman yang sangat menyedihkan atau melukai jiwanya sehingga pengalaman tersebut dari awal kejadian itu di dalam hidupnya menjadi radikal. Pengalaman traumatis dapat bersifat psikologis misalnya pengalaman atau peristiwa pelecehan seksual sehingga dapat menimbulkan kepiluhan hati, shock jiwa dan lain-lain. Proses terjadinya trauma pernah mengalami ketakutan yang hebat kemudian ditenkankan dalam ketidaksadaran dan suatu saat jika orang yang bersangkutan mengalami stimulus yang sama akan timbul respon ketakutan yang sama walaupun ada usaha-usaha untuk

²⁰ Khairuddin, *Trauma Dan Konseling Traumatik* (Bandung : Media Perintis, 2008), 60.

²¹ Kusmawati Hatta, *Trauma Dan Pemulihannya* (Aceh : Dakwah Ar-Raniry Press, 2019), 18-27.

menekankan dan menghilangkan respon-respon tersebut. Disamping faktor peristiwa itu hal yang memicu munculnya gangguan stress setelah kejadian trauma adalah ketidakberdayaan seseorang. Seseorang yang tidak memiliki keterampilan cara untuk bertindak membela diri maka individu akan cenderung mudah mengalami trauma. Disamping itu perilaku individu juga dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis (kejiwaan) individu yang bersangkutan. Diantara faktor kejiwaan yang mempengaruhi perilaku individu adalah kondisi mental disorder atau kekalutan mental yaitu bentuk gangguan dan kekacauan fungsi mental (kesehatan mental) yang disebabkan oleh kegagalan mereaksinya mekanisme adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan atau mental terhadap stimulus. Individu yang tidak mampu melakukan adjustment itu selalu tidak conform tindakannya dengan norma-norma dan kebiasaan sosial.²²

Keadaan mental dan fisik seseorang sebelum terjadinya trauma juga turut berperan, jika kesehatan mental dan fisik seseorang kurang bagus maka trauma akan mengedap terus di dalam dirinya. Begitu juga pertahanan mekanisme masing-masing individu sangatlah menentukan. Apabila pertahanan mentalnya kuat maka peristiwa-peristiwa yang berat tidak akan berpengaruh namun apabila pertahanan mental individu lemah maka peristiwa itu bisa menjadi peristiwa yang buruk dalam dirinya.²³

C. Pelecehan Seksual Pada Anak

1. Pengertian Pelecehan Seksual

Diera globalisasi sekarang ini kejahatan seksual semakin banyak terjadi di kalangan anak-anak sampai remaja. Berdasarkan pantauan dari yayasan JPPA Kabupaten Kudus terdapat beberapa jenis tindak kekerasan seksual meliputi: pemerkosaan, intimidasi seksual, pelecehan seksual, eksploitasi seksual, perdagangan perempuan untuk tujuan seksual, prostitusi paksa, perbudakan seksual, pemaksaan perkawinan, pemaksaan kehamilan, pemaksaan aborsi, pemaksaan kontrasepsi dan setrilisasi, penyiksaan seksual, penghukuman

²² Mubasyarah "Pengenalan Sejak Dini Penderita Mental Disorder," *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 4, No. 1 (2013): 129.

²³ Kartono Kartini Dan Jeny Andriani, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam* (Bandung : Mandar Maju, 1989), 44.

tidak manusiawi dan bernuansa seksual, praktik tradisi seksual, dan control seksual diskriminatif. Pelecehan seksual disini merupakan segala tindakan seksual yang tidak diinginkan atau permintaan untuk melakukan tindakan seksual, tindakan fisik serta isyarat yang berbau seksual atau perilaku dalam bentuk apapun yang bersifat seksual yang akan membuat seseorang tersinggung dipermalukan atau terintimidasi. Sebagaimana yang sudah tertera dalam Pasal 11 ayat (2) A pelecehan seksual adalah kekerasan seksual yang dilakukan dalam bentuk tindakan fisik atau non-fisik terhadap orang lain yang berhubungan dengan bagian tubuh dan terkait hasrat seksual. Pelecehan seksual ini akan mengakibatkan seseorang merasa malu, terhina dan terintimidasi atas kejadian yang tidak sepatasnya dilakukan.²⁴

