

**KONSELING ISLAM MELALUI *COGNITIVE BEHAVIOR
THERAPY* UNTUK MENANGANI TRAUMA SEORANG
ANAK KORBAN PELECEHAN SEKSUAL FISIK DI
LEMBAGA PERLINDUNGAN ANAK JAWA TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Strata Satu Pada
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (S.Sos)



Oleh:

AINUN JARIYAH

B03215002

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2019

PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertandatangan dibawah ini, saya :

Nama : Ainun jariyah

NIM : B03215002

Progran Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Jl. Petemon IV/106, Sawahan Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa :

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan karya plagiasi atau karya orang lain.
3. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya , April 2019

Yang telah menyatakan

 Ainun Jariyah

B03215002

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

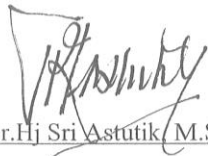
Nama : Ainun Jariyah
NIM : B03215002
Judul : Konseling Islam melalui *Cognitive behavior Therapy* Untuk
Menangani Trauma Seorang Anak Korban Pelecehan Seksual
Fisik Di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 1 April 2019

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing,



Dr. Hj Sri Astutik M.Si

195902051986032004

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh **Ainun Jariyah** ini telah dipertahankan di depan

Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 15 April 2019

Mengesahkan

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Dekan

Dr. H. H. Halim, M.Ag

NIP. 196307251991031003

Penguji I

Dr. Hj. Sri Astutik, M.Si

NIP. 195902051986032004

Penguji II

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd

NIP. 197311212005011002

Penguji III

Dr. Rudy Al-Hana, M.Ag

NIP. 19680309199103001

Penguji IV

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I., M.Pd., Kons

NIP. 19770808200710100



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : AINUN JARIYAH
NIM : B03215002
Fakultas/Jurusan : FDK/Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : Ainunjarayah633@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

KONSELING ISLAM MELALUI COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY
UNTUK MENANGANI TRAUMA SEORANG ANAK KORBAN PELECEHAN
SEKSUAL FISIK DI LEMBAGA PERLINDUNGAN ANAK JAWA TIMUR

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya,

Penulis

(Ainun Jarayah)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Ainun Jariyah (B03215002) 2019 *Konseling islam melalui Cognitive Behavior Therapy untuk menangani trauma seorang anak korban pelecehan seksual fisik di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur.*

Fokus penelitian ini adalah 1) Bagaimana proses Konseling Islam melalui *Cognitive Behavior Therapy* untuk menangani trauma seorang anak korban pelecehan seksual fisik di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur? 2) Bagaimana hasil Konseling Islam melalui *Cognitive Behavior Therapy* untuk menangani trauma seorang anak korban pelecehan seksual fisik di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur?

Untuk membahas permasalahan tersebut metode penelitian yang digunakan adalah dengan pendekatan kualitatif. pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi yang disajikan dalam bab penyajian data dengan membandingkan sebelum dan sesudah proses terapi dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah serta menggunakan analisis deskriptif dalam menganalisa hasil akhir dari pelaksanaan *Cognitive behavior therapy* untuk menangani studi kasus trauma seorang anak korban pelecehan seksual fisik di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur . Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa 1) proses Konseling Islam melalui *Cognitive Behavior Therapy* untuk menangani trauma seorang anak korban pelecehan seksual fisik di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur terdapat 5 langkah proses konseling yang telah dilakukan yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* atau terapi untuk menangani 4 aspek yang mengindikatori trauma yang dialami konseli dengan memberikan penguatan-penguatan positif untuk menata keyakinan irrasional dan membuat jadwal harian yang dilakukan guna membantu konseli mengurangi Trauma yang menghambat perkembangan kepribadian dan merugikan konseli baik secara fisik maupun psikis.

Hasil dari penerapan konseling ini yang dijelaskan dalam tolok ukur perubahan konseli dari aspek kognitif, emosi, behavior, dan sosial yaitu konseli mampu mengolah status pemikiran yang negatif menjadi positif, memulai aktifitas yang bermanfaat, berkurangnya ketakutan dan kecemasan dalam dirinya, bersosialisasi dengan kembali melanjutkan sekolah untuk menunjang tercapainya impian dan cita-citanya serta berani mengambil keputusan dsb.

Kata kunci : Konseling Islam, *Cognitive behavior therapy*, Trauma

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI.....	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii

BAGIAN INTI

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Definisi Konsep.....	10
F. Metode Penelitian.....	14
1. Pendekatan dan jenis penelitian	14
2. Lokasi dan sasaran penelitian.....	15
3. Jenis sumber data	17
4. Tahap-tahap penelitian	19
5. Tahap pengumpulan data	21
6. Tahap analisis data	25
7. Teknik keabsahan data	25
G. Sistematika Pembahasan	27

BAB II KAJIAN TEORITIK

A. Konseling Islam	
1. Pengertian Konseling Islam	29
2. Tujuan Konseling Islam	32

A. Analisis Proses Konseling Islam Melalui <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Untuk Menangani Rasa Trauma Pada Seorang Anak Korban Pelecehan seksual fisik Di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur	116
B. Analisis Hasil Konseling Islam Melalui <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Untuk Menangani Rasa Trauma Pada Seorang Anak Korban Pelecehan seksual fisik Di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur	131

A. Kesimpulan	134
B. Saran.....	136
DAFTAR PUSTAKA	137
LAMPIRAN.....	140

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Teknik Pengumpulan Data.....	24
Tabel 3.1 Jadwal Penelitian dan Proses Konseling	89
Tabel 3.2 Sekilas percakapan konselor dengan konseli	105
Tabel 3.3 Jadwal perencanaan aktifitas sehari-hari konseli	111
Tabel 3.3 Perubahan konseli sebelum dan sesudah pelaksanaan proses konseling	115
Tabel 4.1 Perbandingan Data Teori dan Proses Konseling di Lapangan dengan Pendekatan <i>Cognitive behavior therapy</i>	124
Tabel 4.2 Perubahan konseli sebelum dan sesudah dilakukan proses konseling	130

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak adalah makhluk sosial sama halnya dengan orang dewasa. Menurut John Locke anak adalah pribadi yang masih bersih dan peka terhadap rangsangan-rangsangan yang berasal dari lingkungan.¹ Anak membutuhkan orang lain untuk membantu mengembangkan kemampuannya, karena anak lahir dengan segala kelemahan yang ada pada dirinya sehingga tanpa orang lain anak tidak mungkin dapat mencapai taraf kemanusiaan yang normal.

Pada usia 6 tahun keatas dunia sosial anak mulai meluas keluar dari dunia keluarga, anak mulai bergaul dengan teman sebaya, guru, dan orang dewasa lainnya. Pada usia ini keingintahuan menjadi sangat kuat dan hal itu berkaitan dengan perjuangan dasar menjadi berkemampuan. Memendam insting seksual sangat penting karena akan membuat anak dapat memakai energinya untuk mempelajari teknologi dan budayanya serta interaksi sosialnya. Krisis psikososial pada tahap ini adalah antara ketekunan dengan perasaan inferior (industry – inferiority). Dari konflik antar ketekunan dengan inferiorita, anak mengembangkan kekuatan dasar kemampuan. Di sekolah, anak banyak belajar tentang sistem, aturan,

¹ Syamsu Yusuf LN, *Psikologi perkembangan anak dan remaja*, (Bandung : Rosda, 2011) hal.46

metode yang membuat suatu pekerjaan dapat dilakukan dengan efektif dan efisien.²

Tugas Perkembangan Masa Kanak-kanak Akhir dan Anak Sekolah adalah:

- a. Belajar memperoleh keterampilan fisik untuk melakukan permainan.
- b. Belajar membentuk sikap yang sehat terhadap dirinya sendiri sebagai makhluk biologis.
- c. Belajar bergaul dengan teman sebaya.
- d. Belajar memainkan peranan sesuai dengan jenis kelaminnya.
- e. Belajar keterampilan dasar dalam membaca, menulis dan berhitung.
- f. Belajar mengembangkan konsep-konsep sehari-hari.
- g. Mengembangkan kata hati.
- h. Belajar memperoleh kebebasan yang bersifat pribadi.
- i. Mengembangkan sikap yang positif terhadap kelompok sosial.³

Tugas perkembangan sangat penting untuk dilalui dalam setiap masa perkembangan, namun pada usia ini ada anak yang memiliki kesulitan-kesulitan dan hambatan-hambatan dalam melalui proses perkembangannya, mulai dari hambatan dalam perkembangan kognisi, perkembangan afeksi, maupun hambatan dalam berinteraksi dengan dunia luarnya . Konseli yang menjadi objek penelitian saat ini adalah seorang anak yang memiliki hambatan dalam berinteraksi dengan dunia luarnya karena mengalami kejadian yang melukai jiwa, pengalaman tidak menyenangkan dalam hidupnya yaitu mengalami pelecehan seksual fisik sehingga

² Elizabth b Hurlock, *Psikologi perkembangan*, (Jakarta:erlangga, 2009) hal.39

³Syamsu Yusuf LN, *Psikologi perkembangan anak dan remaja* hal.66-71

mengakibatkan trauma dalam dirinya dan menarik diri dari lingkungan sekitar .

