

**KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK *COGNITIVE
DISPUTATION* UNTUK MENGURANGI TRAUMA AKIBAT
PELECEHAN SEKSUAL PADA REMAJA DI UNIT
PELAKSANA TEKNIS DAERAH PERLINDUNGAN
PEREMPUAN DAN ANAK
(UPTD PPA) PROVINSI LAMPUNG**

SKRIPSI

**ZANUBA ANIFA AMALIA
NPM. 1941040260**



Program Studi : Bimbingan Dan Konseling Islam (BKI)

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1445 H / 2024 M**

**KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK *COGNITIVE
DISPUTATION* UNTUK MENGURANGI TRAUMA AKIBAT
PELECEHAN SEKSUAL PADA REMAJA DI UNIT
PELAKSANA TEKNIS DAERAH PERLINDUNGAN
PEREMPUAN DAN ANAK
(UPTD PPA) PROVINSI LAMPUNG**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1
Dalam Ilmu Dakwah Dan Komunikasi

ZANUBA ANIFA AMALIA
NPM. 1941040260

Program Studi: Bimbingan Dan Konseling Islam

Pembimbing I : Dr. Mubasit, S.Ag, M. M
Pembimbing II : Hasanul Misbah, M.Pd

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1445 H / 2024 M**

ABSTRAK

Pelecehan seksual merupakan salah satu masalah serius yang dapat memberikan dampak psikologis yang berkepanjangan pada remaja, mengganggu perkembangan emosional dan sosial mereka. Yang menjadi latar belakang masalah pada penelitian ini menyoroti kebutuhan mendesak untuk mengatasi masalah pelecehan seksual pada remaja melalui penerapan teknik *cognitive disputation* di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak Provinsi Lampung. Tujuan dari penelitian ini untuk memberikan pandangan yang lebih komprehensif tentang cara mengurangi dampak trauma dan membantu mereka dalam proses pemulihan..

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*). Berdasarkan data primer penelitian ini menggunakan teknik Purposive Sampling adalah teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu, berdasarkan kriteria berikut: dengan jumlah informan 4 orang yang terdiri dari Kasubag tata usaha 1 orang, Konselor 1 orang, Konseli 2 orang yang sudah 2 tahun berada di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan teori Miles dan Huberman dengan langkah-langkah reduksi data, display data, penyajian data, dan kesimpulan.

Berdasarkan hasil dan temuan dari penelitian yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan, pelaksanaan konseling Islam dengan *teknik cognitive disputation* untuk mengurangi trauma akibat pelecehan seksual pada remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak Provinsi Lampung ini yang pertama yakni tahap Identifikasi Masalah, Diagnosis, Prognosis, Treatment, serta *Follow Up*. Konselor menggunakan konseling Islam dengan menggunakan teknik *cognitive disputation* dalam menangani permasalahan yang dihadapi konseli terdapat 3 tahap yang dilakukan konselor pada proses konseling. Kesimpulan penelitian ini adalah *Cognitive Disputation* dapat memberikan perubahan positif pada konseli, dapat mengelola dampak dari pola pikir kurang baik yang dialami konseli. Konseli mampu melakukan disput kognitif terhadap pikiran irrasional konseli sehingga konseli mengalami perubahan lebih baik lagi dalam menghadapi lingkungan sekitar.

Kata kunci: Konseling Islam, Cognitive Disputation, Trauma Pelecehan Seksual

ABSTRACT

Sexual harassment is a serious problem that can have a lasting psychological impact on teenagers, disrupting their emotional and social development. The background to the problem in this research highlights the urgent need to overcome the problem of sexual harassment against teenagers through the application of cognitive disputation techniques in the Regional Technical Implementation Unit for the Protection of Women and Children, Lampung Province. The aim of this research is to provide a more comprehensive view of how to reduce the impact of trauma and help those in the recovery process.

This research uses qualitative research with the type of field research. This research uses the Purposive Sampling technique, which is a data collection technique with certain considerations, based on the following criteria: with a total of 4 informants consisting of the Head of Administrative Subdivision 1 person, Counselor 1 person, Counselor 2 people who have been in the Implementation Unit for 2 years Regional Technical for the Protection of Women and Children. Data collection techniques use observation, interviews and documentation. The data analysis technique uses Miles and Huberman's theory with reduction, presentation and verification steps.

Based on the results and findings of research obtained from the implementation of activities, the first implementation of Islamic counseling using cognitive disputation techniques to reduce trauma due to sexual abuse in adolescents in the Regional Technical Implementation Unit for the Protection of Women and Children in Lampung Province is the stage of problem identification, diagnosis, prognosis, treatment, and follow-up. Counselors use Islamic counseling using cognitive disputation techniques in dealing with problems faced by counsees. There are 3 stages that counselors carry out in the counseling process. The conclusion of this research is that Cognitive Disputation can provide positive changes to the counsee, can manage the impact of unfavorable thought patterns experienced by the counsee. The counsee is able to carry out cognitive disputing of the counsee's irrational thoughts so that the counsee experiences changes for the better in dealing with the surrounding environment.

Keywords: Islamic Counseling, Cognitive Disputation, Sexual Harassment Trauma

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zanuba Anifa Amalia
NPM : 1941040260
Program Studi : Bimbingan Dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung”** adalah benar- benar hasil karya penyusunan penulis sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah di rujuk dan di sebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis.

Demikian surat pernyataan orisinalitas ini saya buat dengan semestinya agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 04 Januari 2024
Penulis,



Zanuba Anifa Amalia
Npm: 1941040260



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat : Jl. Leikol H. Endro Suratmih Sukarame Bandar Lampung, Tlp. (0721) 703260

PERSETUJUAN

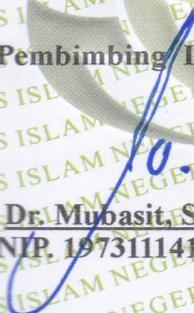
Judul Skripsi : *Konseling Islam Dengan Teknik Cognitif Disputation*
Untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual
Nama : Zanuba Anifa Amalia
NPM : 1941040260
Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah Dan Ilmu Komunikasi (FDIK)

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung

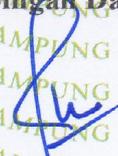
Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Mubasit, S.Ag, M.M
NIP. 197311141998031002


Hasanul Misbah, M.Pd
NIP. 197209211008032002

Mengetahui,
Ketua Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam


Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd
NIP. 196909151994032002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Tlp. (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **“Konseling Islam Dengan Teknik *Cognitif Disputation* Untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual”** disusun oleh **Zanuba Anifa Amalia, NPM. 1941040260, Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam.** Telah di Ujikan dalam sidang Munaqosyah di Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung pada Hari/Tanggal **Kamis/ 04 Januari 2024**

TIM PENGUJI MUNAQOSYAH

Ketua : Dr. Faizal, S.Ag, M.Ag

Sekretaris : Noffiyanti, MA

Penguji I : Dr. H. Rosidi, MA

Penguji II : Dr. Mubasit, S.Ag, M.M

Penguji Pendamping : Hasanul Misbah, M.Pd

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi



Dr. Isyobul Syukur, M.Ag

NIP.196511011995031001

MOTTO

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ

Barang siapa yang mengerjakan kebaikan seberat dzarrahpun,
niscaya dia akan melihat (balasan) nya.
(Q.S.Az-Zalzalah:[99] : 7)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah robbil alamin, wabihi nasta'in wa'ala umuriddunya waddin assolatu wasaamu' aala asyrofil ambi' I mursalin, wa'ala alaihi wasobbih aj-ma'in, amma ba'du.

Tiada pantas kata selain syukur Alhamdulillah kehadiran Allah SWT yang telah memberikan limpahan taufik, hidayah, dan innayahnya kepada kita semua, dan taklupa sholawat serta salam, senantiasanya terlimpah curahkan kepada junjungan nabi besar Muhammad SAW, semoga kita semua mendapat syafaatnya diyaumul kiamah kelak. Aamiin ya rabbal'alamin.

Segala kerendahan hati ku persembahkan karya ku ini sebagai bukti tanggung jawab dan rasa sayang ku kepada: kedua orang tua ku yang aku sayangi dan aku cintai sepenuh hati, Ibunda Pri Ida Aswindiati dan Ayahanda tercinta Suparmin (alm). Untuk ibu, dengan segala kasih sayang dan doa-doa yang selalu mengalir dari hati Ibu, serta dukungan dan motivasi tiada henti yang di berikan kepada ku sehingga penulis dapat menyelesaikan studi tepat waktu. Terimakasih atas kesabaran mu dalam menghadapi semua keluh kesah ku selama menyelesaikan skripsi ini, perjalanan ini aku dedikasikan untuk kedua orang tua ku. Engkau adalah sumber inspirasi terbesar ku, pahlawan sejati dalam setiap langkah hidup ku. Walaupun saat ini kesehatanmu sedang diuji oleh cobaan yang berat, semoga segera di pulihkan kembali seperti sediakala, Aamiin. Untuk ayahku tercinta Suparmin (alm) yang telah meninggalkan bayak kebaikan dan kasih sayang, walaupun kini tak lagi bersama, pasti engkau bangga di sana melihat anak tunggal mu sudah di titik ini engkau tetap dalam kenangan yang abadi setiap langkah perjalanan hidup ku. Hanya doa yang bisa ku berikan untukmu ayah sebagai wujud terima kasih, serta kasih sayangmu yang tak terhingga, semoga selalu di beri kemudahan dan jalan yang lancar Aamiin, Al-Fatihah untuk Ayahanda Suparmin Bin Tani Rejo.

RIWAYAT HIDUP

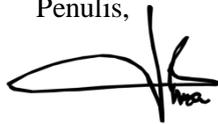
Penulis bernama Zanuba Anifa Amalia yang lahir di Wates Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu pada tanggal 05 April 2000, anak Tunggal dari Ayahanda Suparmin Alm dan Ibunda Pri Ida Aswindyati.

Penulis mengawali pendidikan di TK Mawar Indah Pringsewu 2006 dan lulus pada tahun 2007. Kemudian melanjutkan sekolah dasar di SD N 1 Wates pada tahun 2007 dan di selesaikan pada tahun 2013. Kemudian melanjutkan ke jenjang sekolah menengah pertama di SMP N 2 Gadingrejo pada tahun 2013 dan di selesaikan pada tahun 2016. Kemudian melanjutkan jenjang sekolah menengah atas di SMA N 2 Pringsewu tahun 2016 dan menyelesaikan pendidikan SMA pada tahun 2019.

Pada tahun 2019, penulis diterima sebagai mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung program strata 1 (satu) jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI). Pada tahun 2022 penulis melakukan Kuliah Kerja Nyata (KKN) selama 40 hari di Desa Tanjung Baru kecamatan Bukit Kemuning, Lampung Utara Kelompok 323 diantaranya beranggotakan 13 orang dari berbagai fakultas. Penulis menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana Sosial pada Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung

Bandar Lampung, 04 Januari 2024

Penulis,



Zanuba Anifa Amalia

Npm: 1941040260

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT. Yang telah melimpahkan rahmat hidayah serta innayah-Nya kepada penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA)”**. skripsi ini disusun sebagai tugas dan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini tidak lepas dari arahan, bantuan, bimbingan, motivasi, saran dan kritik yang telah diberikan oleh semua pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih seluruhnya kepada:

1. Bapak Dr. H. Abdul Syukur, M.Ag Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi.
2. Ibu Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam.
3. Ibu Umi Aisyah M.Pd.I Sekertaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam.
4. Bapak Dr. Mubasit, S.Ag, M. M selaku Pembimbing Akademik I yang telah meluangkan waktu Melalui membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Hasanul Misbah, M.Pd selaku Pembimbing Akademik II yang telah memberikan motivasi dan membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Bapak/Ibu Dosen yang telah membekali penulis, dan para staff karyawan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah

- memberikan pelayanan akademika dalam pelaksanaan perkuliahan.
7. Kepala Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung dan Kepala Perpustakaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi atas Perkenaanannya penulis meminjam buku-buku literatur yang dibutuhkan.
 8. Bapak Amsir, S.IP selaku Kepala Dinas UPTD PPA Provinsi Lampung yang telah memberi izin untuk peneliti melakukan penelitian.
 9. Teristimewa kepada orang tua tercintaku yang telah mensupport saya dari awal hingga akhir kuliah serta selalu mendoakan yang terbaik semoga Allah memberikan kebaikan dan kebahagiaan untuk ayah dan ibu didunia wal akhirat kelak. Serta Adik, paman, bibi dan seluruh keluarga H. Sudarmin dan Tani Rejo yang telah memberi support hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
 10. Terimakasih kepada kakak sepupu ku Anggun Kurnia Putri, Ayu Permonika Sari, Dimas Galing, Helvina Pranata, Rindu Erginaba dan Adik sepupu ku Wisnu Mahendra serta keponakan ku Tasya Kamila yang selalu memberi dukungan penuh semangat.
 11. Terimakasih kepada sahabat kecil ku Herdianti, Kristina Safitri, Ribka Ginting, Utih Atih Bidari yang menemani dan senantiasa memberikan motivasi untuk menjadi lebih baik dalam hal apapun.
 12. Terimakasih kepada sahabat seperjuangan Adani Kistu, Adelia Wulandari, Arinda Triana Nehe Junaha, dan Obby Pangestu yang sudah kebersamai dalam proses menyelesaikan skripsi
 13. Terimakasih kepada teman-teman seperjuangan kelas BKI D 2019 Ulfa Alkhusna, Sapira Septiani, dll yang telah menemani penulis selama mengerjakan skripsi ini semoga tercapai segala cita-cita.
 14. Terimakasih kepada teman-teman KKN angkatan 2019 Okta Widya Titami, Nur Alifa Wulan Zaqia, Rena Nurfiyani, Lora Shely, Riska, Sapira Septiani, Rizki Laili Ramadhani, Syifaila Firda, Adi Santosa, Ivan Andrian, Alfa Ramadhan, Hamonangan

M Jaya, Faisal Aristama, Wahyu Aji Bima, serta masyarakat Desa Tanjung Baru.

15. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, terimakasih atas semua doa, motivasi, bantuan dan dukungannya.
16. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung..

Demikian skripsi ini penulis buat, semoga dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan umumnya bagi para pembaca, atas bantuan dan partisipasinya.

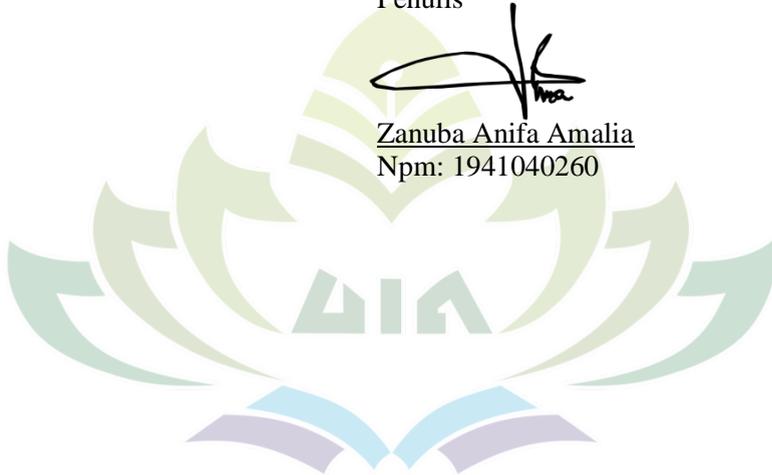
Bandar Lampung, 04 Januari 2024

Penulis



Zanuba Anifa Amalia

Npm: 1941040260



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iv
LEMBARAN PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	4
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian.....	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	8
H. Metode Penelitian	11
I. Sistematika Pembahasan	16
BAB II KONSELING ISLAM, COGNITIF DISPUTATION,TRAUMA PELECEHAN SEKSUAL	19
A. Konseling Islam	19
1. Pengertian Konseling Islam	19
2. Fungsi dan Tujuan Konseling Islam	20
3. Unsur Konseling Islam	22
4. Prinsip Konseling Islam.....	29

B. Kognitif Disputation.....	32
1. Pengertian Kognitif Disputation	32
2. Tahapan Kognitif Disputation.....	36
C. Trauma	39
1. Pengertian Trauma.....	39
2. Faktor Penyebab Trauma.....	41
D. Pelecehan Seksual	42
1. Pengertian Pelecehan Seksual Pada Remaja	42
2. Bentuk-Bentuk Pelecehan Seksual	44
3. Dampak Pelecehan Seksual	46

BAB III GAMBARAN UMUM UPTD PPA PROVINSI LAMPUNG 49

A. Profil UPTD PPA Provinsi Lampung	49
1. Sejarah UPTD PPA Provinsi Lampung.....	49
2. Visi Misi UPTD PPA Provinsi Lampung.....	49
3. Struktur Organisasi UPTD PPA Provinsi Lampung	50
4. Tujuan dan Fungsi UPTD PPA Provinsi Lampung.....	52
5. Sarana dan Prasarana UPTD PPA Provinsi Lampung.....	52
6. Ruang Lingkup UPTD PPA Provinsi Lampung.....	53
7. Alur Pelayanan UPTD PPA Provinsi Lampung.....	53
8. Layanan UPTD PPA Provinsi Lampung.....	54
9. Bentuk-Bentuk Kasus Yang Ditangani UPTD PPA Provinsi Lampung.....	54
10. Gambaran Mengenai Keseluruhan Kasus UPTD PPA Provinsi Lampung	55
B. Pelaksanaan Konseling Islam Dengan Teknik <i>Cognitive Disputation</i> untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit	

Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi.....	56
C. Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik <i>Cognitive Disputation</i> untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung.....	74

BAB IV ANALISIS KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK COGNITIVE DISPUTATION UNTUK MENGURANGI TRAUMA AKIBAT PELECEHAN SEKSUAL 77

A. Analisis Pelaksanaan Konseling Islam Dengan Teknik <i>Cognitive Disputation</i> untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi.....	77
B. Analisis Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik <i>Cognitive Disputation</i> untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung	85

BAB V PENUTUP 89

A. Kesimpulan	89
B. Saran	90

**DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN- LAMPIRAN**

DAFTAR BAGAN

Bagan I Struktur Kepengurusan UPTD PPA Provinsi Lampung .. 51



DAFTAR TABEL

Tabel 1	Alur Pelayanan UPTD PPA Provinsi Lampung	53
Tabel 2	Gambaran Mengenai Keseluruhan Kasus di UPTD PPA Provinsi Lampung.....	55
Tabel 3	Tahap Kerja Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Klasikal.....	57
Tabel 4	Analisis Proses Tahapan Konseling	78



DAFTAR LAMPIRAN

- 1.Lampiran I. Pedoman Observasi
- 2.Lampiran 2. Pedoman Wawancara
- 3.Lampiran 3. Surat Keterangan Judul Skripsi
- 4.Lampiran 4. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas
- 5.Lampiran 5. Surat Izin Penelitian Dari PTSP Bandar Lampung
- 6.Lampiran 6. Surat Izin Penelitian Dari UPTD PPA Provinsi Lampung
- 7.Lampiran 7. Dokumentasi
- 8.Lampiran 8. Hasil Cek Turnitin.



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebelum penulis menjelaskan maksud dan tujuan keseluruhan dari judul skripsi yang sudah di tulis di atas, yaitu “Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung” maka terlebih dahulu penulis perlu menjelaskan maksud dari judul tersebut agar menghindari dari kesalah pahaman terhadap pemaknaan judul dalam pengertian istilah, adapun beberapa hal yang akan di jelaskan sebagai berikut:

Menurut Jones “konseling merupakan suatu interaksi kompeten antara seorang konselor yang terlatih dengan klien. Interaksi tersebut sebagian bersifat individual atau perorangan, meskipun terkadang menyerat beberapa orang yang di bentukguna membantu klien mengasosiasikan pemikiran terhadap ruang lingkup hidupnya, sehingga adapat membuat pilihan yang berarti bagi dirinya.¹

Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Islam adalah sebuah keyakinan atau anutan di dunia yang dibawa sekaligus diajarkan oleh seorang utusan, yang berpedoman pada kitab suci Alquran yang di turunkan ke dunia melalui wahyu Allah Swt kepada revisiонер dunia tersebut yang bernama Nabi Muhammad Saw. Sebagai pegangan paling akhir serta penyempurna ajaran-ajaran sebelum Islam.²

¹ Sulistyarini dan Mohammad Jauhar, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2014), 29.

² KBBI daring, <https://kbbi.kemendikbud.go.id/entri/Islam>

Seperti yang telah di terangkan dalam Alquran surat-surat Al-Baqarah ayat 2 yang berbunyi:

ذٰلِكَ الْكِتٰبُ لَا رَيْبَ فِيْهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِيْنَ ﴿٢﴾

“Itu kitab tiadat erdapat keraguan di dalamnya sebagai petunjuk bagi orang yang bertakwa.”(Q.S. Al.Baqarah[2]: 2)

Dari pembahasan di atas, penulis menyimpulkan bahwa ada 2 poin utama dalam pengertian konseling Islam yang pertama adalah, Konseling dalam perspektif Jones, konseling adalah interaksi kompeten antara seorang konselor yang terlatih dengan klien. Interaksi ini bias bersifat individu atau kelompok, yang bertujuan membantu klien mengasosiasikan pemikiran terhadap kehidupannya sehingga mereka dapat membuat pilihan yang berarti bagi diri mereka sendiri.

Dalam konteks ini, konseling melibatkan bantuan profesional untuk membantu individu mengatasi masalah pribadi, mengambil keputusan, dan mengatasi tantangan dalam hidup mereka. Dan yang kedua adalah, Islam dalam definisi dari Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Islam adalah suatu keyakinan atau agama yang di ajarkan oleh seorang utusan, yaitu Nabi Muhammad SAW. Keyakinan ini berpedoman pada kitab suci Al-Qur'an yang di yakini sebagai wahyu Allah SWT. Islam dianggap sebagai penyempurna dan puncak ajaran-ajaran sebelumnya dan di pegang sebagai panduan hidup bagi umat Muslim. Ajaran Islam mencakup aspek spiritual, moral, sosial, dan hukum dalam kehidupan individu dan masyarakat.

Dalam konteks ini, tidak ada hubungan langsung antara konseling dan Islam, kecuali jika mereka di bahas bersama-sama untuk menggambarkan bagaimana konseling dapat di terapkan dalam komunitas atau individu Muslim. Konseling dapat di gunakan dalam konteks agama untuk membantu individu merespons tantangan, pertanyaan, atau masalah yang berkaitan dengan kepercayaan mereka dan menjalani kehidupan sesuai

dengan nilai-nilai agama. *Cognitive Disputation* adalah sebuah teknik yang memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan-pernyataan diri negative serta keyakinan-keyakinan yang tidak rasional menjadi rasional melalui *Philosophical Persuasion, Didactic Presentation, Socratic Dialogue, Vicarious Experiences* dan berbagai ekspresi verbal lainnya.³

Dengan teknik ini klien di dorong dan di modifikasi aspek kognitif nya agar dapat berpikir dengan cara yang rasional dan logis sehingga klien dapat bertindak atau berperilaku sesuai system nilai yang di harapkan baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungan nya. Pelecehan seksual adalah segala macam bentuk perilaku yang berkonotasi seksual yang dilakukan secara sepihak dan tidak dikehendaki oleh korbannya. Bentuk nya dapat berupa ucapan, tulisan, simbol, isyarat dan tindakan yang berkonotasi seksual. Aktifitas yang berkonotasi seksual bisa dianggap pelecehan seksual jika mengandung unsur-unsur sebagai berikut, yaitu adanya pemaksaan kehendak secara sepihak oleh pelaku, kejadian ditentukan oleh motivasi pelaku, kejadian tidak diinginkan korban, dan mengakibatkan penderitaan pada korban.⁴

Jadi Pelecehan seksual dapat memiliki dampak jangka pendek maupun jangka panjang pada korban. Dampaknya dapat mencakup gangguan tidur, kecemasan, depresi, gangguan mental, gangguan makan, dan masalah interpersonal. Oleh karena itu, penting untuk mengenali, mencegah, dan mengatasi pelecehan seksual melalui pendidikan, kesadaran, dan tindakan yang tepat.

Menurut Afrizal *Cognitive Disputation* merupakan teknik mengubah perilaku konseli dengan cara menyadari, memahami dan mengembangkan agar tindakan dan perilaku sesuai dengan

³ Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling*, (Bandung: CV Pustaka Bani Quraisy, 2003),19.

⁴ Susi Wiji Utami, "*Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Pelecehan Seksual Pada Remaja di Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Universitas Muhammadiyah Purwokerto*," (Skripsi Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2016),114.

sistem nilai yang diharapkan baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungannya. Dengan teknik ini konseli di dorong dan dimodifikasi aspek kognitifnya agar dapat berpikir dengan cara yang rasional dan logis sehingga konseli dapat bertindak atau berperilaku sesuai sistem nilai yang diharapkan baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungannya.⁵

Dari penegasan judul yang penulis paparkan diatas peranan bimbingan konseling dalam mengurangi trauma akibat pelecehan seksual pada remaja dengan teknik *Cognitive Disputation* adalah layanan konseling Islam yang bertujuan untuk mengurangi tingkat trauma akibat pelecehan seksual di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung.