2. Bentuk Pelecehan Seksual

a. Pelecehan seksual verbal

Bentuk pelecehan seksual ini berupa sebuah perkataan atau ucapan yang sengaja ditujukan kepada lawan jenis dengan tujuan pada hubungan seks. Bentuk pelecehan seksual verbal berupa bercandaan yang menyinggung bentuk tubuh seks, menggoda lawan jenis dengan tatapan seksual, mengkritik bentuk fisik yang mengarah pada bagian-bagian seksual dan mengajukan pertanyaan seputar seksual.

b. Pelecehan non verbal

Pelecehan non verbal merupakan kebalikan dari pelecehan verbal berupa ajakan atau tindakan namun tidak bersentuhan secara kontak langsung antara pelaku dengan korban. Contoh dari pelecehan non verbal ini misalnya memperlihatkan alat kelamin sendiri dihadapan orang lain, menatap bagian tubuh orang lain dengan menunjukan nafsu, mengesek gesekan alat kelamin ke orang lain.

c. Pelecehan seksual secara fisik

Pelecehan seksual secara fisik merupakan bentuk tindakan seksual antara pelaku bersama korban yang sudah terjadi sentuhan secara langsung. Bentuk pelecehan seksual secara fisik ini misalnya meraba tubuh orang dengan

²⁴ Hasil Studi Awal Bersama Konselor di Jaringan Perlindungan Perempuan Dan Anak Kabupaten Kudus.

sensasi seksual, perkosaan atau pemaksaan perbuatan seksual, memeluk dan mencium.²⁵

3. Faktor Penyebab Pelecehan Seksual

Dari bentuk pelecehan seksual diatas tentunya ada faktor penyebab dari tindak pelecehan seksual yang meliputi :

- a. Faktor ekonomi yang rendah atau faktor yang berkaitan dengan keuangan.
- b. Diskriminasi dikalangan keluarga atau sikap membedakan secara sengaja terhadap golongan-golongan yang berhubungan dengan kepentingan tertentu.
- c. Keterampilan sosial yang buruk merupakan kemampuan komunikasi secara verbal dan non verbal dengan orang lain kurang baik.
- d. Masalah pada seksual atau gangguan yang menyebabkan adanya penurunan hasrat seksual.
- e. Adanya isu gender dan permasalahan yang disebabkan oleh ketimpangan gender.
- f. Memiliki kuasa yang tinggi dan kemampuan untuk melakukan suatu hal yang diinginkan.
- g. Rendahnya pemahaman ilmu tentang agama atau kemampuan seseorang untuk menafsirkan dan mengungkapkan makna agama atau keyakinan kurang memahaminya.
- h. Disfungsi peran keluarga yang tidak berjalan dengan baik misalnya kejadian perilaku buruk, perselingkuhan dan kecemburuan.
- i. Adanya anggapan persoalan pelecehan seksual tidak akan dilaporkan karena proses hukum yang sangat mahal.²⁶

4. Dampak Pelecehan Seksual

Dampak dari pelecehan seksual pada perempuan terjadi pada psikologis yang akan menyimpan semua derita yang ditanggungnya selama masa hidup. Seseorang yang menjadi korban pelecehan seksual akan dampak negatif yang akan memperlambat perkembangan diri korban. Dampak negatif dari tindakan pelecehan seksual berupa dampak dari segi sosial dan

²⁵ Hanim Saras dan Lukitasari Diana “Implementasi Pemulihan Trauma Psikologis Anak Korban Di Pusat Pemulihan Trauma Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Kota Depok,” *Jurnal Bimbingan Konseling* 8, no. 2 (2019): 167

²⁶ Kartono Kartini Dan Jeny Andriani, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam* (Bandung : Mandar Maju, 1989), 62-65.

psikologis yang ditimbulkan dari persoalan yang muncul adalah sebagai berikut :

- a. Stigma sosial negatif atau bekas korban kekerasan seksual misalnya pemerkosaan pada anak.
- b. Kerugian secara seseorang dari segi fisik dan psikologis yang dialami oleh korban pelecehan seksual serta timbulnya trauma psikologis.
- c. Korban merasa tertekan oleh keluarga dan masyarakat.
- d. Korban tidak diterima di lingkungan social, teman, kerabat, keluarga dan masyarakat.²⁷