Pelecehan seksual fisik merupakan permasalahan yang serius di hadapi peradaban modern saat ini, karena adanya tindakan kekerasan seksual menunjukan tidak berfungsinya suatu norma pada diri seseorang (pelaku) yang mengakibatkan dilanggarnya suatu hak asasi dan kepentingan orang lain yang menjadi korbannya.

Manusia tidak dapat lepas dari unsur hawa nafsu seksual karena dengan adanya unsur tersebut manusia dapat melanjutkan dan memperbanyak keturunannya. Tetapi bukan berarti manusia bebas melakukan aktivitas tersebut sesuka hati. Bila aktivitas tersebut dilakukan diluar jalur yang telah ditentukan, maka hubungan seksual tersebut disebut zina. Agar manusia menjauhi dari perbuatan yang dapat mendekati zina maka Allah telah memberi rambu-rambu melalui Firman-Nya dalam surat Al-Isra ayat 32

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّيْنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴿٣٢﴾

“Dan janganlah kamu mendekati zina; sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk.”⁴

Semakin marak dan berkembangnya pelecehan seksual Komnas Perlindungan Anak dan Perempuan menyebutkan beberapa bentuk pelecehan seksual fisik diantaranya Perkosaan, Pelecehan seksual,

⁴ Departemen Agama RI, *Al-quran dan terjemahnya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2000) hal. 227

Eksplorasi seksual, Penyiksaan seksual, Perbudakan seksual serta Intimidasi/serangan bernuansa seksual termasuk ancaman atau percobaan perkosaan.

Bentuk pelecehan seksual dapat dikategorikan menjadi :

- Pelecehan seksual Verbal
- Pelecehan seksual non verbal
- Pelecehan seksual secara fisik⁵

Dalam Ajaran agama islam, pelecehan seksual di pandang perbuatan tercela karena islam telah mengajarkan kepada setiap uamtnya untuk saling menghormati kepada siapapun tanpa melihat posisi, jabatan, umur, bahkan jenis kelamin dari seorang sekalipun. Dalam ajaran islam, jangkarkan mencium atau memegang anggota badan seorang perempuan, melihat dengan menimbulkan syahwat saja tidak boleh, karena di khawatirkan dapat menimbulkan dan mendekati zina. Hal ini ditegaskan oleh Allah dalam firman-Nya surat An-Nur ayat 30:

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ
أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾

“Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman: “Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan memelihara kemaluannya; yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang mereka perbuat”⁶

⁵ Abu huraerah, *Kekerasan terhadap anak*, (Jakarta : penerbit nuansa emmy soekresno, 2007) hal.18

⁶ Departemen Agama RI, *Al-quran dan terjemahnya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2000) hal. 282

Cavanagh dalam Mental Health Channel menyatakan trauma adalah suatu peristiwa yang luar biasa yang menimbulkan luka dan perasaan sakit, tetapi juga sering diartikan sebagai suatu luka atau perasaan sakit berat akibat sesuatu kejadian luar biasa yang menimpa seseorang langsung atau tidak langsung baik luka fisik maupun luka psikis atau kombinasi kedua-duanya.⁸ Berat ringannya suatu peristiwa akan dirasakan berbeda oleh setiap orang, sehingga pengaruh dari peristiwa tersebut terhadap perilaku juga berbeda antara seseorang dengan orang lain.

⁸ Shapiro, F (tahun 1999) *Eye Movement Desensitisation and Reprocessing: Basis principle, Protocol and Proecedres*. New York: Guilford Pres

Dari fenomena terkait kasus kekerasan seksual yang marak terjadi sehingga menimbulkan dampak yang buruk bagi kehidupan salah satunya mengakibatkan trauma bagi korban. Peneliti sebagai konselor mengambil kasus trauma pada anak korban pelecehan seksual fisik. konseli yang menjadi obyek penelitian adalah seorang anak berusia 14 tahun yang mengalami trauma dan menarik diri dari lingkungan sekitarnya karena mengalami beberapa kejadian buruk yang menyimpannya salah satunya mendapat pelecehan seksual fisik dari teman ayahnya.

[illegible]

Berdasarkan dari latar belakang masalah tersebut maka peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut:

- [illegible]

Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.¹² Menurut Ahmad Mubarak, Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga dapat hidup secara harmonis sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah dan Rasul-Nya demi tercapainya kebahagiaan duniawiah dan ukhrawiah.¹³

lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya, memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga secara harmonis sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Rasul-Nya demi tercapainya kebahagiaan duniawiah dan ukhrawiah.¹³

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu proses

¹³ Ahmad Mubarak, Al-Irsyad an Nafsy, *Konseling Agama Teori dan Kasus* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hal. 4-5

2. Cognitive Behavior Therapy

Cognitive Behavior Therapy adalah terapi yang dikembangkan oleh Beck tahun 1976, yang konsep dasarnya meyakini bahwa pola pemikiran manusia terbentuk melalui proses rangkaian Stimulus – Kognisi – Respon (SKR), yang saling berkaitan dan membentuk semacam jaringan dalam otak manusia, dimana proses cognitive akan menjadi faktor penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia berpikir, merasa, dan bertindak.¹⁴ Terapi perilaku kognitif (CBT- Cognitive Behavior Therapy) menggunakan teori dan riset tentang proses-proses kognitif. Pada faktanya terapi tersebut menggunakan gabungan paradigma kognitif dan belajar.

Dengan merubah status pikiran dan perasaannya, konseli diharapkan dapat mengubah tingkah lakunya dari yang negatif menjadi positif. Bagaimana seseorang menilai situasi dan bagaimana cara mereka menginterpretasikan suatu kejadian akan

[illegible]

sangat berpengaruh terhadap kondisi reaksi emosional yang kemudian akan mempengaruhi tindakan yang dilakukan.¹⁵

peneliti menggunakan pendekatan cognitive behavior therapy melalui berpikir positif, karena ada relevansi antar keduanya. Disamping itu dengan konseling yang merupakan seorang anak yang berusia 14 tahun, dengan merubah status pemikiran yang negatif menjadi positif sehingga emosi yang nampak juga dapat terkontrol dan tingkah laku otomatis akan menjadi positif pula.

3. Trauma

Trauma menurut Kartini Kartono dalam bukunya yang berjudul *Hygiene Mental* adalah luka jiwa yang dialami seseorang, disebabkan oleh suatu pengalaman yang sangat menyudutkan atau melukai jiwanya.¹⁶ Menurut M. Noor HS, dalam himpunan istilah psikologi memberikan pengertian bahwa trauma adalah pengalaman yang tiba-tiba mengejutkan yang meninggalkan kesan mendalam pada jiwa orang yang bersangkutan.¹⁷

Menurut Sudarsono dalam Kamus Konseling trauma adalah pengalaman yang tiba-tiba mengejutkan yang meninggalkan kesan yang mendalam pada jiwa seseorang, sehingga dapat merusak fisik maupun psikologisnya, dan dengan pengalaman-pengalaman

¹⁵ Kasandra, Oemardi, *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. . . hlm.6

¹⁶ M. Noor. HS., *Himpunan Istilah Psikologi*, Cet. IV (Jakarta: Pedomam Ilmu Jaya, 1997), hal. 164.

¹⁷ M. Noor. HS., *Himpunan Istilah Psikologi*, hal. 165

traumatis tersebut dapat membentuk sifat pribadi seseorang, yang ditandai dengan tidak percaya diri, dengan menghindari hal-hal yang menurutnya akan terulang kembali.¹⁸

Peneliti menggunakan pendekatan cognitive behavior therapy untuk menangani Trauma karena proses cognitive akan menjadi faktor penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia berpikir, merasa dan bertindak. trauma mampu mengganggu berbagai aspek dalam diri seseorang yaitu aspek fisik, aspek kognitif, aspek emosi dan aspek behavior atau perilaku. Ada keterkaitan antara keduanya, cognitive-behavior lebih banyak bekerja pada status kognitif masa kini untuk diubah dari negatif menjadi positif dengan merubah status pemikiran yang negative menjadi positif sehingga emosi yang nampak juga dapat terkontrol dan tingkah laku otomatis akan menjadi positif pula. Maka cognitive behavior therapy mampu menangani Trauma pada diri seseorang dengan merubah pemikiran irrasional menjadi rasional atau negative menjadi positif.