B. Latar Belakang Masalah

Pelecehan seksual merupakan salah satu masalah serius yang dapat memberikan dampak psikologis yang berkepanjangan pada remaja, mengganggu perkembangan emosional dan sosial mereka. Selain itu, rendahnya kesadaran dan pemahaman mengenai dampak pelecehan seksual pada remaja serta kurangnya dukungan yang mereka terima dalam mengatasi masalah ini telah menimbulkan ketidakpastian dalam upaya penyembuhan dan pemulihan remaja yang mengalami hal ini. Latar belakang masalah skripsi ini menyoroti kebutuhan mendesak untuk mengatasi masalah pelecehan seksual pada remaja melalui penerapan teknik *cognitive disputation* di UPTD Provinsi Lampung. Gejala seperti depresi, kecemasan, dan distress emosional yang sering kali terkait dengan trauma pelecehan seksual dapat menghambat kehidupan sehari-hari remaja yang mengalami hal ini dan memengaruhi kualitas hidup jangka panjang.

⁵ Afriza, Khairina. "Penerapan *Cognitive Disputation* Untuk Membantu Adaptasi Diri Terhadap Lingkungan Rehabilitasi, (Studi Khusus Dinas Sosial Surabaya)",(Skripsi. Surabaya UIN Sunan Ampel Surabaya.2018), 167.

Kondisi ini menjadi semakin mendesak di UPTD Provinsi Lampung, karena masih ada rendahnya kesadaran dan pemahaman mengenai dampak pelecehan seksual pada remaja. Kurangnya dukungan yang mereka terima dalam mengatasi masalah ini juga menciptakan ketidakpastian dalam upaya penyembuhan dan pemulihan mereka. Ini memicu kebutuhan yang lebih mendalam dan mendesak untuk memahami serta mengatasi trauma pelecehan seksual pada remaja di wilayah ini. Dalam konteks ini, penelitian ini memiliki urgensi yang signifikan. Melalui penerapan teknik *cognitive disputation*, penelitian ini berusaha untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang cara mengatasi gejala psikologis yang muncul akibat pelecehan seksual pada remaja. Hasil dari penelitian ini diharapkan akan memberikan panduan yang konkret kepada penyedia layanan di UPTD Provinsi Lampung, sehingga mereka dapat lebih efektif membantu remaja dalam mengurangi trauma, mengatasi gejala psikologis, dan memulai proses pemulihan mereka.

Penelitian ini, dengan demikian, berperan dalam mengubah paradigma dan memberikan solusi nyata terhadap masalah pelecehan seksual pada remaja di UPTD Provinsi Lampung, dengan tujuan akhir untuk menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi generasi muda di wilayah tersebut. *Cognitive Disputation* adalah metode yang digunakan oleh konselor untuk menghadapi keyakinan irasional dan kecemasan yang terkait. Tujuan dari metode ini adalah untuk mencegah terjadinya depresi, stres, dan serangan panik. Dalam upaya ini, konselor berusaha untuk mengubah keyakinan irasional yang dimiliki oleh konseli melalui perselisihan kognitif. Ketidaksepakatan ini dilakukan dengan cara mengajukan pendekatan rasional dan emosional untuk mengubah keyakinan irasional menjadi keyakinan yang lebih rasional. *Cognitive Disputation* memiliki potensi untuk mengubah pola pikir yang sulit dikendalikan oleh konseli, yang pada akhirnya dapat menciptakan perubahan positif dalam pandangan dan tujuan hidup mereka.

Dari hasil wawancara di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi

Lampung, ada beberapa masalah yang sering terjadi di (UPTD PPA) Provinsi Lampung yaitu, masalah trauma yang diakibatkan oleh pelecehan seksual. Jumlah yang sudah terdata di (UPTD PPA) pada tahun 2022 sampai Februari 2023 tersebut berjumlah 141 korban, yang terdiri dari 111 kasus remaja perempuan, 3 remaja laki-laki, dan 2 perempuan dewasa, berfokus pada penelitian yang di lakukan terhadap dua perempuan yang menjadi korban pemerkosaan di UPTD Provinsi Lampung. Kasus pemerkosaan merupakan salah satu kejahatan seksual yang sangat merusak, dan dua perempuan ini menjadi objek penelitian utama peneliti karena mereka telah mengalami trauma yang serius akibat keja di anter sebut. Kasus-kasus mereka mencerminkan urgensi penanganan kasus-kasus serupa dan menyoroti pentingnya pemahaman mendalam tentang dampak psikologis yang terkait dengan pelecehan seksual. Dengan menggali lebih dalam pada pengalaman mereka dan menerapkan teknik *cognitive disputation*, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pandangan yang lebih komprehensif tentang cara mengurangi dampak trauma dan membantu mereka dalam proses pemulihan. Dengan fokus pada dua kasus konkret ini, penelitiannya akan memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang kompleksitas masalah ini dan memberikan solusi yang lebih spesifik dalam konteks UPTD Provinsi Lampung.

C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

Agar penelitian ini dapat di lakukan lebih fokus, sempurna dan mendalam maka penulis membatasi permasalahan variable penelitiannya yaitu hanya berkaitan dengan “Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* Untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual Pada Remaja Studi Kasus di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung”, yang di rumuskan dalam sub focus penelitian sebagai berikut:

1. Peranan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual Studi Kasus Di Unit

Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung

2. Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual

D. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang di atas maka yang menjadi permasalahan yang akan di bahas dalam peneliti ini yaitu:

1. Bagaimana Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung?
2. Bagaimana Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung?

E. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah di atas maka tujuan yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui proses konseling Islam dengan teknik *Cognitive Disputation* dapat mengurangi trauma akibat pelecehan seksual remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung.
2. Untuk mengetahui Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang serta rumusan masalah di atas di harapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti sendiri dan juga bagi para pembaca, yaitu sebagai berikut:

1. Teoritis
 - a. Di harapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada para pembaca tentang Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung.
 - b. Dapat memberikan pengetahuan kepada para pembaca tentang bagaimana cara mengurangi trauma akibat pelecehan seksual remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung
2. Praktis
 - a. Sebagai acuan atau referensi untuk peneliti selanjutnya apabila meneliti tentang kasus yang hampir sama.
 - b. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk mengurangi trauma akibat pelecehan seksual.

G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Berkaitan dengan judul skripsi yang penulis teliti, penulis menemukan beberapa karya ilmiah yang memiliki keterkaitan dengan judul penelitian dan penulis tentang peranan bimbingan konseling untuk mengurangi trauma pada anak korban tindakan kekerasan seksual, diantaranya sebagai berikut:

1. Skripsi Helni Nurbaiti, Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada tahun 2022 dengan judul “Metode Konseling Individu Dalam

Mengurangi Trauma Pada Anak Korban Tindak Kekerasan Seksual Di UPTD (Unit Pelaksana Teknis Daerah) Kabupaten Kampar”.

- a. Hasil penelitian tersebut adalah peneliti menunjukkan bahwa Metode konseling individu Dalam Mengurangi Trauma Pada Anak Korban Tindak Kekerasan Seksual dengan menggunakan konseling individu, proses dan tahapan, antara lain: tahap awal di mana konselor dapat membangun hubungan konseling dengan anak (*building rapport*) untuk mengetahui kondisi anak. Tahap kedua, konselor mencoba menjelajahi dan mengeksplorasi masalah serta kepedulian anak dan lingkungannya dalam mengatasi masalah tersebut dengan beberapa ilmu yang telah dimiliki oleh para konselor. Di tahap akhir, strategi konselor dalam hasil proses konseling sudah bisa dilihat keberhasilannya dengan indikator menurunnya trauma anak.
 - b. Adapun kesamaan dalam penelitian yang ditulis tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang bentuk pelecehan seksual yang sering terjadi dan juga bagaimana cara mengatasi masalah tersebut dengan penggunaan konseling Islam.
 - c. Terdapat perbedaan yang jelas dalam penelitian terdahulu dengan penelitian penulis yaitu penelitian terdahulu menggunakan Metode Konseling Individu Dalam Mengurangi Trauma Pada Anak Korban Tindak Kekerasan Seksual Di UPTD (Unit Pelaksana Teknis Daerah) Kabupaten Kampar”.
2. Skripsi Dewi Frisca Nila Sari, Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, pada tahun 2020 dengan judul “Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Trauma Akibat Bullying Remaja di Bareng Jombang”.
- a. Hasil penelitian tersebut adalah pelaksanaan terapi ini dikatakan cukup berhasil, hal tersebut dapat dilihat dari

adanya perubahan yang terjadi pada diri konseli menjadi lebih baik. Perubahan yang dialami konseli yakni perasaan konseli yang seperti mengalami kembali kejadian traumatisnya menjadi berkurang, konseli sudah jarang terbayang-bayang akan pengalaman traumatisnya. Sehingga rasa tegang yang ia rasakan ketika dihadapkan pada peristiwa yang mengingatkannya akan kejadian trauma pun juga berkurang. Ia pun juga sudah tidak melakukan penghindaran ketika ia dihadapkan pada situasi yang sama yang mengingatkannya pada pengalaman traumatisnya. Konseli juga perlahan untuk mencoba tidak menarik diri dari lingkungannya.

- b. Adapun kesamaan dalam penelitian yang ditulis tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas trauma akibat *bullying* lalu cara mengurangi trauma dengan Teknik *Cognitive Disputation*.
 - c. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini adalah objek dan lokasi penelitian.
3. Skripsi Ainun, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, pada tahun 2018 dengan judul “Konseling Islam Melalui *Cognitive Behavior Therapy* untuk Menangani Trauma Seorang Anak Korban Pelecehan Seksual Fisik Di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur”.
- a. Hasil penelitian tersebut adalah penerapan konseling ini yang di jelaskan dalam tolak ukur perubahan konseli dari aspek kognitif, emosi, *behavior*, dan sosialnya itu konseli mampu mengolah status pemikiran yang negative menjadipositif, memulaiaktifitas yang bermanfaat, berkurangnya ketakutan dan kecemasan dalam dirinya, bersosialisasi dengan kembali melanjutkan sekolah untuk menunjang tercapainya impian dan cita-cita nya serta berani mengambil keputusan dsb.

- b. Adapun kesamaan dalam penelitian yang ditulis tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas peran bimbingan konseling.
- c. Sedangkan yang membedakan penelitian ini adalah objek, lokasi penelitian, dan metode yang digunakan.

H. Metode Penelitian

1. Jenis penelitian dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Jenis penelitian adalah suatu proses pengumpulan dan analisis data yang dilakukan secara sistematis dan logis untuk mencapai tujuan tertentu. Penelitian ini termasuk dalam penelitian kualitatif, yang dimana jenis data yang didapatkan adalah data non angka atau data yang diperoleh dalam bentuk kata melalui observasi dan wawancara yang peneliti lakukan.

b. Sifat penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang disusun dalam rangka memberikan gambaran secara sistematis tentang informasi ilmiah yang berasal dari subjek atau objek penelitian. Penelitian deskriptif berfokus pada penjelasan sistematis tentang fakta yang diperoleh saat penelitian dilakukan. Penelitian deskriptif juga merupakan sebuah penelitian yang memaparkan suatu karakteristik atau ciri tertentu dari sebuah fenomena atau permasalahan yang terjadi.⁶

2. Sumber Data

Sumber data adalah informasi yang didapatkan berasal dari mana yang gunanya melengkapi data yang diperlukan mengenai penelitian yang dilakukan. Sumber data merupakan faktor penting yang akan menjadi bahan

⁶ Anwar Sanusi, *Metodologi Penelitian Bisnis*, (Jakarta Selatan; Selemba Empat, 2011), 13.

pertimbangan dalam menentukan metode pengumpulan data. Sumber data dalam penelitian ini dari data primer dan data sekunder.

a. **Data Primer**

Sumber data primer diperoleh secara langsung dari sumber data aslinya berupa wawancara, pendapat dari individu atau kelompok (orang) maupun hasil observasi dari suatu objek, kejadian atau hasil pengujian.⁷ Data ini dihimpun dari konselor. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* adalah teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu, berdasarkan criteria berikut:

3. Kasubag UPTD PPA Provinsi Lampung (1 orang)
4. Konselor yang bertugas dalam proses konseling (1 orang)
5. Klien yang menjadi subjek penelitian dan telah menjalani rehabilitasi selama 2 tahun (2 orang).