Korban pelecehan seksual akan mengalami penyimpangan sosial misalnya menjadi anak yang pendiam menutup diri dari keluarga, bersifat agresif, penanaman konsep pada diri yang negatif, selalu menyalahkan dirinya sendiri, sedih, kecewa, putus asa, frustrasi, melakukan tindakan yang merugikan orang lain, emosi tidak terkontrol, perasaan malu, sulit untuk mengendalikan diri, sulit tidur, depresi, gangguan kecemasan, hilangnya rasa kepercayaan diri serta secara fisik anak akan mengalami luka fisik. Pelecehan seksual berdampak yang besar terhadap psikologis korban karena mengakibatkan emosi yang tidak stabil. Oleh karena itu, korban pelecehan seksual harus diberikan perlindungan dan tidak dikembalikan pada situasi dimana tempat terjadinya kekerasan seksual dan pelaku harus dijauhkan dari korban. Korban harus diberikan terapi untuk pemulihan dari trauma serta pemecahan masalah yang dihadapi korban.²⁸

Tindakan kejahatan seksual terhadap anak ini harus diperhatikan dengan serius karena anak yang menjadi korban secara langsung akan berdampak dan menimbulkan efek negatif bagi penderita bisa melalui fisik, psikologis, dan sosial. Dari dampak tersebut anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang tidak semestinya. Akibat dari penderitaan yang dialami anak korban pelecehan seksual, maka anak perlu diberikan pendampingan psikososial dalam upaya pemulihan dan penyembuhan anak sebagai wujud perlindungan yang khusus terhadap anak korban pelecehan seksual. Dalam

²⁷ Nih Luh Ade Yuryawati, "Kajian Yuris Tentang Pemulihan Psikologis Bagi Korban Kekerasan Seksual Terhadap Perempuan (Studi Kasus NTB)," *Jurnal Fakultas Hukum* 4, no. 1 (2010): 45-47.

²⁸ Nih Luh Ade Yuryawati, "Kajian Yuris Tentang Pemulihan Psikologis Bagi Korban Kekerasan Seksual Terhadap Perempuan (Studi Kasus NTB)," *Jurnal Fakultas Hukum* 4, no. 1 (2010): 50-53.

Undang-Undang Pasal 69A Nomor 35 Tahun 2014 menyatakan tentang perubahan atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak yang selanjutnya disebutkan Undang-Undang perlindungan anak, melalui upaya sebagai berikut :

- a. Mengenai Edukasi atau pembelajaran tentang nilai-nilai agama, nilai kesehatan reproduksi dan Nilai keasusilaan.
- b. Pemberian rehabilitasi sosial terhadap korban pelecehan seksual.
- c. Adanya pendampingan Psikososial pada saat penyembuhan sampai selesai.
- d. Pemberian bentuk perlindungan pada setiap tingkat pemeriksaan mulai dari awal sampai akhir.

Peran pendampingan psikososial terhadap anak korban pelecehan seksual sebagai berikut :²⁹

- a. Advocator

Pendampingan Psikososial adalah pendampingan terhadap korban yang memiliki peran untuk melindungi dan membela anak atas korban pelecehan seksual dalam mengupayakan atas suatu pemenuhan hak-hak anak yang harus dimilikinya.

- b. Mediator

Suatu bentuk pendampingan psikososial yang berperan sebagai penengah dari masalah yang dihadapi anak korban pelecehan seksual, sehingga dapat menemukan titik tengah untuk pemecahan suatu masalah.

- c. Konselor

Pendampingan Psikososial yang memiliki peran untuk memberikan layanan konseling terhadap korban dalam mengatasi masalah yang sedang dialami korban serta terapi dalam pemulihan trauma.

- d. Fasilitator

Suatu pendampingan psikososial yang memiliki peranan sebagai pemberian fasilitas sesuai dengan kebutuhan yang akan dipenuhi anak korban pelecehan seksual.