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

a. Pendekatan

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan penelitian kualitatif. Dalam metode penelitian kualitatif, instrumennya

¹⁸ Sudarsono, *Kamus Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 1997), hal. 231.

ini dilakukan secara intensif, terinci dan mendalam terhadap suatu organisme, lembaga atau gejala tertentu.²¹

Pada penelitian ini, penulis menggunakan seorang anak di jl banyuurip kidul Surabaya sebagai objek penelitian karena objek menjadi salah satu konseli atau pelapor ke LPA (Lembaga Perlindungan Anak) dan sudah mau terbuka dengan peneliti. Berikut adalah identitas objek :

Nama : sita (nama samara)

Tempat tanggal lahir : Sidoarjo, 22 Desember 2005

Alamat : Surabaya

Anak : ke 1 dari 2 bersaudara²²

Selain itu peneliti juga menggunakan informan sebagai penguat data penelitian, diantaranya adalah Ayah dan salah satu pegawai Lembaga perlindungan anak yang menangani konseli. Konseli menggunakan informan ayah konseli karena konseli lebih dekat dengan ayahnya dan ibunya tidak tinggal dengan konseli. Berikut adalah identitas observer :

Ayah : Moch sumarno (Samaran)

pegawai LPA : Noer Hayati

²¹ Suharsimi Arikanto, *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktis*, (Yogyakarta : Rineka Cipta, 1998), hal. 115

²² Hasil wawancara dengan Objek pada tanggal 24 September 2018

1) Data Primer

Data primer merupakan data yang berasal dari sumber pertama dan aslinya atau data utama yang paling penting. Data primernya adalah mengenai gejala-gejala yang muncul ketika konseli mengalami trauma dan penyebab konseli mengalami trauma, dampak-dampak yang terjadi akibat trauma, perilaku sebelum dan sesudah mendapatkan terapi, serta informasi penting lainnya yang digali melalui proses wawancara maupun observasi.

b. Sumber Data

Adapun Sumber data yang dimaksud adalah subyek dari mana data diperoleh. Dalam penelitian ini sumber data berupa kata-kata atau kalimat-kalimat tertulis, tindakan maupun lisan dari orang-orang yang menjadi subyek penelitian ini, yaitu

Pada penelitian ini, penulis akan melewati beberapa tahapan penelitian, diantaranya adalah :

Peneliti menyusun rancangan penelitian, memilih subjek lokasi penelitian, menyiapkan perlengkapan dan persoalan ketika di lapangan. Peneliti memilih penelitian tentang Trauma pada anak karena peneliti memperoleh data dari LPA (Lembaga Perlindungan Anak) yaitu tempat peneliti melakukan PPL (Praktik pengalaman lapangan) di Jl. Bendul merisi no.2 Surabaya. Peneliti mencari informasi mengenai konseli kepada tim LPA mulai dari data diri konseli , data diri orang tua serta alamat konseli. Kemudian Peneliti melakukan kunjungan rumah ke rumah konseli untuk melakukan cros chek terkait informasi yang peneliti dapatkan di LPA . Kemudian peneliti menyiapkan instrument penelitian yang dibutuhkan di lapangan seperti pedoman wawancara, referensi untuk memperdalam penerapan terapi di lapangan, serta perlengkapan lain yang diperlukan saat penelitian nanti untuk mendapat berbagai informasi mengenai diri subyek, deskripsi lapangan serta keterangan terkait keduanya.

5. Tahap Pengumpulan data

a. Observasi

Observasi adalah mengamati

langsung tanpa manipulasi baik dalam hal maupun keadaan.²³ Teknik yang digunakan oleh observasi partisipan atau dengan terlibat langsung dengan objek sekaligus pendekatan. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan data melalui gerakan tubuh objek, intonasi dan ekspresi wajah guna mengetahui berbagai aspek yang ada di dalamnya. Teknik ini baik dalam masa bimbingan maupun terapan.

²³ Haris Herdiansyah, *Metode penelitian kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*, hal. 114

a. Memperpanjang waktu

Memperpanjang waktu penelitian adalah salah satu cara untuk meminimalisir kesalahan dalam keabsahan data. Dengan adanya perpanjangan waktu, memungkinkan konseli bisa masuk dan melebur dalam proses penelitan. Perlunya perpanjangan waktu juga untuk menciptakan *trust* (kepercayaan) antara peneliti dengan konseli.²⁶ Apabila data yang di dapat dirasa kurang maka perpanjangan waktu diperpanjang , sampai data yang diperoleh cukup. sesuai dengan kondisi fenomena yang ada di lapangan.

8. Melakukan cek ulang (*re-checking*)

Cara ini juga dapat meminimalisasi kesalahan serta untuk memastikan apakah data yang didapat sudah valid atau belum. Cek ulang biasanya dilakukan pada pertengahan perjalanan penelitian.²⁷ Apabila setelah berkali-kali melakukan cek ulang kemudian mendapat data yang valid, maka point a. (memperpanjang waktu) perpanjangan waktu pengamatan bisa diakhiri.

²⁶ Haris Herdiansyah, *Metode penelitian kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*, hal. 200

²⁷ Haris Herdiansyah, *Metode penelitian kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*, hal. 205

BAB II : Menjelaskan tentang Kajian Teoritik yang meliputi: Konseling Islam, *Cognitive Behavior Therapy* , berpikir positif dalam *Cognitive Behavior Therapy* ,Trauma, Pelecehan seksual fisik, teori mengenai Konseling islam dengan *cognitive behavior therapy* untuk menangani trauma, Serta kajian teoritik dan penelitian terdahulu yang relevan.

BAB III : Penyajian data yang menjelaskan tentang deskripsi umum objek penelitian meliputi Pada bagian ini membahas tentang Deskripsi Umum Objek Penelitian dan Deskripsi Hasil Penelitian. Pada bab ini menjelaskan tentang keadaan serta deskripsi dari objek penelitian yaitu Anak yang mengalami Trauma Karena menjadi korban pelecehan seksual fisik dan menjelaskan tentang hasil penelitian mengenai objek.

BAB IV : Analisis data yang menjelaskan tentang analisis proses pelaksanaan dan analisis hasil pelaksanaan Bimbingan Konseling islam melalui *Cognitive Behavior Therapy* untuk menangani Trauma pada seorang anak korban pelecehan seksual fisik.

BAB V : Penutup yang akan menjelaskan tentang kesimpulan serta saran.

KAJIAN TEORITIK

1. Pengertian Konseling Islam

Bimbingan dapat diberikan melalui konseling (counseling), dengan kata lain, konseling merupakan suatu saluran bagi pemberian bimbingan. Konseling diadakan melalui diskusi/pembicaraan antara sorag konselor (counselor) dengan satu orang (individual counseling) atau dengan beberapa orang sekaligus (group counseling). Konseling merupakan salah satu metode dari bimbingan. Dengan demikian, pengertian bimbingan lebih luas dari pada pengertian konseling. Karena

² Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, hal. 20

Konseling islami adalah aktifitas yang bersifat “membantu” dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntunan Allah (jalan yang lurus) agar melekah selamat. Karena posisi konselor bersifat membantu, maka konsekuensinya individu sendiri yang harus aktif belajar memahami dan sekaligus melaksanakan tuntunan islam (Al-Quran dan Hadist rasul) dan pada akhirnya diharapkan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat.⁴

Dr Musfir bin Said Az-Zahrani dalam bukunya yang berjudul konseling terapi menjelaskan bahwa :

³ Samsul Munir Amin , *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010) hal 12-15
⁴ Anwar sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islam*,(Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hal.22
⁵ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*. . . hal 10

¹³ Farid Hasyim, *Bimbingan dan Konseling Religi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz media, 2010), hal. 60.

4. Asas-asas Bimbingan Konseling islam

- a. Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat Yaitu membantu konseli mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan setiap muslim.
- b. Asas Fitrah Bimbingan dan Konseling Islam merupakan bantuan kepada konseli untuk mengenal, memahami, dan menghayati fitrahnya sehingga segala gerak, tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrah tersebut.
- c. Asas Lillahita'ala , Bimbingan dan Konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah SWT.
- d. Asas Bimbingan Seumur Hidup , Bimbingan dan Konseling Islam diperlukan selama hayat masih dikandung badan.
- e. Asas Kesatuan Jasmani dan Rohani , Bimbingan dan Konseling Islam memperlakukan konseli sebagai makhluk jasmaniah dan rohaniah, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohani semata.
- f. Asas Keseimbangan Rohaniyah ,Rohani manusia memiliki unsur daya kemampuan berfikir, merasakan atau menghayati dan kehendak atau hawa nafsu. Bimbingan dan Konseling Islam menyadari keadaan kodrati manusia dan berupaya menyeimbangkan unsur-unsur rohani manusia.

- g. Asas Kemajuan Individu ,Bimbingan dan Konseling Islam berlangsung pada citra manusia menurut Islam, memandang seorang individu merupakan suatu eksistensial sendiri.
- h. Asas Sosialita Manusia , Sosialitas diakui dengan memperhatikan hak individu, hak individu juga diakui sebagai bentuk tanggung jawab sosial.
- i. Asas Kekhalifan Manusia ,dalam Islam manusia diberi kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab yang besar yaitu sebagai pengelola alam semesta. Sebagai khalifah, manusia harus memelihara keseimbangan ekosistem, sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidak seimbangan ekosistem tersebut yang diperbuat manusia itu sendiri.
- j. Asas Keselarasan dan Keadilan ,Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi, dengan kata lain Islam menghendaki manusia berlaku adil terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain, hak alam semesta, dan juga hak Tuhan.
- k. Asas Pembinaan Akhlaqul Karimah ,Bimbingan dan Konseling Islam membentuk konseli untuk memelihara, mengembangkan, serta menyempurnakan sifatsifat yang baik.

- ## 5. Langkah-langkah Bimbingan Konseling Islam

¹⁴ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, hal 21-35.