Berdasarkan criteria diatas, maka yang menjadi informan dalam penelitian ini berjumlah 4 orang, yang terdiri dari 1 orang kasubag, 1 orang konselor dan 2 orang klien.

b. **Data sekunder**

Sumber data sekunder adalah data yang telah di kumpulkan untuk menyelesaikan masalah yang sedang di hadapi. Sumber data sekunder juga merupakan sumber data tambahan atau data pelengkap yang sifatnya untuk melengkapi data-data utama.⁸ Dalam penelitian ini data sekunder di dapatkan melalui orang-orang yang mendampingi korban selama rehabilitasi berlangsung, jadi

⁷ Haris Herdiyansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*,

(Jakarta Salemba Humanika, 2012), 9.

⁸ Wiratna Sujarweni, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2014), 74.

sebelum dan sesudah pendekatan yang di lakukan pada penelitian ini, orang terdekat klien bias melihat perubahannya.

3. Teknik Pengumpulan Data

Ada beberapa teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini dimana masing-masing teknik mempunyai kelebihan dan kekurangan sendiri-sendiri, sehingga penggunaan beberapa teknik pengumpulan data secara bersama-sama diharapkan dapat saling melengkapi satu sama lain. Dalam penelitian kualitatif teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah sebagai berikut:

a. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang menggunakan pertanyaan secara lisan kepada subjek penelitian.⁹ Saat mengajukan pertanyaan, peneliti dapat berbicara berhadapan langsung dengan responden atau jika hal ini tidak mungkin dilakukan, juga bisa melalui alat komunikasi. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur. Wawancara tidak terstruktur yaitu wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan. Dalam pelaksanaan wawancara hanya menggunakan pedoman dan garis besar dan dikembangkan ketika wawancara berlangsung. Dalam wawancara ini, peneliti mengambil data dari konselor yang ada di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung.

b. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun

⁹ Marheni Eka Saputri, *Pengertian Wawancara*, (jakarta, 2018), 1-2.

data penelitian melalui pengamatan dan penginderaan. Pada penelitian ini observasi yang digunakan yaitu observasi non partisipan dimana peneliti tidak ambil bagian secara langsung dalam kegiatan tetapi berperan sebagai pengamat. Metode observasi digunakan untuk mencari dan mengumpulkan data observasi tentang Konseling Islam dengan Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Trauma Akibat Pelecehan Seksual pada Remaja di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Cara dokumentasi biasanya dilakukan untuk mengumpulkan data sekunder dari berbagai sumber, baik secara pribadi maupun kelembagaan. Penulis menggunakan metode ini untuk mengumpulkan data yang bersifat dokumentasi seperti sejarah berdirinya UPTD PPA, visi dan misi, struktur kepengurusan UPTD, pelaksanaan kegiatan di UPTD PPA Provinsi Lampung. Metode dokumentasi ini digunakan untuk melengkapi data yang diperoleh dari wawancara dan observasi.

4. Teknik Analisis Data

Pengelolaan data mentah atau tidak terstruktur yang berasal dari data kuisioner kualitatif, data wawancara kualitatif, data primer, refleksi tertulis, dan catatan lapangan menjadi unit-unit bermakna yang terstruktur menjadi satu kesatuan hasil penelitian dikenal dengan istilah analisis data dalam penelitian kualitatif. Dalam penelitian kualitatif, analisis data memerlukan pengorganisasian data menjadi kesimpulan yang ringkas, terperinci, dan komprehensif untuk menghasilkan teori induktif berdasarkan data.

Miles dan Huberman Menyatakan bahwa teknik analisis data adalah suatu proses sistematis untuk mereduksi, menyajikan data, dan menyimpulkan dari data yang diperoleh agar dapat menarik kesimpulan yang valid.

a. Reduksi Data:

Identifikasi pola pikiran atau keyakinan negatif yang muncul sebagai dampak trauma akibat pelecehan seksual. Kumpulkan data tentang pengalaman individu terkait dengan trauma. Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan reduksi data dalam konteks ini bertujuan untuk merinci dan mengidentifikasi pola pikiran negatif yang berkaitan dengan trauma akibat pelecehan seksual. Dengan mengumpulkan data pengalaman individu, kita dapat mengidentifikasi elemen-elemen kunci yang mempengaruhi persepsi dan respons emosional terhadap pengalaman traumatis.

b. Penyajian Data:

Visualisasikan pola pikiran negatif menggunakan teknik penyajian data yang sesuai, misalnya, melalui grafik atau diagram. Tampilkan data dengan cara yang mempermudah pemahaman dampak trauma secara kognitif. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa penyajian data adalah Visualisasikan data yang telah dirangkum berdasarkan fakta yang ada di lapangan dalam bentuk narasi lalu teknik penyajian data yang sesuai, misalnya, melalui grafik atau diagram.

c. Penarikan kesimpulan berdasarkan perubahan pola pikiran atau keyakinan yang berhasil diatasi melalui teknik Cognitive Disputation. Evaluasi efektivitas pendekatan ini dalam mengurangi trauma akibat pelecehan seksual.

Kesimpulannya, melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan berdasarkan teknik Cognitive Disputation, dapat diidentifikasi pola pikiran negatif yang dapat diatasi untuk mengurangi trauma akibat pelecehan

seksual. Evaluasi menunjukkan bahwa pendekatan ini dapat efektif dalam membantu individu mengubah pola pikiran merugikan dan mendukung proses penyembuhan mereka.

Langkah selanjutnya adalah analisis data setelah semua data yang di perlukan telah dikumpulkan. Peneliti kualitatif ini akan menggunakan analisis kasus *Cognitive Disputation* dalam penelitiannya. Dalam metode ini, data yang telah diperoleh diolah, kemudian data tersebut di analisis dengan membandingkan cara konseling yang digunakan di dunia nyata dengan teori yang sudah ada. Selain itu peneliti akan membandingkan keadaan konseli sebelum dan sesudah proses konseling dilaksanakan.¹⁰

I. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dari penelitian ini secara keseluruhan terdiri dari tiga bagian yaitu: pertama, bagian formalitas yang terdiri dari halaman judul, abstrak, surat pernyataan keaslian, halaman persetujuan, halaman pengesahan, halaman motto, halaman persembahan, kata pengantar, daftar isi dan daftar tabel. Kedua, bagian isi yang terdiri dari lima bab sebagai berikut.

Bab I: Berisi tentang berisi tentang pendahuluan yang terdiri dari beberapa sub bab, yaitu : penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian, sistematika pembahasan.

Bab II: Berisi tentang landasan teori, pertama: yaitu pengertian dari konseling Islam sub pembahasan (pengertian konseling Islam, fungsi dan tujuan konseling Islam, unsur konseling Islam. Prinsip konseling Islam), kedua: *Cognitive Disputations* sub pembahasan

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2011), 234.

(pengertian *Cognitive Disputation*, langkah-langkah *Cognitive Disputation*), ketiga: trauma sub pembahasan (pengertian trauma, jenis-jenis trauma, ciri-ciri trauma) dan keempat: pelecehan seksual sub pembahasan (pengertian pelecehan seksual, ciri-ciri pelecehan seksual bentuk-bentuk pelecehan seksual)

Bab III: Berisi tentang deskripsi objek penelitian, pertama gambaran umum Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung sub pembahasan (sejarah Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung, dan tujuan dari Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Provinsi Lampung) dan kedua: penyajian fakta dan data penelitian

Bab IV: Berisi tentang analisis penelitiannya itu analisis data penelitian dan temuan penelitian

Bab V: Penutup bab ini merupakan bagian terakhir dari penulisan hukum yang berisi kesimpulan dan saran berdasarkan pembahasan yang telah diuraikan



BAB II

KONSELING ISLAM, *COGNITIVE DISPUTATION*, TRAUMA PELECEHAN SEKSUAL

A. Konseling Islam

1. Pengertian Konseling Islam

Menurut Musnamar, bimbingan islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup dunia dan akhirat.¹ Berdasarkan definisi ini, bimbingan islam merupakan proses bimbingan sebagaimana proses bimbingan lainnya, tetapi dalam segala aspek kegiatannya selalu berlandaskan ajaran islam yaitu sesuai dengan prinsip-prinsip Al-Qur'an dan Sunnah nabi Muhammad. SAW. Konseling Islam secara etimologi adalah memberikan arahan dan petunjuk bagi orang yang tersesat baik arahan tersebut berupa pemikiran orientasi kejiwaan maupun etika dan penerapan sesuai dan sejalan dengan jalan yang baik atau yang lebih baik darinya dan jauh dari semua bahaya.²

Dari penjelasan di atas, menurut Ahmad Mubarak, MA dalam bukunya *Konseling Agama Teori dan Kasus*, pengertian Bimbingan dan Konseling Islam adalah usaha memberikan bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yakni dengan membangkitkan kekuatan getaran batin (iman) di dalam dirinya untuk mendorongnya

¹ Musnamar, Thohari., *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), 5.

² Az Zahrani, Musfir Bin Zaid, *Konseling Terapi*, (Jakarta: Gema Insani, 2005), 6.

mengatasi masalah yang dihadapi.³ Sedangkan Syaiful Akhyar dalam bukunya *Konseling Islami* menyatakan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam merupakan layanan bantuan konselor kepada klien atau konseling untuk menumbuhkembangkan kemampuannya dalam memahami dan menyelesaikan masalah serta mengantisipasi masa depan dengan memilih alternatif tindakan terbaik demi mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat di bawah naungan ridha dan kasih sayang Allah SWT.⁴

Dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling Islam adalah pemberian bantuan kepada individu atau kelompok individu yang sedang mengalami kesulitan untuk membantu mereka secara bertahap mengatasi kesulitannya sendiri dan hidup sesuai dengan petunjuk dan ketentuan Allah. Dasar-dasar yang digunakan dalam konseling Islami adalah Al-Qur'an dan Sunnah Rasul, yang sama dengan yang digunakan dalam bentuk konseling lainnya. Inilah yang membedakan konseling Islami dengan bentuk konseling lainnya. Sebenarnya konseling dalam perspektif Islam bukanlah hal baru. Hal ini disebabkan karena ajaran Islam Rasulullah SAW yang terdapat dalam Al-Qur'an bertujuan untuk membantu manusia mencapai kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.

2. Fungsi dan Tujuan Konseling Islam

Bimbingan konseling Islam memiliki dua fungsi utama yaitu fungsi secara umum dan fungsi untuk berdakwah. Yaitu sebagai berikut :

- a. Fungsi secara umum yaitu berupaya untuk membantu konseli untuk mengatasi hambatan-hambatan yang terjadi dalam proses perkembangan dan pertumbuhan agar berjalan dengan lancar.

³ Mubarak, Ahmad, *Teori dan Kasus*,(Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2000), 4-

⁴ Lubis, Syaiful Akhyar, *Konseling Islami*,(Yogyakarta: eLSAQ Press, 2007),

- b. Sedangkan fungsi untuk berdakwah adalah bimbingan konseling Islam memberikan bantuan kepada individu maupun kelompok yang sedang mengalami kesulitan atau masalah dalam menjalani kehidupannya menggunakan pendekatan agama Islam dengan membangkitkan kekuatan iman agar mampu menyelesaikan permasalahannya. Maka dari itu, bimbingan konseling Islam merupakan bantuan yang bersifat mental spiritual. Dengan membangkitkan kekuatan iman, hal ini tentunya mengarah kepada dakwah untuk mengajak menjalin hubungan yang kuat dengan Allah SWT.⁵

Secara umum, fungsi konseling adalah membantu individu atau kelompok dalam mengatasi hambatan-hambatan yang muncul selama proses perkembangan dan pertumbuhan mereka, dengan tujuan agar proses tersebut berjalan lebih lancar. Di sisi lain, fungsi konseling Islam, atau bimbingan konseling Islam, memiliki fokus khusus pada memberikan bantuan kepada individu maupun kelompok yang mengalami kesulitan atau masalah dalam hidup mereka. Pendekatan ini menggunakan prinsip-prinsip agama Islam untuk memberikan arahan dan dukungan, dengan tujuan mengatasi masalah melalui penguatan iman. Dalam konteks ini, bimbingan konseling Islam tidak hanya berfungsi secara mental dan emosional, tetapi juga secara spiritual. Penguatan iman ini juga diarahkan untuk memperkuat hubungan individu atau kelompok dengan Allah SWT, sejalan dengan tujuan dakwah dalam Islam.