²⁹ Prabowo Hadi Lutfi M, Hidayatullah, Dkk, "Pelaksanaan Perlindungan Hak Anak Korban Kejahatan Seksual Dalam Memperoleh Pendampingan Psikososial Di Kabupaten Kudus," *Jurnal Suara Keadilan* 20, no. 2 (2019): 88.

e. Motivator

Pendampingan Psikososial yang memiliki tugas berkewajiban memberikan motivasi, nasehat serta arahan yang positif kepada anak korban pelecehan seksual untuk membangkitkan semangat korban.

f. Broker

Bentuk pendampingan psikososial yang berperan dalam menghubungkan anak korban pelecehan seksual dengan sumber informasi yang ada dengan hal-hal yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan korban.³⁰

Sejalan dengan penyelenggaraan perlindungan terhadap anak korban kejahatan seksual, Negara, pemerintah dan pemerintah daerah memiliki suatu kewajiban serta tanggung jawab sebagaimana yang sudah terteta dalam Pasal 22 Pasal 71E Ayat 1 Undang-Undang Perlindungan Anak menjelaskan tentang :

Pasal 22 “Negara, Pemerintah dan Pemerintah Daerah berkewajiban dan bertanggung jawab memberikan sarana, prasarana dan ketersediaan SDM dalam penyelenggaraan perlindungan anak”

Pasal 71E Ayat (1) “Pemerintah dan Pemerintah Daerah bertanggung jawab atas ketersediaan Dana penyelenggaraan perlindungan anak”

Implementasi dari adanya Undang-Undang tersebut, Pemerintah Kabupaten Kudus terdapat organisasi Dinas Sosial Pemberdayaan Perempuan Perlindungan Anak dan Pengendalian Keluarga Berencana (P3AP2KB) Kabupaten Kudus dan organisasi sosial non pemerintah yaitu Jaringan Perlindungan Perempuan dan Anak (JPPA) Kabupaten Kudus. Melalui Jaringan Perlindungan Perempuan dan Anak (JPPA) Kudus sebagai wadah perlindungan perempuan dan anak menyediakan fasilitas pendampingan psikososial yang diberikan langsung oleh pekerja sosial yang profesional. Proses pelaksanaan pendampingan yang dilakukan dari mulai pemeriksaan di JPPA Kudus untuk mengidentifikasi masalah yang sedang dialami serta memberikan dorongan dan motivasi

³⁰ Prabowo Hadi Lutfi M, Hidayatullah, Dkk, “Pelaksanaan Perlindungan Hak Anak Korban Kejahatan Seksual Dalam Memperoleh Pendampingan Psikososial Di Kabupaten Kudus,” *Jurnal Suara Keadilan* 20, no. 2 (2019): 90-98.

agar anak dapat mengikuti proses konseling secara baik dan memberikan keterangan secara jelas.³¹

D. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan acuan bagi peneliti untuk melakukan kajian penelitian yang akan dilakukan. Penulis menemukan penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan penulis.

1. Artikel ditulis oleh Saras Hanis Qamini yang berjudul *“Implementasi Pemulihan Trauma Psikologis Anak Korban Di Pusat Pemulihan Trauma Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Kota Depok”*. Dalam jurnalnya menjelaskan tentang analisis bentuk implementasi pemulihan trauma psikologis yang dialami anak korban kekerasan seksual dan kendala dalam upaya pemulihan trauma psikologis pada anak. Persamaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang sama-sama membahas pemulihan trauma psikologis pada anak. Sedangkan yang menjadikan perbedaan Antara keduanya adalah objek yang diteliti dan fokus penelitian yang berbeda. Subjek yang diteliti pada penelitian terdahulu yaitu tindak kekerasan anak korban kejahatan seksual di (P2TP2A) di Depok sedangkan peneliti sekarang yaitu memfokuskan pada individu yang mengalami pelecehan seksual di (JPPA) Kudus. Fokus peneliti pada penelitian terdahulu yaitu pelaksanaan perlindungan hukum terhadap terpenuhinya atas hak-hak anak sedangkan peneliti sekarang yaitu implementasi konseling realitas pada anak korban pelecehan seksual.³²
2. Artikel ditulis oleh Khusnul Fadilah yang berjudul *“Pemulihan Trauma Psikososial Pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual Di Yayasan Pulih”*. Dalam jurnalnya menjabarkan tentang upaya-upaya dalam pemulihan trauma psikososial pada perempuan korban kekerasan seksual serta. Persamaan pada penelitian terdahulu dan sekarang adalah pemulihan trauma psikososial pada korban kekerasan seksual. Sedangkan

³¹ Prabowo Hadi Lutfi M, Hidayatullah, Dkk, “Pelaksanaan Perlindungan Hak Anak Korban Kejahatan Seksual Dalam Memperoleh Pendampingan Psikososial Di Kabupaten Kudus,” *Jurnal Suara Keadilan* 20, no. 2 (2019): 106-107.