6. Unsur-unsur Bimbingan Konseling Islam

Konselor atau pembimbing merupakan seseorang yang mempunyai wewenang untuk memberikan bimbingan kepada orang lain yang sedang menghadapi kesulitan atau masalah, yang tidak bisa diatasi tanpa bantuan orang lain. Menurut Thohari Musnamar dalam bukunya “Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam”, persyaratan menjadi konselor antara lain:

- ¹⁵ Bimo Walgito, *Bimbingan Konseling di Sekolah* (Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas UGM, 1968), hal. 105

- d. Ketakwaan kepada Allah SWT.¹⁶

Syarat yang harus dimiliki konselor Islam diantaranya :

- a. Beriman
- b. Bertaqwa kepada Allah SWT
- c. Pribadi yang baik atau ramah, jujur, bertanggung jawab dan sabar
- d. Keahlian yang kreatif dan terampil
- e. Berwawasan luas terutama dalam bidang konseling.¹⁷

Sedangkan menurut H. M. Arifin, syarat-syarat untuk menjadi konselor adalah:

- a. Menyakini akan kebenaran Agama yang dianutnya, menghayati, mengamalkan karena ia menjadi norma-norma Agama yang konsekuensi serta menjadikan dirinya dan idola sebagai muslim sejati baik lahir ataupun batin dikalangan anak bimbingannya.
- b. Memiliki sifat dan kepribadian menarik, terutama terhadap anak bimbingannya dan juga terhadap orang-orang yang berada di lingkungan sekitarnya.

¹⁶ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta : UII Press, 1992), hal. 34-42.

¹⁷ Syamsu Yusuf Dan A. Juntika Nurhisan, *Landsasan Bimbingan Dan Konseling* , hal .80

- c. Memiliki rasa tanggung jawab, rasa berbakti tinggi dan loyalitas terhadap tugas pekerjaannya secara konsisten.
- d. Memiliki kematangan jiwa dalam bertindak menghadapi permasalahan yang memerlukan pemecahan.
- e. Mampu mengadakan komunikasi (hubungan) timbal balik terhadap anak bimbingan dan lingkungan sekitarnya.
- f. Mempunyai sikap dan perasaan terikat nilai kemanusiaan yang harus ditegakkan terutama dikalangan anak bimbingannya sendiri, harkat dan martabat kemanusiaan harus dijunjung tinggi dikalangan mereka.
- g. Mempunyai keyakinan bahwa setiap anak bimbingannya memiliki kemampuan dasar yang baik dan dapat dibimbing menuju arah perkembangan yang optimal.
- h. Memiliki rasa cinta terhadap anak bimbingannya.
- i. Memiliki ketangguhan, kesabaran serta keuletan dalam melaksanakan tugas dan kewajibannya, dengan demikian ia tidak lekas putus asa bila menghadapi kesulitan dalam menjalankan tugasnya.
- j. Memiliki watak dan kepribadian yang familiar sebagai orang yang berada disekitarnya.
- k. Memiliki jiwa yang progresif (ingin maju dalam karirnya)
- l. Memiliki sikap yang tanggap dan peka terhadap kebutuhan anak bimbing.

a. Terbuka

b. Sikap percaya

c. Bersikap jujur

d. Bertanggung jawab

[illegible]

3. Masalah

- Bidang pernikahan dan keluarga
- Bidang pendidikan
- Bidang sosial (kemasyarakatan)
- Bidang pekerjaan (jabatan)
- Bidang keagamaan.²⁰

B. Cognitive Behavior Therapy

1. Konsep dasar *Cognitive Behavior Therapy*

²⁰ W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah* (Jakarta : Gramedia, 1989), hal. 12

Terapi perilaku kognitif (CBT- Cognitive Behavior Therapy) menggunakan teori dan riset tentang proses-proses kognitif. Pada faktanya terapi tersebut menggunakan gabungan paradigma kognitif dan belajar. Para terapis perilaku kognitif memberikan perhatian pada peristiwa-peristiwa dalam diri, pemikiran, persepsi, penilaian, pernyataan diri, bahan asumsi-asumsi yang tidak diucapkan (tidak disadari), dan telah mempelajari serta memanipulasi proses-proses tersebut dalam upaya memahami dan mengubah perilaku bermasalah yang terlihat maupun tidak terlihat.²⁴

Terapis diharapkan mampu menolong konseli untuk mencari keyakinan yang sifatnya dogmatis dalam diri konseli dan secara kuat mencoba menguranginya. Terapis harus waspada terhadap munculnya

²⁴ Gerald C. Davison, *Psikologi Abnormal edisi ke-9*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), hlm.74

Prinsip 6: *Cognitive Behavior Therapy* merupakan edukasi , bertujuan mengajarkan konseli untuk menjadi terapis bagi dirinya sendiri, dan menekankan pada pencegahan.

Prinsip 7: *Cognitive Behavior Therapy* berlangsung pada waktu yang terbatas. Pada kasus-kasus tertentu, konseling membutuhkan pertemuan antara 6 sampai 14 sesi. Agar proses konseling tidak membutuhkan waktu panjang, diharapkan secara kontinyu konselor dapat membantu dan melatih konseli untuk melakukan self-help.

Prinsip 8: *Cognitive Behavior Therapy* yang terstruktur ini terdiri dari tiga bagian konseling. Bagian awal, menganalisis perasaan dan emosi konseli, menganalisis kejadian yang terjadi dalam satu minggu kebelakang. Bagian tengah, meninjau pelaksanaan tugas rumah, membahas permasalahan yang muncul dari setiap sesi yang berlangsung, serta merancang pekerjaan rumah baru yang akan dilakukan. Bagian akhir, melakukan umpan balik terhadap perkembangan dari setiap sesi konseling. Sesi konseling yang terstruktur ini membuat proses konseling lebih dipahami oleh konseli dan meningkatkan kemungkinan mereka mampu melakukan selfhelp diakhir sesi konseling.

Prinsip 9: *Cognitive Behavior Therapy* mengajarkan konseli untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menanggapi pemikiran disfungsional dan keyakinan mereka. Setiap hari konseli memiliki

Prinsip 10: *Cognitive Behavior Therapy* menggunakan berbagai teknik untuk merubah pemikiran, perasaan, dan tingkah laku. Pertanyaan-pertanyaan yang berbentuk sokratik memudahkan konselor dalam melakukan konsling cognitive behavior. Pertanyaan dalam bentuk sokratik merupakan inti atau kunci dari evaluasi konseling. Dalam proses konseling, CBT tidak mempermasalahkan konselor menggunakan teknikteknik dalam konseling lain seperti teknik Gestalt, Psikodinamik, Psikoanalisis, selama teknik tersebut membantu proses konseling yang lebih singkat dan memudahkan konselor dalam membantu konseli.²⁵

Konselor atau terapis Cognitive Behavior biasanya menggunakan berbagai teknik intervensi untuk mendapatkan kesepakatan perilaku sasaran dengan konseli. Teknik yang biasa dipergunakan oleh para ahli dalam *Cognitive Behavior Therapy* yaitu:

- ²⁵ Kasandra, Oemarjoedi, *Pendekatan Cognitive Behavior Therapy*, hlm.6-21

- d. Mencoba berbagai penggunaan pernyataan diri yang berbeda dalam situasi riil.
- e. Mengukur perasaan, misalnya mengukur perasaan cemas yang dialami pada saat ini dengan skala 0-100.
- f. Menghentikan pikiran. Konseli belajar untuk menghentikan pikiran negatif dan mengubahnya menjadi pikiran positif.
- g. Desensitization systematic. Digantinya respon takut dan cemas dengan respon relaksasi dengan cara mengemukakan permasalahan secara berulang-ulang dan berurutan dari respon takut terberat sampai yang teringan untuk mengurangi intensitas emosional konseli.
- h. Pelatihan keterampilan sosial. Melatih konseli untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sosialnya.
- i. Assertiveness skill training atau pelatihan keterampilan supaya bisa bertindak tegas.
- j. Penugasan rumah. mempraktikkan perilaku baru dan strategi kognitif antara sesi konseling.
- k. In vivo exposure. Mengatasi situasi yang menyebabkan masalah dengan memasuki situasi tersebut.
- l. Convert conditioning, upaya pengkondisian tersembunyi dengan menekankan kepada proses psikologis yang terjadi

didalam diri individu. Peranannya didalam mengontrol perilaku berdasarkan kepada imajinasi dan presepsi.²⁶

Teknik dan Metode Konseling *Cognitive Behavior* cenderung menggunakan sebuah program yang terstruktur langkah demi langkah. Program seperti ini dapat mencakup :

- Menciptakan hubungan yang sangat dekat dengan aliansi kerja antara konselor dan konseli. Menjelaskan dasar pemikiran dari penanganan yang akan diberikan.
- Menilai masalah. Mengidentifikasi, mengukur frekuensi, intensitas dan kelayakan masalah priaku, dan kognisi.
- Menetapkan target perubahan.
- Penerapan teknik kognitif dan behafioral (prilaku)
- Memonitor perkembangan, dengan menggunakan penilaian berjalan terhadap prilaku sasaran
- Mengakhiri dan merancang program lanjutan untuk menguatkan dari apa yang didapat.