Jadi, inti dari fungsi konseling secara umum adalah membantu perkembangan individu atau kelompok, sedangkan fungsi konseling Islam khususnya bertujuan untuk memberikan bantuan dengan mengaplikasikan prinsip-prinsip

⁵ Pranajaya, Syatria Adymas, "Eksistensial Humanistik Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam,

Di Samarinda, Al-Ittizaan" *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Von. 3 No 7 (2020), 32-33.

agama Islam dan memperkuat aspek mental, emosional, serta spiritual dalam mengatasi masalah.

3. Unsur Konseling Islam

a. Konselor

Konselor merupakan pengampu pelayanan ahli bimbingan dan konseling. Bimbingan dan Konseling sebagai sebuah profesi digambarkan dengan tampilnya konselor yang dapat memberikan ketenteraman, nyaman dan harapan baru bagi klien. Untuk menjadi seorang konselor professional haruslah menampilkan sikap hangat, empati, jujur, menghargai, dan yang paling penting dapat dipercaya (terjaga kerahsiaan konseli).⁶

Ada tiga isu sentral dalam mendiskusikan tentang kualitas pribadi konselor, yaitu :pengetahuan, keterampilan dan kepribadian. Dari ketiga hal tersebut kepribadian merupakan hal yang paling penting meskipun yang lain juga tak kalah pentingnya dan ketiganya merupakan satu kesatuan yang tak dapat dipisahkan. Kualitas pribadi konselor merupakan faktor yang sangat penting dalam konseling. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas pribadi konselor menjadi factor penentu bagi pencapaian konseling yang efektif.

Di antara kompetensi konselor, yang dirasa paling penting adalah kualitas pribadi konselor, karena konselor sebagai pribadi harus mampu menampilkan jati dirinya secara utuh, tepat, dan berarti, serta membangun hubungan antar pribadi yang unik dan harmonis, dinamis, persuasif, dan kreatif, sehingga menjadi motor penggerak keberhasilan layanan bimbingan dan konseling. Dalam hal ini 'alat' yang paling penting untuk dipakai dalam pekerjaan seorang konselor adalah dirinya sendiri sebagai pribadi (*our self as a person*). Untuk mencapai tingkat

⁶Amallia Putri, Pentingnya Kualitas Pribadi Konselor Dalam Konseling Untuk Membangun Hubungan Antara Konselor Dan Konseling, Pontianak, *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 2016,10-13.

kepercayaan konseli agar mampu mencapai tujuan konseling yang telah di tetapkan, agar konseli dapat mengekspresikan diri, pengalaman dan perasaan nya secara bebas, sehingga pemahaman diri dan lingkungan nya akan semakin baik serta timbul keberanian untuk mengambil keputusan secara efektif, maka di perlukan kualitas hubungan antar pribadi yang baik dari konselor dalam konseling.⁷

b. Konseli

Konseli adalah seseorang yang mempunyai masalah dan meminta bantuan kepada seorang konselor untuk mengatasi masalah tersebut. Konseli setidaknya sedang mengalami sesuatu yang ingin dia sampaikan kepada orang lain. Klien menanggung semacam beban, uneg-uneg, atau mengalami suatu kekurangan yang ingin diisi; atau ada suatu yang ingin dan atau perlu dikembangkan pada dirinya. Semuanya agar dia mendapatkan suasana pikiran dan/atau perasaan yang lebih ringan, memperoleh nilai tambah, hidup lebih berarti, dan hal-hal positif lainnya selama menjalani hidup sehari-hari dalam rangka kehidupan dirinya secara menyeluruh. Konseli adalah semua individu yang memperoleh pelayanan konseling, atau mendapatkan bantuan secara profesional oleh konselor atas kemauan sendiri ataupun permintaan orang lain. Konseli yang datang atas kemauan sendiri karena memiliki kesadaran bahwa dirinya memiliki masalah yang memerlukan bantuan seorang ahli untuk mengatasinya.⁸

Sementara konseli yang datang atas permintaan orang lain, seperti permintaan dari orang tua atau guru/wali kelas, karena dia tidak mengetahui masalah yang dihadapinya, bisa jadi karena kurangnya kesadaran

⁷ Ibid. 11-12

⁸ Azmi Mustaqim, "Treatment Bagi Pengemis Pada Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Dan Laras

Yogyakarta". *Jurnal Counsellia*, Vol. 7 No. 1 (2017), 23.

diri. Karenanya, pelaksanaan konseling yang efektif sangat dipengaruhi oleh bagaimana karakteristik konseli maupun konselor, dan bagaimana proses konseling menjadi kreatif.⁹

Seorang konseli adalah individu yang sedang menghadapi persoalan dalam hidupnya dan meminta bantuan serta arahan dari seorang konselor untuk mengatasi tantangan tersebut. Konseli dapat sedang melalui fase dimana ada hal yang ingin dia sampaikan kepada orang lain, mungkin mengenai perasaannya, pikiran yang membebani, atau kekurangan yang dirasakannya. Dalam peran ini, konseli membawa beban emosional, perasaan yang terpendam, atau kekosongan yang ia harapkan bisa terisi; atau bahkan terdapat aspirasi dan potensi yang ingin diperluas atau ditingkatkan dalam dirinya.¹⁰

Proses ini bertujuan untuk memberikan konseli pengalaman mental dan emosional yang lebih enteng, menghadirkan peningkatan nilai bagi dirinya sendiri, serta memberikan makna yang lebih mendalam pada kehidupannya. Dengan berlangsungnya proses ini, harapannya konseli akan memperoleh pandangan baru, pemahaman yang lebih mendalam, dan berbagai dampak positif lainnya, yang semuanya dapat membantu menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih baik dan berarti. Seluruh interaksi ini terjadi dalam konteks proses konseling, di mana konseli dan konselor saling terikat dalam perjalanan ke arah penemuan diri yang holistik dalam menjalani rentang kehidupannya.

⁹ Ibid. 35.

¹⁰ Ahmad, Nauri, "Konseli, Konselor, dan Konseling Dalam mengurangi Kenakalan Remaja Di Sekolah Menengah Pertama, Kerawang". *Jurnal Konseli, Konselor, dan Konseling*, Vol. 9 No. 4 (2020), 45.

c. Masalah yang di hadapi

Ketika klien datang ke sesi konseling, berbagai jenis masalah dapat muncul. Beberapa masalah umum yang sering ditemui oleh konselor dalam praktik konseling. Meliputi¹¹

1. Masalah Kesehatan Mental :

Trauma akibat pelecehan seksual adalah salah satu jenis masalah yang sering kali menjadi fokus dalam konseling. Individu yang mengalami trauma akibat pelecehan seksual sering mencari bantuan dari konselor untuk membantu mereka mengatasi dampak emosional dan psikologis yang diakibatkan oleh pengalaman tersebut. Pelecehan seksual dapat meninggalkan bekas luka emosional yang mendalam, termasuk gangguan stress pasca trauma, depresi, kecemasan, dan masalah hubungan interpersonal. Konselor dapat memberikan ruang aman bagi klien untuk berbicara tentang pengalaman mereka, merasa di dengarkan, dan mendapatkan dukungan dalam menghadapi dampak negative dari trauma tersebut. Konselor yang memiliki pelatihan khusus dalam bidang trauma dan pelecehan seksual akan bekerja dengan klien untuk membantu mereka mengatasi gejala-gejala yang mungkin muncul, mengembangkan strategi untuk mengelola emosi yang kuat, dan membantu klien dalam proses penyembuhan. Terapi yang berfokus pada trauma, seperti terapi trauma berpusat pada sensori-motor, terapi berbasis pengakuan, atau terapi EMDR (*Eye Movement Desensitization and Reprocessing*), dapat digunakan untuk membantu klien mengatasi dampak pelecehan seksual dan memulihkan diri secara bertahap.

¹¹ Diana Vidya Fakhriyani , “Bimbingan Mental Spiritual Bagi Remaja Putus Sekolah Terlantar Di

Panti Pelayanan Sosial Anak Wira Adhi Karya Ungaran”. *Jurnal Kesehatan Mental*, Vol. 8 No. 4 (2022), 34.

Kecemasan dan Gangguan Kecemasan: Klien dapat mengalami kecemasan yang berlebihan atau gangguan kecemasan seperti gangguan panik, gangguan kecemasan sosial, atau gangguan kecemasan umum.

Kesehatan mental merupakan salah satu kajian dalam ilmu kejiwaan yang sudah di kenal sejak abad-19, seperti di Jerman tahun 1875 M. Kesehatan mental sebagai suatu kajian ilmu jiwa walaupun dalam bentuk sederhana. Pada pertengahan abad ke-20 kajian mengenai kesehatan mental sudah jauh berkembang dan maju dengan pesat sejalan dengan kemajuan ilmu dan teknologi modern (Ramayulis). Ia merupakan suatu ilmu yang praktis dan banyak di praktikkan dalam kehidupan manusia sehari-hari, baik dalam bentuk bimbingan dan konseling yang di laksanakan di semua aspek kehidupan individu, misalnya dalam rumah tangga, sekolah-sekolah, lembaga-lembaga pendidikan dan dalam masyarakat. Hal ini dapat dilihat misalnya, dengan berkembangnya klinik-klinik kejiwaan dan munculnya lembaga-lembaga pendidikan Kesehatan mental. Semuanya ini dapat menjadi pertanda bagi perkembangan dan kemajuan ilmu kesehatan mental.

2. Depresi:

Klien mungkin menghadapi perasaan sedih yang mendalam, kehilangan minat, dan energi yang rendah. Depresi merupakan kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan kesedihan yang amat sangat, perasaan tidak berarti dan bersalah (menarik diri, tidak dapat tidur, kehilangan selera, minat dalam aktivitas sehari-hari), dalam Gerald C. Davison Menurut Rice. Depresi adalah gangguan mood, kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang. Pada umumnya mood yang

secara dominan muncul adalah perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan. Menurut Iyus Yosep, depresi adalah salah satu bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan (afektif, mood) yang ditandai kemurungan, kesedihan, kelesuan, kehilangan gairah hidup, tidak ada semangat, dan merasa tidak berdaya, perasaan bersalah atau berdosa, tidak berguna dan putus asa. Chaplin, mendefinisikan depresi pada dua keadaan, yaitu pada orang normal dan pada kasus patologis. Pada orang normal, depresi merupakan keadaan kemurungan (kesedihan, kepatahan semangat) yang ditandai dengan perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan, dan pesimis menghadapi masa yang akan datang. Sedangkan pada kasus patologis, depresi merupakan ketidakmauan ekstrim untuk mereaksi terhadap perangsang, disertai menurunnya nilai diri, delusi ketidakpasan, tidak mampu dan putus asa.¹²

3. Gangguan *Mood*:

Gangguan *Mood* adalah kategori kondisi mental yang memengaruhi suasana perasaan atau *mood* seseorang secara signifikan. Dalam lingkup ini, ada dua jenis gangguan *mood* yang sering ditemui: gangguan bipolar dan gangguan depresi mayor.

4. Gangguan Bipolar:

Gangguan bipolar, juga dikenal sebagai gangguan bipolar I atau bipolar II, ditandai dengan perubahan ekstrem antara episode mania dan episode depresi. Selama episode mania, klien bias merasa sangat bersemangat, memiliki tingkat energi yang tinggi, serta merasa tidak perlu tidur. Pikiran mereka mungkin berlari cepat dan impulsif, kadang-kadang mengarah pada pengambilan keputusan yang tidak

¹² Aries Dirgayunita, Depresi Ciri, Penyebab dan Penangannya, *Jurnal gangguan Kesehatan mental*, Vol. 1 No. 1 (2016), 4.

bijaksana. Episode mania ini sering diikuti oleh episode depresi, di mana klien merasa sangat sedih, kehilangan minat pada kegiatan yang biasanya mereka nikmati, dan mungkin mengalami energi yang sangat rendah.

5. Gangguan Depresi Mayor:

Gangguan depresi mayor, yang juga dikenal sebagai depresi klinis atau depresi mayor unipolar, adalah kondisi di mana klien mengalami episode depresi yang berlangsung selama periode yang signifikan. Selama episode depresi mayor, klien merasakan perasaan sedih yang mendalam dan menetap, kehilangan minat atau kenikmatan dalam aktivitas, perubahan pola tidur dan nafsu makan, serta energi yang rendah. Mereka mungkin merasa tidak berharga atau bersalah tanpa alasan yang jelas, dan seringkali mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi atau membuat keputusan. Kedua jenis gangguan mood ini dapat berdampak signifikan pada cara klien berpikir, merasakan, dan berinteraksi dengan dunia di sekitarnya.