³² Lukitasari Diana dan Qamini Hanin Saras, “Implementasi Pemulihan Trauma Psikologis Anak Korban Di Pusat Pemulihan Trauma Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Kota Depok,” *Jurnal Psikologi* 8, no.2 (2019): 162-164.

perbedaannya penelitian terdahulu memfokuskan pada pekerja sosial dengan kekerasan seksual pada perempuan untuk penelitian sekarang memfokuskan ke pemulihan trauma psikosial pada anak dengan pendekatan konseling realitas.³³

3. Artikel berjudul “*Konseling Krisis Dengan Pendekatan Konseling Realitas Untuk Menurunkan Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual Penelitian Single Subject Di Pusat Pelayanan Terpadu (PPT) Jawa Tengah*” ditulis oleh Amriana yang membahas tentang konsep konseling krisis dengan pendekatan konseling realitas untuk menurunkan kecemasan yang dialami anak korban kekerasan seksual. Di dalam penelitian terdahulu dan penelitian sekarang terdapat persamaan dan perbedaan. Perbedaan penelitian sekarang dan terdahulu adalah penelitian sekarang fokus pada implementasi konseling realitas dalam upaya pemulihan trauma psikologis pada anak korban pelecehan seksual sedangkan penelitian terdahulu memfokuskan ke pelaksanaan konseling krisis dengan pendekatan konseling realitas. Persamaan Antara keduanya adalah menggunakan pendekatan konseling realitas dan menangani anak korban kekerasan seksual.³⁴
4. Artikel berjudul “*Penanganan Masalah Konseli Melalui Konseling Realitas*” ditulis oleh Ali Daud. Dalam jurnal tersebut membahas tentang penanganan terhadap perubahan perilaku buruk konseli melalui pendekatan konseling realitas. Persamaan dari jurnal ini dan peneliti sekarang yaitu membahas konseling realitas. Di samping itu ada perbedaan Antara keduanya yaitu peneliti sekarang yang menjadi fokus penelitiannya adalah pendekatan konseling realitas dan upaya pemulihan trauma psikologis pada anak korban pelecehan seksual sedangkan penelitian terdahulu memfokuskan model penangan masalah konseli dengan konseling realitas.³⁵
5. Artikel berjudul “*Layanan Konseling Realitas untuk menangani Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pada Anak Korban*

³³ Fadilah Khusnul “Pemulihan Trauma Psikososial Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual Di Yayasan Pulih,” *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial* 7, no. 2 (2018): 146-156.

³⁴ Amriana, “Konseling Krisis Dengan Pendekatan Konseling Realitas Untuk Menurunkan Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual (Penelitian Single Subject Di Pusat Pelayanan Terpadu (PPT) Provinsi Jawa Timur),” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 05, no. 01 (2016): 1-4.

³⁵ Daud Ali, “Penanganan Masalah Konseli Melalui Konseling Realitas,” *Jurnal Al-Taujih* 5, no. 1 (2019): 80-90.

Kekerasan Seksual” oleh Misbahul Munir. Pada jurnal penelitian terdahulu ini membahas tentang proses layanan bimbingan konseling melalui pendekatan konseling realitas untuk menangani korban kekerasan seksual dengan penelitian *sigle subject research*. Perbedaan peneliti sekarang dan terdahulu yaitu peneliti sekarang membahas tentang konseling realitas dalam upaya pemulihan trauma psikologis pada korban pelecehan seksual sedangkan penelitian terdahulu membahas tentang bimbingan konseling realitas dan penanganan Post Traumatik Disorder (PTSD) pada korban. Persamaan kedua peneliti ini adalah menggunakan Konseling Realitas.³⁶

6. Artikel berjudul “*Pelaksanaan Perlindungan Hak Anak Korban Kejahatan Seksual Dalam Memperoleh Pendampingan Psikososial Di Kabupaten Kudus*” oleh Muhammad lutfi hadi prabowo. Dalam jurnal ini menjelaskan tentang pentingnya pendampingan psikososial terhadap anak korban kejahatan seksual. Persamaan Antara peneliti terdahulu dan sekarang yaitu tempat penelitian yang sama di JPPA Kudus dan pendampingan anak korban kejahatan seksual. Perbedaan peneliti terdahulu dan sekarang yaitu peneliti terdahulu lebih fokus ke pelaksanaan perlindungan hak anak korban pelecehan seksual sedangkan peneliti sekarang memfokuskan ke bimbingan konseling realitas dalam pemulihan trauma anak korban pelecehan seksual.³⁷