C. Berpikir Positif dalam *Cognitive Behavior Therapy*

1. Pengertian berpikir Positif

Menurut Ahmad Mufid, Berpikir Positif adalah memedulikan hal-hal buruk untuk kemudian dicari kebaikan apa saja yang memungkinkan diambil.²⁸ Sedangkan menurut Raihan Adi Prabowo ,

²⁶ John Mcleod, *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus, Edisi Ketiga Cet. 1* (Jakarta: Kencana, 2006), hlm. 158

²⁷ John Mcleod, *Pengantar Konseling: Teori dan Studi*, hal. 157

²⁸ Ahmad Mufid, *Tips Berpikir Positif*, (Yogyakarta : Psikopedia, 2015), hal.243

Syekh Muhammad Mutawalli as-Sya'rawi mengatakan , pikiran adalah alat ukur yang digunakan manusia untuk memilih sesuatu yang dinilai lebih baik dan lenih menjamin asa depan diri dan keluarganya. Sehingga dengan berpikir , kata James Allan, seseorang bisa nementukan pilihanya.³⁰

Adapun pada aspek prasangka baik terhadap sesama manusia (husn al-Zhann bi almu'minin) dijelaskan pada surat Al-Hujuraat ayat 12 sebagai berikut:

³¹ Ahmad Rusydi. Husn Al-Zhann: *Konsep Berpikir Positif Dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental*. Vol. 7. No 1, ,2012,hal.9

“Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan prasangka (kecurigaan), karena sebagian dari prasangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang”³²

³² Departemen Agama RI, *Mushaf Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*, (Bandung: Syamil Cipta Media, 2006) hal.517

Pikiran merupakan landasan atau penggerak tubuh manusia dalam berperilaku dan bertutur kata, karena tubuh merespons perintah dari otak, sehingga pikiran memiliki peran penting dalam kehidupan manusia. Penjelasan mengenai pentingnya berpikir positif adalah sebagai berikut:

- ³³ Ahmad Rusydi, Husn Al-Zhann: *Konsep Berpikir Positif Dalam Perspektif Psikologi Islam*, hal.11

e. Membangun rasa toleransi dan empati

f. Membentuk jiwa yang optimis dan pantang menyerah

g. Menjadikan hidup terasa ringan dan rileks

Orang yang berpikir positif selalu memandang kejadian apapun pasti mengandung hikmah dan pelajaran di balikya sehingga membuat hidupnya terasa lebih rileks .³⁴

2. Tujuan Berpikir Positif

Berpikir positif akan menimbulkan keinginan yang positif pula, dengan selalu membiasakan berpikir positif maka kita akan menemukan mana yang terbaik dan mana yang terburuk dalam hidup ini . Pikiran positif bertujuan untuk menghasilkan kinerja yang optimal dan hubungan yang harmonis antara kita dengan oranglain.

³⁴ Wijaya Cahyo Satria, *Think Positive, feel positive & Get Positive Life*, (Yogyakarta: Second Hope, 2011), hal. 49-68

Berpikir positif akan membawa seseorang untuk mencapai kesuksesan dan keberhasilan. Orang yang berpikir positif mengetahui dengan tepat apa yang mereka inginkan, mereka harus meraihnya dengan kepastian yang terarah dan usaha yang pantang menyerah. Dalam diri mereka ada antusiasme, semangat yang tetap bertahan dalam setiap situasi sulit dan ragu-ragu .³⁶ Pikiran positif membuat seseorang tampil sebagai orang yang bermotivasi. Orang-orang akan suka berada disekitar kita. Berpikir positif memberi kemampuan melihat kemungkinan-kemungkinan positif di setiap situasi .

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari berpikir positif adalah agar manusia mencapai kebahagiaan dan kesuksesan dalam melakukan segala hal. Orang-orang yang berpikir positif tidak akan pernah menyerah dalam menghadapi segala rintangan yang dihadapi. Berpikir positif semua yang sulit menjadi mudah. Dengan kata lain berpikir positif membentuk karakter yang positif pula.

1. Pengertian Trauma

Menurut pendapat Dr. Ida Kaplan dan Ms. Diana Orlando trauma adalah suatu respon yang sifatnya secara emosional sangat menekan

³⁵ Musa Rasyid El-Bahdal, 2010. *Asyiknya Berpikiran Positif*. Jakarta: Zaman, 2010), hal. 82

³⁶ Vincent Peale Norman, *Berpikir Positif*, (Jakarta: Bina Rupa Aksara, 2006), hal.135

Menurut M. Noor HS, dalam himpunan istilah psikologi memberikan pengertian bahwa trauma adalah pengalaman yang tiba-tiba mengejutkan yang meninggalkan kesan mendalam pada jiwa orang yang bersangkutan.³⁸Trauma menurut Kartini Kartono dalam bukunya yang berjudul Hygiene Mental memberi pengertian bahwa trauma adalah luka jiwa yang dialami seseorang, disebabkan oleh suatu pengalaman yang sangat menyudutkan atau melukai jiwanya.³⁹

Menurut Sudarsono dalam Kamus Konseling memberikan pengertian bahwa trauma adalah pengalaman yang tiba-tiba mengejutkan yang meninggalkan kesan yang mendalam pada jiwa seseorang, sehingga dapat merusak fisik maupun psikologisnya, dan dengan pengalaman-pengalaman traumatis tersebut dapat membentuk sifat pribadi seseorang, yang ditandai dengan tidak percaya diri, dengan menghindari hal-hal yang menurutnya akan terulang kembali.⁴⁰

Dari beberapa pengertian diatas peneliti menyimpulkan bahwa Trauma adalah sebuah pengalaman yang mengejutkan secara tiba-tiba

³⁸ M. Noor. HS., *Himpunan Istilah Psikologi, Cet. IV* (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1997), hal. 164.

⁴⁰ Sudarsono, *Kamus Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 1997), hal. 231

berhungan dengan kencan, berkeluarga, dan sebagainya.

- d. Trauma eksistensial yaitu trauma yang diakibatkan karena kurang berhasil dalam hidup.

3. Ciri-ciri trauma

Untuk mengetahui lebih jelas mengenai trauma, berikut akan dipaparkan indikator-indikator trauma dilihat dari lima aspek, sebagai berikut :

- a. Aspek fisik, merupakan aspek yang dapat dilihat oleh kasat mata. Aspek fisik ditunjukkan dengan indikator sering mengalami sesak nafas, menurunnya selera makan, gangguan pencernaan, menurunnya kekebalan tubuh (mudah sakit), mudah lelah, dan sejenisnya.
- b. Aspek kognitif, merupakan aspek yang menyebabkan rusaknya sistem penyimpanan informasi dengan indikator sering melamun, terus-menerus dibayangi ingatan yang tidak diinginkan, tidak bisa fokus dan susah konsentrasi. Bahkan tidak mampu menganalisa dan merencanakan hal-hal sederhana dan tidak mampu mengambil keputusan.

- Terdapat tiga tipe gejala yang terjadi pada gangguan stres paska trauma yaitu:

- ⁴² Hidayat Mustofa “*Sindrom Trauma dan Cognitive-Behavior Therapy*” UPI Bandung, (Juni, 2007), hal. 26.

Penghindaran dan emosional yang dangkal, ditunjukkan dengan menghindari aktivitas, tempat, berfikir, atau percakapan yang berhubungan dengan trauma. Selain itu juga kehilangan minat terhadap semua hal.

c. Sensitivitas yang meningkat, ditunjukkan dengan susah tidur, mudah marah, tidak mengendalikan marah, susah konsentrasi, kewaspadaan yang berlebih, respon yang berlebih atas segala sesuatu.⁴³

Dalam bukunya Kartini Kartono yang berjudul *Hygiene Mental* dijelaskan bahwa trauma disebabkan oleh suatu pengalaman yang sangat menyedihkan atau melukai jiwanya, sehingga karena pengalaman tersebut sejak saat kejadian itu hidupnya berubah menjadi radikal. Pengalaman traumatis dapat bersifat jasmaniyah misalnya berupa kecelakaan berat, cedera fisik, dan cacat secara mental. Pengalaman traumatis dapat pula bersifat psikologis, misalnya mendapatkan peristiwa yang sangat mengerikan sehingga menimbulkan kepiluhan hati, shock jiwa dan lain-lain.⁴⁴

⁴⁴ Kartini Kartono dan Jeny Andriani, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* (Bandung: Mandar Maju, 1989), hal. 44

Keadaan mental dan fisik individu sebelum terjadinya peristiwa traumatik juga turut berperan, jika kesehatan mental dan fisik individu kurang bagus maka trauma akan mengendap terus dalam dirinya. Begitu juga mekanisme pertahanan masing-masing individu sangatlah menentukan, bila pertahanan mentalnya kuat maka peristiwa-peristiwa traumatik tidak akan berpengaruh namun apabila mekanisme pertahanan mental individu lemah maka peristiwa itu bisa menjadi peristiwa yang mengerikan dalam dirinya.⁴⁷

⁴⁷ Tjutju Soendari, "Gejala-gejala Trauma : Hubungannya dengan Vokasional, dan Pengembangan Kepribadian Pekerja" (Juni. 2006), hal. 19-20

Dari beberapa uraian di atas Peneliti menyimpulkan bahwa kekerasan seksual adalah sebuah tindakan pemaksaan pelaku kepada korban untuk melakukan hubungan seksual atau aktifitas seksual lainnya baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga menimbulkan kerugian atau bahaya bagi si korban.

a. Pelecehan seksual Verbal

Wujud pelecehan seksual secara verbal lebih dilakukan dengan wujud ucapan atau perkataan yang ditujukan pada orang lain namun mengarah pada sesuatu yang berkaitan dengan seksual, pelecehan ini dapat berwujud seperti :

- 1) Bercandaan, menggoda lawan jenis atau sejenis, ataupun mengajukan pertanyaan seputar seksual didalam diskusi atau obrolan yang tidak dikhususkan membahas seputar seksual.
- 2) Bersiul-siul yang berorientasi seksual.
- 3) Menyampaikan atau menanyakan pada orang lain tentang keinginan secara seksual ataupun kegiatan seksual yang

[illegible]

4) Mengkritik atau mengomentari bentuk fisik yang mengarah pada bagian-bagian seksualitas, misalnya bentuk pantat ataupun ukuran kelamin seseorang.