Gangguan bipolar memunculkan fluktuasi drastic antara tingkat energi yang tinggi dan rendah, sementara gangguan depresi mayor menimbulkan perasaan sedih dan kehilangan minat yang intens. Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa depresi merupakan gangguan emosional atau suasana hati yang buruk yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti. Sehingga seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) tersebut dapat mempengaruhi motivasi

untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari maupun pada hubungan interpersonal.¹³

Dalam praktiknya, masalah-masalah ini bias muncul dalam beragam bentuk, seperti konflik personal, ketidak pastian dalam pengambilan keputusan, kesulitan dalam mengatasi emosi, hambatan dalam berinteraksi sosial, atau tantangan dalam mencapai pertumbuhan pribadi dan hal-hal yang disebutkan di atas. Konselor, dengan pengalamannya dan pengetahuannya, membantu konseli mengidentifikasi, menganalisis, dan merumuskan langkah-langkah untuk mengatasi atau mengelola masalah-masalah ini.

Tidak hanya terbatas pada satu bidang kehidupan, masalah dapat timbul dari berbagai sektor, termasuk hubungan interpersonal, karier, kesehatan mental, perkembangan diri, dan lain sebagainya. Dalam upaya membantu konseli mencapai keseimbangan dan pertumbuhan holistik, konselor akan menerapkan pendekatan yang sesuai untuk menangani masalah-masalah yang spesifik dan berkaitan dengan beragam bidang kehidupan tersebut.

4. Prinsip Konseling Islam

Secara teknis, praktek konseling Agama dapat menggunakan instrument yang dibuat oleh bimbingan dan konseling modern, tetapi secara filosofis, konseling agama harus berdiri di atas prinsip-prinsip ajaran Islam, antara lain.

- a. Bahwa nasihat itu merupakan salah satu pilar agama, seperti yang tersebut dalam hadits; bahwa agama adalah nasehat. Menurut Al-Nawawi, nasehat adalah perkataan yang mengandung makna komprehensif, yang mendorong kebaikan kepada yang dinasehati.

¹³ Ibid, 4.

- b. Bahwa konseling kejiwaan adalah merupakan pekerjaan yang mulia, karena bernilai membantu orang lain mengatasi kesulitan.
- c. Konseling agama harus dilakukan sebagai pekerjaan ibadah yang dikerjakan semata mata mengharap ridha Allah.
- d. Uli al Amri atau pemerintah berkewajiban mendukung program-program konseling misalnya memberi fasilitas atau membuka program pendidikan konseling agama. Setiap muslim yang memiliki kemampuan bidang konseling memiliki tanggung jawab moral dalam pengembangan konseling agama.
- e. Tujuan praktis konseling agama ialah mendorong klien agar selalu ridha terhadap hal-hal yang bermanfaat dan alergi terhadap hal-hal yang madlarat.
- f. Konseling agama juga menganut prinsip bagaimana klien dapat menarik keuntungan dan menolak kerusakan.
- g. Meminta bantuan konselor agama hukumnya wajib bagi setiap orang yang membutuhkan.
- h. Memberikan bantuan psikologis/konseling agama hukumnya wajib bagi konselor yang sudah mencapai derajat spesialis.
- i. . Proses pemberian konseling harus sejalan dengan tuntunan syariat Islam
- j. Suatu kepribadian yang bersifat individual tersebut terbentuk dari dua faktor yaitu pengaruh dari dalam dan pengaruh dari luar.

- k. Pada dasarnya manusia memiliki kebebasan untuk memutuskan sendiri perbuatan baik yang akan dipilih, dan bahkan juga memiliki kebebasan untuk melakukan perbuatan maksiat secara sembunyi-sembunyi tetapi ia berdosa.
- l. Tidak ada orang yang diberi kebebasan untuk melakukan perbuatan maksiat atau perbuatan destruktif secara terang-terangan, yang mengganggu pikiran dan perasaan orang lain, langsung atau tidak langsung, atau perbuatan yang menjurus pada kekejian yang merusak masyarakat.¹⁴

5. Langkah-langkah Konseling Islam

Berikut langkah-langkah yang dilakukan dalam konseling islam:

- a. Identifikasi masalah Pada identifikasi masalah konselor mencari tahu apa saja masalah yang dialami oleh konseli. Berdasarkan dari pengumpulan data konselor yang berupa observasi langsung dan wawancara terhadap orang-orang terdekat konseli, konselor mengidentifikasi bahwa perilaku yang sering nampak pada konseli.
- b. Diagnosis Diagnose adalah langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta latar belakangnya. Dari hasil identifikasi konselor, maka langkah selanjutnya adalah menentukan apa yang dialami konseli.
- c. Prognosis Prognosa merupakan langkah menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilakukan untuk menyelesaikan masalah.
- d. *Treatment* Pada tahap ini konselor melakukan pelaksanaan treatment yang sudah ditetapkan sebelumnya.

¹⁴ Achmad Mubarak, *Konseling Agama dan Teori Kasus*. (Jakarta; Kencana, 2007), 76-77.

- e. *Follow up* Tahap ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana bimbingan konseling yang telah dilakukan mencapai hasilnya. Pada tahap ini konselor melihat perkembangan konseli selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh¹⁵.

B. Cognitive Disputation

1. Pengertian Cognitive Disputation

REBT merupakan terapi kognitif behavior yang dapat mengubah pemikiran, emosi, dan perilaku individu yang salah mengenai sesuatu gagasan yang di landaskan dari pikiran-pikiran yang tidak rasional. REBT memberikan pertimbangan-pertimbangan rasional agar individu tidak lagi berpikir secara tidak rasional (irasional).¹⁶

Konselor menggunakan teknik REBT seperti disputasi kognitif untuk membantu klien mengenali dan mengubah pemikiran irasional mereka. konselor juga bekerja dengan klien untuk mengidentifikasi pola pikir yang merugikan dan membantu mereka mengembangkan strategi berpikir yang lebih sehat. Dengan pendekatan REBT, diharapkan bahwa klien dapat beranjak dari rasa trauma mereka dan menjadi lebih terbuka dengan orang-orang di sekitarnya. Klien akan mampu menghadapi tantangan hidup dengan lebih positif dan rasional. REBT adalah pendekatan konseling yang kuat yang membantu individu mengubah pemikiran irasional menjadi pemikiran yang lebih rasional dan sehat. Dengan menggunakan pendekatan REBT dan berfokus pada *rational-nya*, membantu peneliti menyelesaikan penelitian di PPA Provinsi Lampung.

¹⁵ Thohirin, *Bimbingan dan Konseling Islam di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*, (Jakarta: Rajawali Press), 301-305.37

¹⁶ Eva Yulpa Nadila, "Analisis Konseling Rational-Emotive Behavior Therapy Dalam Pendidikan", *Jurnal Rational-Emotive Behavior Therapy*, Vol 1 No 2 (2021), 100.

Dispute Cognitive merupakan salah satu teknik yang dapat di terapkan apabila peneliti menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengatasi permasalahan subjek. Teknik dalam pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* sendiri dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu teknik kognitif, teknik imajeri, dan teknik behaviorial atau tingkah laku. Dari pengelompokan teknik subjek tersebut, teknik subjek yang *dispute kognitif* termasuk ke dalam kelompok teknik kognitif. *Dispute Cognitive* tidak hanya metode yang rasional atau kognitif, tetapi juga metode yang berkaitan dengan emosional untuk mengubah keyakinan irasional menjadi rasional. *Dispute Cognitive* merupakan usaha yang dilakukan oleh peneliti dalam mengubah keyakinan irasional subjek.¹⁷

Teknik-teknik Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) Teknik konseling dengan pendekatan rasional emotif behavior dapat di kategorikan menjadi tiga kelompok, yaitu: teknik kognitif, teknik imajeri, teknik behavior atau tingkah laku yang di sesuaikan dengan kondisi konseli. Setiap konselor dapat menggabungkan teknik-teknik tersebut. Menurut Komalasari, teknik-teknik dalam *rational emotive behaviour therapy* di antaranya, yaitu:

- a. Teknik Kognitif *Dispute kognitif (cognitive disputation)*, adalah usaha untuk mengubah keyakinan irasional konseli melalui *philosophical persuasion, didactic presentation, socratic dialogue, vicarious experiences*, dan berbagai ekspresi verbal lainnya. Teknik untuk melakukan *cognitif disputation* adalah dengan bertanya (*questioning*).
- b. Analisis rasional (*rational analysis*), teknik untuk mengajarkan konseli bagaimana membuka dan mendebat keyakinan irasional.

¹⁷ Erly Yunital , "Counsnesia Indonesian" *Jurnal Of Guidance And Counseling*, Vol 3 No 2 (2022), 7-8.

- c. *Dispute* standard ganda (*double standard dispute*), mengajarkan konseli melihat dirinya memiliki standar ganda tentang diri, orang lain, dan lingkungan sekitar.
- d. Skala katastropi (*catastrophe scale*), membuat proporsi tentang peristiwa-peristiwa yang menyakitkan. Misalnya, dari 100% buatlah persentase peristiwa yang menyakitkan, urutkandari yang paling tinggi persentasenyasampai yang paling rendah.
- e. *Devil's advocate* (*rational role reversal*), meminta konseli untuk memainkan peran yang memiliki keyakinan rasional sementara konselor memainkan peran menjadi konseli yang irasional. Konseli melawan keyakinan irasional konselor dengan keyakinan rasional yang sesuai.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan Teknik *cognitive disputation* yang berfokus pada *rational* atau pikiran konseli disebabkan oleh trauma akibat pelecehan seksual. *Cognitive disputation* adalah teknik untuk mengubah keyakinan irasional menjadi keyakinan rasional. Salah satu bentuk keyakinan irasional yang diidentifikasi oleh Ellis adalah lari dari kesulitan dan tanggung jawab lebih mudah daripada menghadapinya. Teknik-teknik konseling atau terapi berdasarkan pendekatan kognitif memegang peranan utama dalam konseling *rational-emosional*. Teknik-teknik ini digunakan dengan maksud untuk mengubah system keyakinan yang irasional klien serta perilaku perilakunya yang negatif.¹⁸

- a. Pertanyaan-pertanyaan untuk melakukan dispute logis
Apakah itu logis? Apa benar begitu? Mengapa tidak? Mengapa harus begitu? Apa yang kamu maksud dengan kalimat itu? Mengapa itu adalah perkataan yang tidak benar? Apakah itu bukti yang kuat? Jelaskan kepada saya kenapa... Mengapa itu harus begitu? Di mana aturan itu

¹⁸ Afriza, Khairina, "Penerapan *Cognitive Disputation* Untuk Membantu Adaptasi Diri Terhadap

Lingkungan Rehabilitasi (Studi kasus di Dinas Sosial Provinsi Surabaya)", (skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya 2019), 7.

tertulis? Apakah kamu bias melihat ketidak konsisten kan keyakinan kamu? Mengapa kamu harus begitu? Sekarang kita liat kembali, kamu melakukan hal yang buruk. Sekarang mengapa kamu harus tidak melakukan itu?

- b. Pertanyaan untuk *reality testing* Apa buktinya? Apa yang akan terjadi kalau...? Mari kitabicara kenyataannya. Apa yang dapat diartikan dari cerita kamu tadi? Bagaimana kejadian itu bias menjadi sangat menakutkan/menyakitkan.
- c. Pertanyaan untuk *pranatic disputation* Selama kamu meyakini hal tersebut, akan bagaimana perasaan kamu? Apakah ini berharga untuk di pertahankan? Apa yang akan terjadi bila kamu berpikir demikian? (Welen dalam Komalasari dkk).

Seperti yang di jelaskan di atas, menurut penulis *Cognitive disputation* adalah teknik dalam konseling *rational-emotive* yang bertujuan mengubah keyakinan irasional menjadi keyakinan rasional. Salah satu contoh keyakinan irasional yang di identifikasi oleh Ellis adalah kecenderungan untuk menghindari kesulitan dan tanggung jawab dari pada menghadapinya. Teknik-teknik konseling berbasis pendekatan kognitif memainkan peran penting dalam mengimplementasikan pendekatan *rational-emotive* ini.

- a. Pertanyaan-pertanyaan untuk melakukan dispute logis di rancang untuk merangsang pemikiran kritis pada klien:

Apakah itu logis?, Apa benar begitu?, Mengapa tidak?, Mengapa harus begitu?, Apa yang kamumaksuddengankalimatitu?,

Mengapaituadalahperkataan yang tidak benar?, Apakah itu bukti yang kuat?, Jelaskan kepada saya kenapa..., Mengapaituharusbegitu?, Di mana aturanitutertulis?, Apakah kamu bias melihat ketidak konsistenan keyakinan kamu?, Mengapa kamu harus begitu?, Sekarang kita lihat kembali, kamu melakukan hal yang buruk. Sekarang mengapa kamu harus tidak melakukan itu?