E. Kerangka Berfikir

Konseling realitas menjadi salah satu upaya memberikan bantuan konseling baik secara individu maupun kelompok. Ciri khusus dari Teori ini adalah tidak terpaku pada kejadian-kejadian dimasa lalu tetapi mendorong konseli untuk menghadapi realitas yang ada. Sebagaimana pandangan dari para ahli psikoanalisis teori ini memberi perhatian pada motif-motif bawah sadar namun lebih menekankan pada perubahan tingkah laku konseli yang lebih bertanggung jawab dengan melakukan rencana serta tindakan tersebut. Ketika individu berhasil memenuhi kebutuhannya bisa dikatakan individu tersebut berhasil mencapai identitas sukses.

³⁶ Munir Misbahul, “Layanan Konseling Realitas Untuk Menangani Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pada Anak Korban Kekerasan Seksual,” *Jurnal Counseling* 1, no. 1 (2018): 162-163.

³⁷ Prabowo Hadi Lutfi, “Pelaksanaan Perlindungan Hak Anak Korban Kejahatan Seksual Dalam Memperoleh Pendampingan Psikososial Di Kabupaten Kudus,” *Jurnal Suara Keadilan* 20, no. 2 (2019): 101-103.

Dalam mencapai identitas sukses terkait konsep 3R yaitu keadaan dimana inividu mampu menerima kondisi yang dihadapinya. Konsep 3R meliputi *Responsibility (Tanggung Jawab)*, *Reality (Kenyataan)*, *Right (Kebenaran)*.

Lembaga jaringan perlindungan perempuan dan anak (JPPA) Kudus memiliki rasa kepedulian yang tinggi terhadap anak. Untuk mengatasi pemulihan trauma pada anak korban pelecehan seksual, JPPA memilik program pendampingan kepada korban. Perlindungan anak berupa pendampingan medis, psikologis, dan jalur hukum. Dari pelaksanaan dan pendampingan tersebut, orientasi pada akhirnya anak akan kembali kepada keluarga, dapat kembali mandiri dan dapat berfungsi sosial kembali. Ketika anak sudah membaik dalam segi mental maupun psikisnya anak tidak dilepas begitu saja akan tetapi dari pihak Jaringan Perlindungan Perempuan dan Anak akan terus memantau kondisi korban. Konseling Realitas menjadi salah satu teknik dalam membantu masalah yang dihadapi konseli dengan latar belakang trauma psikologis yang dialami pada anak korban pelecehan seksual. Konseli yang menjadi korban pelecehan seksual tidak hanya membutuhkan dukungan atau motivasi dari luar saja, terlebih korban itu anak-anak yang mengalami efek negatif dari peristiwa tersebut. Korban juga membutuhkan pondasi penguatan batin, bimbingan dan arahan untuk keseimbangan dan kepercayaan kepada Tuhan.

Dengan adanya Bimbingan Dan Konseling Islam dengan pendekatan konseling realitas yang didasari atas Al-Qur'an dan Hadist dengan mengaitkan adanya pahala dan dosa. Sehingga lebih mampu dapat mencegah tindakan pelecehan seksual terhadap anak. Selain itu korban diberikan pendampingan psikologis agar mampu menerima dirinya sendiri atas peristiwa yang sudah terjadi dan dapat menyesuaikan diri lagi dengan lingkungannya. Jika tindakan pelecehan seksual seorang ayah terhadap anak kandungnya tidak segera diatasi akan berdampak pada perkembangan psikis dan perilaku dimasa depan, tidak hanya merugikan dirinya sendiri melainkan orang lain disekitarnya akan merasakan dampaknya. Oleh karena itu pembimbing rohani juga dibutuhkan untuk menenangkan perasaan hati korban dan memberikan arahan positif bahwa pada dasarnya korban berhak untuk mendapatkan masa depan yang baik dan hidup bahagia. Bukan hanya itu saja, korban masih ada harapan untuk melanjutkan mimpi dan cita-citanya untuk masa depan.

Gambar 2.1.
Kerangka Berfikir