Bentuk pelecehan non verbal merupakan kebalikan dari verbal apabila dalam pelecehan verbal adalah menggunakan kata-kata ataupun ajakan berbentuk tulisan dalam katagori non verbal ini lebih menggunakan tindakan akan tetapi tidak bersentuhan secara langsung antara pelaku dengan korbanya, misalnya :

- 1) Memperlihatkan alat kelamin sendiri dihadapan orang lain baik personal ataupun dihadapan umum,
- 2) Menatap bagian seksual orang lain dengan pandangan yang menggoda,
- 3) Menggesek-gesekan alat kelamin ke orang lain.

Dalam katagori ini pelecehan seksual antara pelaku dan korban sudah terjadi kontak secara fisik, dapat digolongkan perbuatan yang ringan dan berat misalnya :

- [illegible]

- 3) Memeluk, mencium atau menepuk seseorang yang berorientasi seksual.⁵¹

Dari beberapa macam bentuk pelecehan seksual , yang menjadi obyek penelitian adalah seorang anak yang mengalami pelecehan seksual fisik .

2. Dampak terjadinya kekerasan Seksual

Finkelhor dan Browne mengkategorikan empat jenis dampak trauma akibat kekerasan seksual yang dialami oleh anak-anak, yaitu:

- a. Pengkhianatan (Betrayal). Kepercayaan merupakan dasar utama bagi korban kekerasan seksual. Sebagai seorang anak, mempunyai kepercayaan kepada orangtua dan kepercayaan itu dimengerti dan dipahami. Namun, kepercayaan anak dan otoritas orangtua menjadi hal yang mengancam anak.
- b. Trauma secara Seksual (Traumatic sexualization). Russel menemukan bahwa perempuan yang mengalami kekerasan seksual cenderung menolak hubungan seksual, dan sebagai konsekuensinya menjadi korban kekerasan seksual dalam rumah tangga. Finkelhor mencatat bahwa korban lebih memilih pasangan sesama jenis karena menganggap laki-laki tidak dapat dipercaya
- c. Merasa Tidak Berdaya (Powerlessness). Rasa takut menembus kehidupan korban. Mimpi buruk, fobia, dan kecemasan dialami oleh korban disertai dengan rasa sakit. Perasaan tidak berdaya

⁵¹ N.K. Endah Trwijati, *Pelecehan Seksual : Tinjauan Psikologis*, hal.1

Di Indonesia kasus kekerasan seksual setiap tahun mengalami peningkatan, korbannya bukan hanya dari kalangan dewasa saja sekarang sudah merambah ke remaja, anak-anak bahkan balita. Fenomena kekerasan seksual terhadap anak semakin sering terjadi dan menjadi global hampir di berbagai negara. Kasus kekerasan seksual terhadap anak terus meningkat dari waktu ke waktu. Peningkatan tersebut tidak hanya dari segi kuantitas atau jumlah kasus yang terjadi, bahkan juga dari kualitas. Dan yang lebih tragis lagi pelakunya adalah kebanyakan dari lingkungan keluarga atau lingkungan sekitar anak itu berada, antara lain di dalam

[illegible]

Kererasan seksual yang terjadi pada anak bisa memberi dampak buruk bagi perkembangan fisik maupun psikisnya yang dapat mengakibatkan trauma berkempanjangan , disini Peneliti menggunakan Bimbingan konseling islam Melalui Cognitive behavior therapy guna menangani trauma pada anak korban kekerasan seksual. Berpikir positif akan menimbulkan keinginan yang positif pula, dengan selalu membiasakan berpikir positif maka kita akan menemukan mana yang terbaik dan mana yang terburuk dalam hidup ini . Pikiran positif bertujuan untuk menghasilkan kinerja yang optimal dan hubungan yang harmonis antara kita dengan oranglain. Selain itu dengan berpikir positif pada Allah SWT kita akan diliputi kebaikan dan kebahagiaan .⁵⁵

[illegible]

G. Penelitian Terdahulu

1. Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Kognitif Behavior untuk Mengatasi Kecemasan Seorang Mahasiswa di UIN Sunan Ampel Surabaya . Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Islam UINSA 2018

Penelitian diatas secara garis besar membahas tentang kecemasan seorang mahasiswa. persamaan yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama menggunakan Terapi kognitif behavior sehingga bisa dijadikan rujukan dan relevansi.

Perbedaannya adalah dalam objek dan kasus penelitian, penelitian diatas menggunakan kasus kecemasan sedangkan peneliti sekarang menggunakan kasus trauma.

2. Pemulihan Psikologis pada Korban Kekerasan Seksual. Skripsi Uin Sunan Kalijaga Jogjakarta 2018

Penelitian diatas secara garis besar membahas tentang pemulihan korban kekerasan seksual. persamaan yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama menggunakan objek korban kekerasan seksual sehingga bisa dijadikan rujukan dan relevansi.

Perbedaannya adalah dalam peneliti terdahulu tidak menjelaskan terapi dan teknik yang digunakan dalam pemulihan psikologi korban kekeasan seksual, sedangkan peneliti sekarang menggunakan terapi kognitif behavior.

3. Indah Masruroh, Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Trauma Seorang Suami Akibat Perceraian di Biro Konsultasi Keluarga Sakinah Al-Falah Surabaya, Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2007.

Penelitian di atas secara garis besar membahas tentang trauma seorang suami sebab perceraian. Persamaan pada penelitian tersebut dengan yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti tentang trauma sehingga bisa dijadikan rujukan dan relevansi.

perbedaannya terletak pada obyek serta kasus yang melatar belakangi masalah konseli. Pada penelitian terdahulu obyeknya adalah seorang suami yang mengalami trauma akibat perceraian.

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

Indonesia telah meratifikasi konvensi hak anak/ *convention on the right of the child* (KHA PBB/CRC) sejak tahun 1990 dengan keppres RI Nomor 36 Tahun 1990. Setahun setelah pengesahan KHA oleh Sidang Umum PBB. Namun perhatian terhadap hak-hak anak dan perlindungannya belum banyak mendapatkan perhatian luas, karenanya perlu sosialisasi dan avokasi untuk memahami, menghormati, dan memenuhi hak- hak anak tersebut.

Unicef bekerjasama dengan departemen sosial kala itu membentuk Pokja untuk mendirikan Lembaga Perlindungan Anak (LPA) di berbagai Provinsi di Indonesia dan Komnas Perlindungan Anak sebagai LPA tingkat Nasional. Berdirinya LPA dimaksudkan untuk menyebarluaskan pengertian dan kesadaran hak- hak anak, sekaligus mengadvokasikan kepada Instituisi Pemerintahan Daerah, Masyarakat dan Keluarga untuk peduli terhadap hak- hak anak, mengeliminasi praktek kekerasan, diskriminasi dan penelantaran anak.

LPA Jatim berdiri tanggal 18 Desember 1998. Tanggal ini adalah pertemuan lokarya yang menghasilkan kesempatan untuk membentuk LPA di Jawa Timur. Pendirinya adalah sejumlah stakeholder yang lahir dalam lokakarya tersebut yang terdiri atas : instansi / Dinas Pemerintah terkait, Lembaga swadaya peduli anak, Perguruan tinggi, Media massa dan

1. Deskripsi Lembaga Perlindungan Anak

Di bawah Majelis ada Kepengurusan Lembaga Perlindungan Anak yang berjumlah 6 (enam) orang yang dipilih dari anggota Majelis. Pengurus bertugas dan bertanggungjawab melaksanakan hasil-hasil keputusan sidang Majelis. Untuk melancarkan tugas pengurus telah mengangkat staf purna waktu (*full timer*) sebagai pelaksana harian dan staf paruh waktu (*part timer*) pada unit Hotline service. Ada empat orang staf eksekutif (Direktur, Wakil Direktur, staf keuangan dan staf administrasi), satu orang staf program USCES, satu orang coordinator

[illegible]

penyebaran informasi, program aksi dan monitoring serta evaluasi terhadap pelaksanaan KHA dan undang-undang perlindungan anak No. 23 tahun 2002.⁵

d. Letak Geografis

Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Jawa Timur berada di jalan Bendul merisi No.02 Surabaya lebih tepatnya di kompleks dinas ketenagakerjaan Surabaya. Sebelumnya Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Jawa timur kantornya ada di jalan genteng kali Surabaya kemudian pindah ke Komplek dinas ketenagakerjaan. Letaknya cukup strategis di samping RS AL Dr. Ramelan. Buka pada hari senin-jumat pukul 08.00-16.00. luas kantor sekitar 9 x 10 Meter dengan 1 ruang Pegawai, 1 Ruang konseling dan 1 kamar Mandi.

e. Data Masalah

Masalah- masalah yang di tangani di LPA jatim di kelompokkan menjadi 8 kategori yaitu :

- 1) Masalah seksual
- 2) Penelantaran anak
- 3) ABH
- 4) Fisik
- 5) Hak Asuh Anak
- 6) Eksploitasi Ekonomi

⁵ Dokumen Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur

laku trauma yang dialami konseli yang menjadikan konseli menarik diri dari lingkungan sekitar. Sehingga memerlukan bantuan oleh peneliti sebagai konseli guna konseli mampu hidup selaras sesuai dengan masa perkembangan dan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Adapun biodata konselor pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Nama : Ainun jariyah

Nim : B03215002

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Tempat tanggal lahir : Lamongan, 28-09-1997

Usia : 22 Tahun

Anak ke : 1 dari 2 saudara

Jenis kelamin : Perempuan

Status : Mahasiswa semester 8

Alamat asal : Jl. Petemon IV No. 106
Sawahan Surabaya

Riwayat pendidikan Konselor:

- 1) TK PANCASILA Kalitengah
Lamongan (2003-2006)
- 2) SD Negeri 1 Kalitengah
lamongan (2006-2009)

g ke RSJ Lawang d
i dengan berbagai
RSJ Lawang, kon
kecewaan seorang a
an neneknya dan seja

Jawa Timur, yang akhirnya konselor berinisiatif untuk mengangkat salah permasalahan pada Konseli yang melapor ke Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur.