- b. Pertanyaan untuk *reality testing* membantu mengaitkan keyakinan dengan realitas:

Apa buktinya?, Apa yang akan terjadi kalau...?, Mari kitabicara kenyataannya., Apa yang dapat diartikan dari cerita kamu tadi?, Bagaimana kejadian itu bias menjadi sangat menakutkan/ menyakitkan?

- c. Pertanyaan untuk praktik *disputation* memandu klien dalam merenung tentang konsekuensi dan nilai dari keyakinan mereka:

Selama kamu meyakini hal tersebut, bagaimana perasaan kamu?, Apakah ini berharga untuk dipertahankan?, Apa yang akan terjadi bila kamu berpikir demikian?

Dengan menggunakan teknik-teknik ini, konselor dapat membantu klien mengidentifikasi, menganalisis, dan mengubah pola pikir yang tidak sehat dan keyakinan irasional, yang pada gilirannya berdampak positif pada perilaku dan respons emosional mereka.

2. Tahapan *Cognitive Disputation*

Berikut merupakan tahap-tahap implementasi teknik *cognitive disputation* yang dapat diterapkan dalam kegiatan konseling:¹⁹

- a. Tahap pertama

Proses dimana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan irrasional. Proses ini membantu klien memahami bagaimana dan mengapa dapat terjadi irrasional. Pada tahap ini konseli diajarkan bahwa mereka mempunyai potensi untuk mengubah hal tersebut.

¹⁹ Nurul Faizah, Kamaruddin, Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) dalam Menangani Kecemasan Pada Ekstrapiramidal Sindrom Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. (Skripsi, Fakultas Dakwah UIN Sunan Ampel Surabaya, 2017). 51.

b. Tahap kedua

Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah. Pada tahap ini konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan cara berpikir secara rasional. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar. Sebelum mengidentifikasi pikiran negatif, pertama-tama konseli diminta apakah dirinya menentukan pilihan dalam hidupnya atau membiarkan situasi yang menentukan hidupnya. Berdasarkan evaluasi konseli terhadap pengalamannya tersebut, konseli kemudian diajak untuk mengeksplorasi ide-ide yang rasional serta mengenali reaksi yang muncul bila berhadapan dengan situasi tersebut. Konseli perlu memahami rantai pikiran, perasaan serta perilaku pada situasi yang membuat dia cenderung tidak mampu untuk beradaptasi. Setelah mengetahui pikiran negatif, konselor memberikan pertanyaan menantang untuk mengubah pikiran negatif menjadi positif melalui pertanyaan yang logis, realita dan pragmatis. Dari hasil tersebut diharapkan peneliti dapat membantu konseli untuk memahami mengapa konseli memiliki pikiran negatif dan kesulitan dalam menghadapi masalah yang terjadi.

c. Tahap Ketiga

Tahap ketiga, ialah tahap terakhir, konselor membantu konseli untuk mengembangkan pikiran rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional. Dalam penelitian ini, konseli perlu menyadari bahwa suatu kejadian dapat dimaknai secara berbeda-beda. Setelah dapat mengidentifikasi pikiran irasional terhadap suatu situasi, konseli kemudian diajak untuk memunculkan perilaku maupun perasaan yang positif. Dengan bantuan

peneliti, konseli diajak untuk terus berpikir positif dan menentang pikiran negatifnya. Secara khusus, terdapat beberapa langkah intervensi konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT), yaitu:

- 1) Bekerjasama dengan konseli Konselor membangun hubungan dengan konseli yang dapat dicapai dengan mengembangkan empati, kehangatan dan penghargaan. Pada pendekatan disini konselor memperhatikan tentang “*secondary disturbances*” atau hal yang mengganggu konseli dengan mendorong konseli untuk mencari bantuan.
- 2) Melakukan asesmen terhadap masalah, orang dan situasi. Pada pendekatan ini, konselor mulai mengidentifikasi pandanganpandangan tentang apa yang menurut konseli salah, kemudian memperhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini. Konselor mulai mengidentifikasi latar belakang personal dan sosial, kedalaman masalah, hubungan dengan kepribadian individu, dan sebab-sebab non-psikis seperti: kondisi fisik dan lingkungan.
- 3) Mempersiapkan konseli untuk terapi mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan motivasi konseli untuk berubah dan membicarakan pendekatan yang akan digunakan dan implikasinya.
- 4) Mengimplementasikan program penanganan Konselor menganalisa episode spesifik dimana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang terlibat dalam masalah, dan mengembangkan homework.
- 5) Mengevaluasi kemajuan menjelang akhir intervensi, konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berpikir atau perubahan tersebut disebabkan oleh faktor lain.

- 6) Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling mempersiapkan konseli untuk mengakhiri proses konseling dengan menguatkan kembali hasil yang sudah dicapai. Selain itu, mempersiapkan konseli untuk dapat menerima adanya kemungkinan dan kemunduran dari hasil yang sudah dicapai atau kemungkinan mengalami masalah dikemudian hari.

C . Trauma

1. Pengertian Trauma

Trauma berasal dari bahasa Yunani “*tramatos*” yang artinya luka. Dalam kamus konseling Traumatik adalah pengalaman dengan tiba-tiba mengejutkan yang meninggalkan kesan yang mendalam pada jiwa seseorang sehingga dapat merusak fisik maupun psikologis. Pengalaman-pengalaman traumatik juga bias membentuk sikap pribadi seseorang.²⁰

Pengertian trauma adalah cedera fisik dan psikis, kekerasan yang mengakibatkan cedera. Trauma di bagi dua jenis, antaranya:

- a. Trauma Fisik : trauma yang mengakibat luka fisik, misalnya kecelakaan pukulan lain-lain
- b. Trauma Psikologis : trauma yang disebabkan kejadian yang melukai batin dan melibat peran atau emosi. Misalnya, sering di bandin-banding kan, sering dicaci maki dan di labeli perceraian, kekerasan seksual, dan lain-lain

Meskipun keduanya memiliki potensi dampak yang sama, tetapi trauma psikologis membekas lebih dalam dan berdampak lebih buruk. Peristiwa yang berpotensi menyebabkan trauma antara lain:

²⁰ Acanto Mendatu, *Strategi Penyembuhan Trauma Untuk Diri Sendiri, Anak, Orang Lain di Sekitar Anda*, (Yogyakarta: Panduan, 2010),15-16.

- a. Menyaksikan sebuah peristiwa kekerasan atau mengerikan itu berulang-ulang menghadapi situasi yang mengerikan
- b. Kekerasan dalam rumah tangga atau pasangan-intim
- c. Perkenaan atau pelecehan seksual
- d. Serangan tiba-tiba atau pembajakan
- e. Perilaku kekerasan di tempat umum, di sekolah atau di tempat kerja Kecelakaan mobil atau kebakaran Bencana alam, seperti gempa bumi Kejadian kecelakaan besar, seperti kecelakaan pesawat terbang atau serangan teroris
- f. Bencana yang di sebabkan oleh kesalahan manusia, seperti kecelakaan industry
- g. Veteran perang atau korban perang sipil
- h. Kematian mendadak salah satu anggota keluarga atau orang yang di cintai

Orang yang ditinggal dan dikhianati oleh orang dekat.²¹

Dari pengertian di atas, penulis menyimpulkan pengertian dari trauma adalah Trauma merupakan hasil dari cedera fisik dan psikis yang di akibatkan oleh kekerasan atau peristiwa traumatis. Trauma dapat di bagi menjadi dua jenis utama, yaitu trauma fisik yang melibatkan luka fisik seperti akibat kecelakaan atau pukulan, dan trauma psikologis yang berhubungan dengan kejadian yang melukai batin, emosi, atau identitas individu. Meskipun keduanya memiliki potensi dampak yang serupa, trauma psikologis memiliki dampak yang lebih mendalam dan berdampak lebih negatif. Beberapa peristiwa atau situasi memiliki potensi besar untuk menyebabkan trauma, seperti menyaksikan peristiwa mengerikan berulang kali, menghadapi situasi mengerikan, kekerasan dalam rumah tangga, pelecehan seksual, serangan

²¹ Dewi Frisca Nila Sari, “Konseling Islam Dengan Teknik *Cognitive Disputation* Untuk Mengurangi Trauma Akibat *Bullying* Remaja” (Studi kasus di Bareng Jombang)”, (skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2020) 10-11.

tiba-tiba, perilaku kekerasan di tempat umum atau lingkungan kerja, serta kecelakaan mobil atau kebakaran. Bencana alam, peristiwa besar seperti kecelakaan pesawat atau serangan teroris, serta bencana yang disebabkan oleh kesalahan manusia juga termasuk dalam peristiwa yang berpotensi menyebabkan trauma.

Penting untuk di ingat bahwa trauma, terutama trauma psikologis, dapat memiliki dampak jangka panjang yang signifikan pada kesejahteraan individu. Oleh karena itu, pemahaman tentang sifat trauma dan upaya untuk mengatasi dampaknya melalui dukungan psikologis dan terapi sangatlah penting.

2. Faktor Penyebab Trauma

Faktor-faktor penyebab trauma terbagi atas 2 bagian, yaitu:

a. Faktor Internal

Secara sederhana, trauma dirumuskan sebagai gangguan kejiwaan akibat ketidakmampuan seseorang mengatasi persoalan hidup yang harus di jalannya, sehingga yang bersangkutan bertingkah secara kurang wajar. Berikut ini penyebab yang mendasari timbulnya trauma pada diri seseorang.²²

- 1) Kepribadian yang lemah dan kurangnya percaya diri sehingga menyebabkan yang bersangkutan merasa rendah diri.
- 2) Terjadi konflik social budaya akibat adanya norma yang berbeda antara dirinya dengan lingkungan masyarakat.
- 3) Pemahaman yang salah sehingga memberikan reaksi berlebihan terhadap kehidupan sosial dan juga sebaliknya terlalu rendah. Proses-proses yang di ambil

²² Abu A hmadi dan Ahmad Rohani, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah* , (Jakarta, Lemlit UIN Hidayatullah 2015)

oleh seseorang dalam mengahasapi kekuatan mental, sehingga mendorong nya kearah positif.

b. Faktor Eksternal (Fisik)

Adapun factor eksternal tersebut adalah

- 1) Faktor orang tua dalam bersosialisasi dalam kehidupan keluarga. Terjadinya penganiayaan yang menjadikan luka atau trauma fisik
- 2) Kejahatan atau perbuatan yang tidak bertanggung jawab yang mengakibatkan trauma fisik dalam bentuk luka pada badan dan organ pada tubuh korban.

Selain itu, kondisi trauma yang dialami individu (anak) di sebabkan oleh berbagai situasi dan kondisi, di antaranya:²³

- 1) Peristiwa atau kejadian alamiah (bencana alam) seperti gempa bumi, tsunami, banjir, tanah longsor, angin topan dan sebagainya.
- 2) Pengalaman di kehidupan sosial (psiko-sosial), seperti pola asuh yang salah, ketidak adilan, penyiksaan, kekerasan, perang dan sebagainya.
- 3) Pengalaman langsung atau tidak langsung, seperti melihat sendiri, mengalami sendiri (secara langsung) dan pengalaman orang lain (tidak langsung), dan sebagainya.

D. Pelecehan Seksual

1. Pengertian Pelecehan Seksual Pada Remaja

Pelecehan seksual adalah suatu tindak kejahatan yang bisa merugikan orang lain atau bahkan menimbulkan trauma pada korban. Kasus pelecehan seksual kian marak terjadi, meski demikian masih banyak orang yang tidak mengenali cirinya. Akibatnya, sangat sulit untuk mencegah tindakan tersebut, baik yang dialami oleh diri sendiri maupun oleh

²³ Ibid, 86-88.

orang lain. Mengetahui jenis-jenis pelecehan seksual kemudian dapat menjadi bentuk perlindungan pada diri sendiri. Simak penjelasan lebih lengkapnya mengenai kekerasan dan pelecehan seksual berikut ini.

Menurut Komnas Perempuan, pelecehan seksual sesungguhnya merujuk kepada tindakan bernuansa seksual yang kemudian di sampaikan melalui kontak fisik atau kontak non-fisik, yang menasar kepada bagian tubuh seksual atau seksualitas seseorang. Tindakan ini sendiri termasuk siulan, main mata, komentar ataupun ucapan yang bernuansa seksual, mempertunjukkan materi-materi pornografi serta keinginan seksual, colean atau sentuhan pada bagian tubuh, gerakan atau isyarat yang bersifat seksual, sehingga kemudian mengakibatkan rasa tidak nyaman, tersinggung, atau merasa di rendahkan martabat nya, dan mungkin hingga menyebabkan berbagai masalah kesehatan dan keselamatan.

Pelecehan seksual di kalangan remaja mengalami peningkatan, Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menemukan tahun 2014 terdapat 30 kasus anak menjadi korban pelecehan seksual, tahun 2015 terdapat 37 kasus , tahun 2016 terdapat 51 kasus. Yulita Amaliyasari menjelaskan faktor internal mempengaruhi perilaku seksual berkaitan dengan jenis kelamin, pengetahuan tentang seks dan kesehatan reproduksi, serta motivasi seksual. Fuadi, menjelaskan remaja yang tidak mempunyai pengetahuan tentang perilaku seksual menjadi salah satu penyebab terjadinya pelecehan seksual. Green beerg (Prpto) menjelaskan apabila diklasifikasikan remaja mendapatkan informasi mengenai seks 21% diperoleh dari rumah, 15% dari sekolah, 28% dari media seperti internet, majalah dan film dan 40% dari teman sebaya.²⁴

Seto Mulyadi dalam buku (Nurul Chomaria.) menambahkan bahwa pelecehan seksual pada anak bermakna

²⁴ Aziz Noval, Pelecehan Seksual Kalangan Remaja, (Jakarta; Kalam Mulia, 2016), 18.

segala tindakan melanggar kehormatan diri anak secara seksual, termasuk didalamnya pelecehan secara verbal dan fisik. Cakupannya memang luas, mulai dari kata-kata jorok yang ditujukan pada anak sehingga ia merasa malu, tersinggung, marah, sakit hati, dan sebagainya, sampai pada tindakan mencowel, memegang, atau melakukan sentuhan-sentuhan yang tidak pantas, dan seterusnya. Dari penjelasan diatas dapat di simpulkan bahwa Perilaku Pelecehan Seksual adalah suatu perilaku yang merugikan korban baik dari segi fisik, mental ataupun emosional.²⁵

Dari pengertian diatas, penulis menyimpulkan bahwa, Pelecehan Seksual Organisasi Kesehatan Dunia menegaskan bahwa pelecehan seksual (*sexsual harassment*) merupakan salah satu bentuk kekerasan seksual yang menjadi masalah global. Secara umum pelecehan seksual merujuk pada perilaku yang ditandai dengan komentar-komentar seksual yang tidak diinginkan dan tidak pantas atau pendekatan-pendekatan fisik berorientasi seksual yang dilakukan disituasi tempat, atau sosial lainnya. Pelecehan seksual pada anak-anak meliputi tindakan verbal dan fisik yang melanggar kehormatan mereka secara seksual. Ini bisa berupa kata-kata kasar yang menyebabkan ketidaknyamanan atau tindakan fisik yang tidak pantas. Kesimpulannya, perilaku pelecehan seksual merugikan korban dalam segi fisik, mental, dan emosional, dan perlu diberikan perhatian serius dalam upaya melindungi individu dari dampak negatifnya.

2. Bentuk-bentuk Pelecehan Seksual

Bentuk pelecehan seksual sangat beragam dari yang ringan hingga yang berat. Beberapa perilaku yang termasuk pelecehan seksual antara lain :

²⁵ Muhammad Takdir Ibnu Mutalib, "Pengaruh Konseling Rational Emotive Behavior Therapy Terhadap Pada Siswa Madrasah Aliyah di Kabupaten Soppeng, *jurnal bimbingan dan kons* Sulistyarini dan Mohammad Jauhar", *Jurnal Dasar-Dasar Konseling*, Von. 6 No 1 (2014), 818.

- a. Menggodanya secara terus menerus dengan kata-kata tentang hal yang berkaitan dengan seks.
- b. Memegang atau menyentuh anggota tubuh, terutama organ reproduksi orang lain dengan tujuan seksual.
- c. Membuat atau mengirimkan gambar-gambar, kartun atau hal lainnya yang terkait dengan seks.
- d. Melakukan tindakan yang mengarah pada perilaku seksual dengan unsur pemaksaan misalnya mencium atau mengajanya berhubungan seksual.
- e. Melakukan kekerasan termasuk memukul atau menendang untuk memaksa agar orang lain menuruti keinginan seksual pelaku.
- f. Melakukan hubungan seksual dengan kekerasan (pemeriksaan).

Selain perilaku yang merupakan pelecehan seksual, terdapat 3 golongan bentuk pelecehan seksual yaitu :

- a. Bentuk visual: tatapan yang penuh nafsu, tatapan yang mengancam bersifat seksual.
- b. Bentuk verbal : siulan, gurauan seks, pernyataan yang bersifat mengancam.
- c. Bentuk fisik : sentuhan, menyenggol dengan sengaja, memeras, menepuk, mendekatkan diri tanpa diinginkan.

Berdasarkan penjelasan diatas terdapat beberapa bentuk pelecehan seksual dari yang ringan hingga berat. Terdapat tiga golongan bentuk pelecehan seksual diantaranya bentuk visual, verbal dan fisik.²⁶

²⁶ Ilysa Wahyu Hidayati, "Konseling Krisis Dengan Pendekatan Person Centered Dalam Menangani

Korban Pelecehan Seksual (Studi kasus di Aliansi Peduli Perempuan Sukowati)", (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta 2016), 18.

3. Dampak Pelecehan Seksual

Pelecehan seksual cenderung menimbulkan dampak traumatis pada anak maupun orang dewasa. Namun, kasus pelecehan seksual sering tidak terungkap karena korban cenderung merasa takut, mereka merasa terancam ke dalam keadaan yang lebih buruk apabila melapor, korban merasa bahwa peristiwa pelecehan seksual terjadi karena kesalahan dirin ya dan membuat korban merasa dirinya memperlakukan nama keluarganya.

Taiwo Omale & Omalae, mendiskusikan dampak negatif dari pelecehan seksual terhadap masalah-masalah pada psikis, fisik dan gangguan perilaku yang dialami korban. Sedangkan menurut Fairchild & Rudman menyatakan bahwa pelecehan seksual menimbulkan korban merasa ketakutan, terintimidasi, malu, trauma dan cenderung menyalahkan diri. dampak pelecehan seksual dapat di golongkan menjadi tiga :²⁷

- a. Dampak fisik, berupa sakit kepala, gangguan makan, rasa mual. Jika terjadi pelecehan seksual yang terbilang serius, selain mengalami gejala tersebut dapat pula timbul kecenderungan bunuh diri.
- b. Dampak psikologis, meliputi trauma mental, ketakutan, malu, kecemasan, hilangnya rasa percaya diri, depresi.
- c. Dampak sosial berupa pengasingan dan penolakan oleh keluarga dan korban, perlakuan sinis dari masyarakat disekelilingnya, ketakutan terlibat dalam pergaulan, menurunnya tingkat kepercayaan diri.²⁸

Dari penjelasan diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa Pelecehan seksual memiliki dampak traumatis yang signifikan, baik pada anak-anak maupun orang dewasa. Namun, kasus pelecehan seringkali tidak terungkap karena korban merasa takut, khawatir terancam lebih buruk jika

²⁷ Rusyidi, *Pengalaman Dan Pengetahuan Tentang Pelecehan Seksual*. (Jakarta; Gunung Agung, 2016), 20.

²⁸ Ibid, 19-20.

melapor, dan bahkan merasa bersalah atas kejadian tersebut, sehingga merugikan nama baik keluarga mereka, pelecehan seksual berdampak luas dan serius, merusak psikologis, fisik, dan sosial korban. Penting bagi masyarakat dan pihak berwenang untuk bekerja sama guna mencegah pelecehan serta memberikan dukungan kepada korban agar mereka dapat pulih dari dampak yang ditimbulkan oleh perbuatan tersebut



DAFTAR PUSTAKA

Sumber Buku

- Abu A hmadi dan Ahmad Rohani, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta, Lemlit UIN Hidayatullah 2015)
- AcmantoMendatu, *Strategi Penyembuhan Trauma Untuk Diri Sendiri, Anak, Orang Lain di Sekitar Anda*, (Yogyakarta: Panduan, 2010)
- Achmad Mubarak, “Konseling Agama dan Teori Kasus.” (Jakarta; Kencana, 2007)
- Afriza, Khairina. *Penerapan Cognitive Disputation Untuk Membantu Adaptasi Diri Terhadap Lingkungan Rehabilitasi*, (Jakarta; Golden Terayon Press, 1982) Az Zahrani, Musfir Bin Zaid, *Konseling Terapi*, (Jakarta; Bulan Bintang, 1997)
- Fattah Hanurawan, *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2016)
- Lubis, Syaiful Akhyar, *Konseling Islami, Yogyakarta*, (Jakarta : eLSAQ Press, 2007)
- Musnamar, Thohari, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1992)
- Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling*, (Bandung: CV Pustaka BaniQuraisy, 2003)
- Mubarak, Ahmad, *Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2000)
- Pandu Wijaya, *Teknik Konseling dan konselor dan tahapannya*, (Jawa Barat, 2019)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif* , (Bandung: Alfabeta, 2011)
- Rusyidi, *Pengalaman Dan Pengetahuan Tentang Pelecehan Seksual*. (Jakarta; Gunung Agung, 2016)

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif* (Bandung; Alfabeta, 2011)

Thohari, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1992)

Sumber Jurnal

Amallia Putri, “Pentingnya Kualitas Pribadi Konselor Dalam Konseling Untuk Membangun Hubungan Antara Konselor Dan Konseling, Pontianak”. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, Vol. 3 No. 1 (2016)

Azmi Mustaqim, “Treatment Bagi Pengemis Pada Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Dan Laras Yogyakarta”. *Jurnal Counsellia*, Vol. 7 No. 1 (2017)

Firman, “Pencegahan Tindakan Pelecehan Seksual Remaja Melalui Layanan Informasi Dalam Pelaksanaan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah, Padang”, *Jurnal Bimbingan dan Komunikasi Remaja*, Vol. 7 No. 2 (2013)

Minhad Rahmaniyah, “ Penerapan Teknik *Cognitive Disputation* Untuk Meningkatkan *Self-Esteem* Pada Siswa Madrasah Aliyah di Kabupaten Soppeng”, *Jurnal Cognitive Disputation, Cognitive Disputation* Von. 2 No 2 (2020)

Muhammad Takdir Ibnu Mutalib, “Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* Terhadap Pada Siswa Madrasah Aliyah di Kabupaten Soppeng, jurnal bimbingan dan kons Sulistyarini dan Mohammad Jauhar”, *Jurnal Dasar-Dasar Konseling*, Von. 6 No 1 (2014)

Syamsul Bachri Thalib, “Penerapan Teknik *Cognitive Disputation* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Siswa Madrasah Aliyah di Kabupaten Soppeng”, *Jurnal bimbingan dan konseling*, Von. 3 No 3 (2017)

Sumber Skripsi

- Afriza, Khairina, “Penerapan *Cognitive Disputation* Untuk Membantu Adaptasi Diri Terhadap Lingkungan Rehabilitasi (Studi kasus di Dinas Sosial Provinsi Surabaya)”, (skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya 2019)
- Dewi Frisca Nila Sari, “ Konseling Islam Dengan Teknik *Cognitive Disputation* Untuk Mengurangi Trauma Akibat Bullying Remaja” (Studi kasus di Barend Jombang)”, (skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2020)
- Ilysa Wahyu Hidayati, “Konseling Krisis Dengan Pendekatan Person Centered Dalam Menangani Korban Pelecehan Seksual (Studi kasus di Aliansi Peduli Perempuan Sukowati)”, (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta 2016)
- Rahma Muti’ah, “Gambaran Pelaksanaan Konseling Kelompok Dengan Teknik REBT (*Rational Emotive Behaviour Therapy*) Dalam Upaya Mengatasi Kecemasan Matematika Siswa (Studi kasus di SMP, Labuhan Batu)”, (Skripsi, Universitas Islam Sumatera, 2019)
- Susi Wiji Utami, “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Pelecehan Seksual Pada Remaja di Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Universitas Muhammadiyah Purwokerto (studi kasus Universitas Muhammadiyah Purwokerto)”, (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2016)

Sumber Wawancara

- RA, Konseli Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak, 22 November 2023
- Rini, Konselor Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak, 22 November 2023
- WD, Konseli Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak, 22 November 2023