Berdasarkan pengalaman secara teoritis dan praktis tersebut, peneliti/ konselor/ terapis berusaha untuk membantu konseli dalam penelitian ini untuk menghilangkan rasa Trauma pada konseli korban kekerasan seksual . Sehingga nanti konseli mampu untuk bersikap selaras sesuai perkembangan anak seusianya pada umumnya.

3. Deskripsi Konseli

a. Data Indentitas konseli

Konseli merupakan orang yang mengalami masalah dalam dirinya maupun lingkungannya dan memerlukan bantuan untuk menangani permasalahan tersebut. berupa bimbingan dan konseling untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi oleh konseli. Konseli merupakan salah satu dari beberapa yang datang melapor ke Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Jawa Timur, untuk lebih jelasnya konselor akan menguraikan tentang identitas konseli, keluarga konseli, kepribadian konseli, keadaan ekonomi, dan lingkungan sekitar konseli sebagai berikut :

a. Data identitas konseli sebagai berikut :

Nama : Sita Anggraini (Nama Samaran)

Nama Panggilan : Sita

Tempat tanggal lahir : Sidoarjo, 22 Desember 2005

Usia : 14 tahun

Agama : Islam

Hobi : Olahraga

Cita-cita : TNI

Jenis kelamin : Perempuan

Suku bangsa : Indonesia

Alamat Domisili : Jl. Putat Jaya 7 c Barat

Alamat asal : Jl. Banyu Urip Kidul IVG

Anak ke : 1 dari 2 saudara

Status pernikahan : Pelajar

Nama Saudara : Muhammad Saiful (Nama samaran)

b. Riwayat pendidikan Konseli

Adapun riwayat pendidikan konseli adalah sebagai berikut :

- 1) TK Tunas Harapan Kertosono
- 2) SD Negeri 3 Banyu Urip Surabaya

c. Identitas Orang tua Konseli

Nama Ayah : Moch Sumarno (Nama samara)

Tempat Tanggal lahir : Surabaya, 06-04-1972

Agama : Islam

Pekerjaan : Supir

Pendidikan Terakhir : SMP

Nama Ibu : Azizah (Nama Samaran)

Tempat Tanggal lahir : -

Agama : Islam

Pekerjaan : Ibu Rumah tangga

Pendikan Terakhir : SD

d. Latar belakang Kepribadian Konseli

konseli merupakan anak yang penurut dengan kedua orang tuanya hanya saja terkadang jika tidak sesuai dengan prinsipnya konseli berontak apalagi sejak kejadian pelecehan seksual yang di alaminya konseli ingin berontak tapi tidak tau kemana dia harus mengutarakan isi hatinya . ditambah lagi kasus ibu konseli yang melakukan penipuan dan melarikan diri dan meninggalkan rumah menambah beban pikiran konseli . konseli merasa teman-temannya disekolah maupun tetangganya banyak yang tidak suka padanya dan menjauhinya sehingga konseli berpikiran bahwa semua orang itu jahat dan tidak ada yang baik. Sekarang konseli selalu berpikiran negative kepada lingkungan sekitarnya dan menarik diri dan lebih suka menyendiri hingga sempat tidak mau sekolah.

e. Latar Belakang ekonomi

Keluarga konseli merupakan dari keluarga tergolong kurang mampu atau menenah kebawah. Keluarga konseli tidak memiliki rumah sehingga sampai sekarang masih kontrak/kos. Sebelumnya ayahnya bekerja sebagai supir panggilan di Surabaya yang tak jarang juga ke luar kota yang pekerjaannya tidak menentu

f. Latar Belakang Keluarga

[illegible]

g. Latar Belakang Keagamaan

4. Deskripsi Masalah Konseli

[illegible]

dengan bertambahnya masalah maka semakin menumpuk dan mengganggu perkembangan kepribadian.

Konseli yang bernama sita (nama samaran) merupakan anak yang penurut, di usianya yang tergolong masih 14 tahun dia mengalami beban yang cukup serius. Tempat tinggal konseli yang kurang mendukung menjadi salah satu faktor terjadinya kejadian yang kurang menyenangkan bagi konseli. Konseli mendapatkan perlakuan kekerasan seksual di tempat tinggalnya . pada saat konseli tidur dan tidak ada orang tuanya di rumah . konseli diraba-raba tubuhnya oleh pelaku yang tidak lain adalah teman ayah kandungnya. Kejadian tersebut berulang hingga 5 kali dan orang tua konseli baru mengetahuinya karena konseli menjadi anak yang pendiam dan murung hingga tidak mau sekolah . saat di desak orang tua konseli, konseli akhirnya mau bercerita. Hingga berita itu menyebar ke tetangga dan teman-teman di sekolahnya sehingga konseli menarik diri dari lingkungannya dan tidak mau sekolah karena sangat malu.

tiga bulan kemudian konseli mendapat beban yang berat lagi , ketika sang ibu yang dulunya pernah masuk bui karena melakukan penipuan sekarang terulang lagi. Sang ibu membawa kabur uang sekitar 60 juta , konseli dan ayahnya sampai saat ini tidak tau keberadaan sang ibu. Hingga semua tetangga dan teman-teman disekolah mendengar kabar tersebut konseli semakin di ejek sehingga

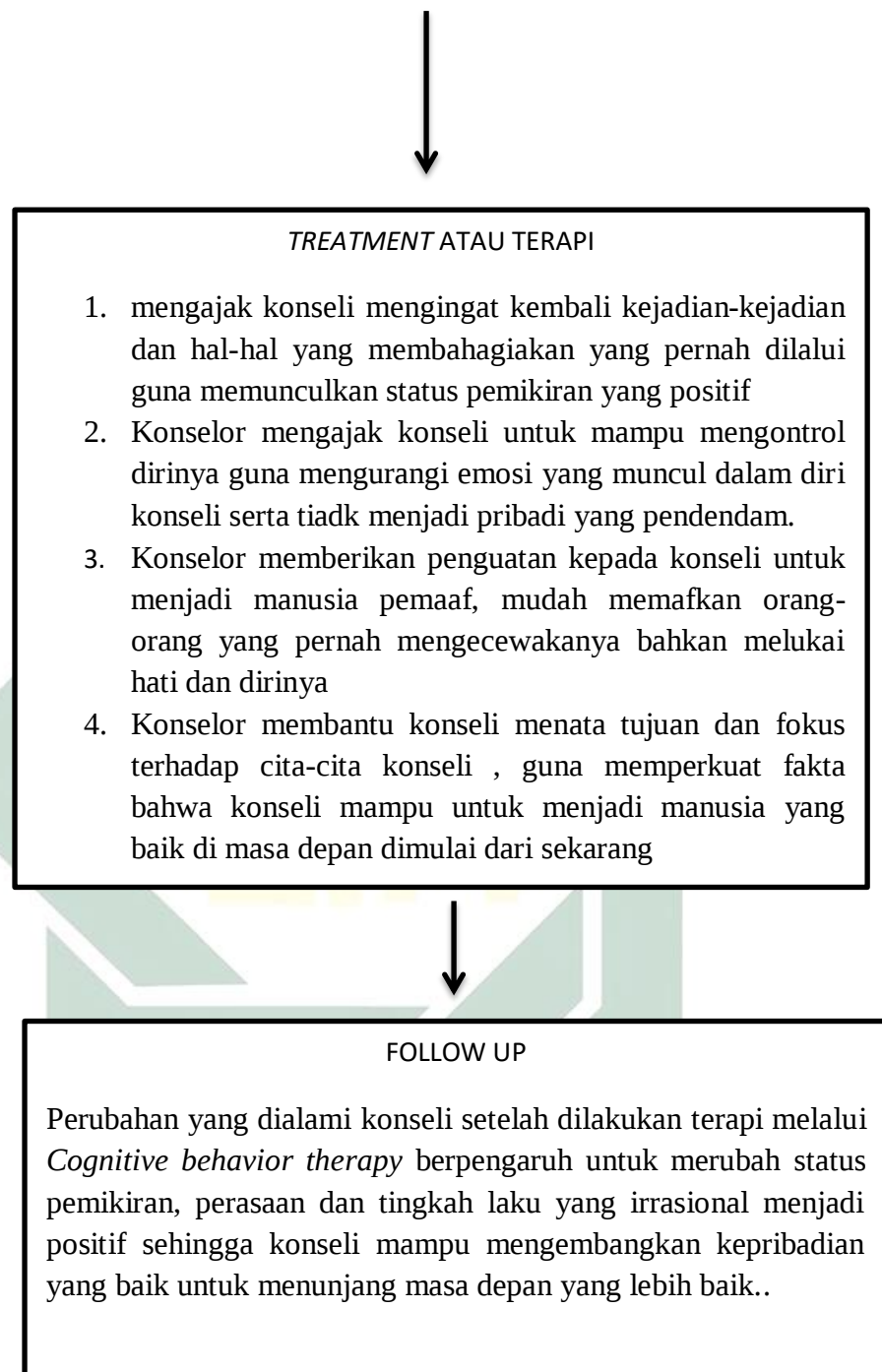
konseli sangat marah dan sangat malu , menganggap semua orang jahat kepadanya dan semain menarik diri dari lingkungannya.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripsi Proses Bimbingan Konseling Islam Melalui *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Menangani Rasa Trauma Pada Seorang Anak Korban Kekerasan Seksual Di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur

Bimbingan dan Konseling Islam bagi seorang yang mengalami Trauma berkaitan erat dengan proses seseorang mampu menghilangkan kekhawatiran atau kecemasan dalam dirinya dan lingkungan sekitarnya, mampu merubah pikiran yang negatif menjadi lebih positif. Oleh karena itu pelayanan bimbingan dan konseling bagi seseorang yang mengalami trauma yang terjadi pada dirinya akan lebih fokus pada perubahan kognitif atau status pemikiran konseli dari negatif menjadi positif terhadap trauma yang dialaminya sehingga dapat merubah emosi serta tingkah laku yang lebih baik.

Bentuk pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam bagi seorang anak yang mengalami trauma dalam penelitian ini adalah bimbingan konseling islam menggunakan *Cognitive behavior therapy* dengan menata keyakinan dan melakukan perubahan pada pemikiran konseli untuk berubah menjadi yang lebih positif agar mampu mengembangkan kepribadian konseli serta menjadi pribadi yang positif dan lebih produktif. Konselor dan konseli membuat kesepakatan



a. Identifikasi Masalah

Konselor mengumpulkan data informasi mengenai konseli beserta latar belakangnya, dalam analisis ini konselor menggunakan metode wawancara dan observasi dari konseli yang diperoleh dari beberapa sumber data yang digunakan untuk menggali informasi lebih dalam. Identifikasi masalah dalam hal ini yaitu berkaitan dengan gejala-gejala apa sajakah yang sering muncul pada diri konseli yang membuat konseli mengalami kesulitan sehingga memerlukan bantuan. Informasi tersebut didapat dari hasil wawancara dengan konseli dan orang-orang terdekat konseli. Adapun data-data yang diperoleh dari sumber-sumber akan konselor uraikan sebagai berikut:

1) Data yang bersumber dari konseli

Sita (Nama samara) merupakan anak pertama dari dua bersaudara yang duduk di bangku Sekolah dasar kelas 6 sekaligus salah satu konseli di Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Jawa Timur. Konselor melakukan kunjungan rumah ke tempat tinggal konseli karena utusan dari tempat konselor melakukan PPL. Konselor melakukan kunjungan rumah pada tanggal 11 oktober 2018. Konselor mendapatkan bebapa info tentang konseli.

Sita dari kecil memang sering berpindah-pindah mengikuti orang tuanya. Sita masuk TK Tunas Harapan di

Kertosono kemudian masuk SD di SD N 3 Banyu urip Surabaya. Dari sejak sekolah konseli memang tidak banyak memiliki teman , konseli lebih nyaman bermain dengan teman-teman yang laki-laki karena baginya berteman dengan laki-laki lebih asyik dan tidak banyak drama.tidak heran jika konseli terlihat tomboy. Konseli bercerita bahwa dia sering di omongi dibelakang oleh teman-teman perempuan dikelas. Dan sering di musuhi oleh teman-temanya tanpa sebab namun konseli mencoba cuek.

Tempat tinggal konseli dan keadaan ekonomi yang kurang mendukung membuat berbagai masalah datang menghampiri. Saat konseli dan keluarganya tinggal ikut dengan nenek konseli , konseli sering mendapatkan perlakuan kurang baik dari tantenya. Hingga konseli mendapatkan hukuman secara fisik dari tantenya hanya karena tantenya tidak suka dengan ibu konseli. Meski tertekan namun konseli mencoba sabar karena konseli sadar bahwa konseli dan keluarganya hanya numpang disana dan tidak memiliki tempat tinggal. Ayah konseli merasa kasihan akan sikap kurang baik yang dilakukan oleh adik iparnya , akhirnya ayah konseli memilih untuk mengalah dan pindah dari rumah ibunya. Setelah pergi dari rumah tersebut konseli dan keluarganya

Di kos tempat tinggal konseli ,konseli mendapatkan perlakuan tidak menyenangkan juga . konseli menjadi korban kekerasan seksual oleh teman ayahnya. Kejadian itu berulang sebanyak 5 kali saat konseli tidur dan tidak ada orang ditemoat tinggalnya. meski hanya di raba-raba tapi konseli merasa hal ersebut mengguncang psikisnya sehingga konseli menjadi murung dan tidak mau sekolah dan menarik diri dari lingkungan sekitarnya.

Meskipun masih tergolong anak-anak namun konseli sdh memiliki sosial media seperti facebook , konseli kerap mengekspresikan curahan hatinya di sana dan mencari perhatian di sosial media karena baginya sosial media tidak banyak drama dari pada dunia nyata yang menurut konseli orang-orang disekelilingnya tidak menyukaianya dan membencinya. Konseli juga mempunyai beberapa teman dekat yang dikenalnya dari media sosial.⁷

2) Data yang bersumber dari orang tua konseli

Ayah konseli merasa kasihan pada sita, dari kecil sita kurang merasakan bahagia karena beberapa masalah yang hadir dikeluarganya. Dulu awalnya orangtua pak sumatno

⁷ Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 11 oktober 2018

Konseli merupakan anak yang penurut dan tidak banyak tingkah. Setelah kasus kekerasan seksual yang menimpa dirinya konseli menjadi pribadi yang murung, nafsu makanya menurun dan menutup diri . bahkan orang tua konseli tau kejadian ini setelah melihat sikap konseli yang berbeda dari biasanya sehingga orang tua mendesak konseli agar mau bercerita. Dan betapa marahnya orang tua melihat anaknya di perlakukan demikian.

[illegible]

perbaikan. Fungsi perbaikan yaitu fungsi untuk membantu konseli sehingga dapat memecahkan permasalahan dalam berfikir, berperasaan dan bertindak. konselor membantu konseli mengenali, memahami, menerima keadaan dirinya dan mampu memecahkan permasalahan melalui perbaikan.

Setelah konselor melakukan observasi dan wawancara kepada konseli dan berbagai pertimbangan, maka konselor menetapkan menggunakan *Cognitive behavior therapy* fokus pada mengelola status pemikiran konseli menuju pemikiran yang positif sehingga emosi dan tingkahlaku menjadi positif ,sebagai bantuan yang akan diberikan kepada konseli. Proses terapi ini dilakukan dengan pertimbangan waktu antara konselor dan konseli. Tujuan dari *treatment* ini adalah mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan tentang masalah yang mereka hadapi. Dalam teknik ini konselor berupaya membantu konseli untuk merubah pikiran dan pernyataan negatif serta keyakinan yang irrasional yang dialami konseli. Melalui teknik ini konseli diharapkan mampu mengurangi rasa trauma yang dialaminya. Konselor dalam hal ini berperan secara aktif dalam mengarahkan dan membimbing konseli untuk melakukan teknik tersebut. Pada proses konseling ini lebih diarahkan dengan memfokuskan restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat

dari kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis dan lebih fokus dengan saat ini dan masa depan dibanding masa lalu. Adapun Langkah-langkah yang direncanakan dalam proses *treatment* atau terapi berupa dibawah ini yaitu:

1. Konselor memberikan penguatan positif dan menentang pemikiran negative yang sering muncul pada pikiran konseli, menentang status pemikiran pada Pikiran otomatis dan kesalahan berfikir (*distorsi kognitif*) agar konseli dapat berfungsi secara efektif. Dengan mengajak konseli mengingat kembali kejadian-kejadian dan hal-hal yang membahagiakan yang pernah dilalui guna memunculkan status pemikiran yang positif.
2. Konselor mengajak konseli untuk mampu mengontrol dirinya guna mengurangi emosi yang muncul dalam diri konseli serta tiadk menjadi pribadi yang pendendam.
3. Konselor memberikan penguatan kepada konseli untuk menjadi manusia pemaaf, mudah memafkan orang-orang yang pernah mengecewakanya bahkan melukai hati dan dirinya guna konseli mampu menjalani kehidupan yang lebih baik kedepanya.
4. Konselor membantu konseli menata tujuan dan fokus terhadap cita-cita konseli , guna memperkuat fakta bahwa konseli

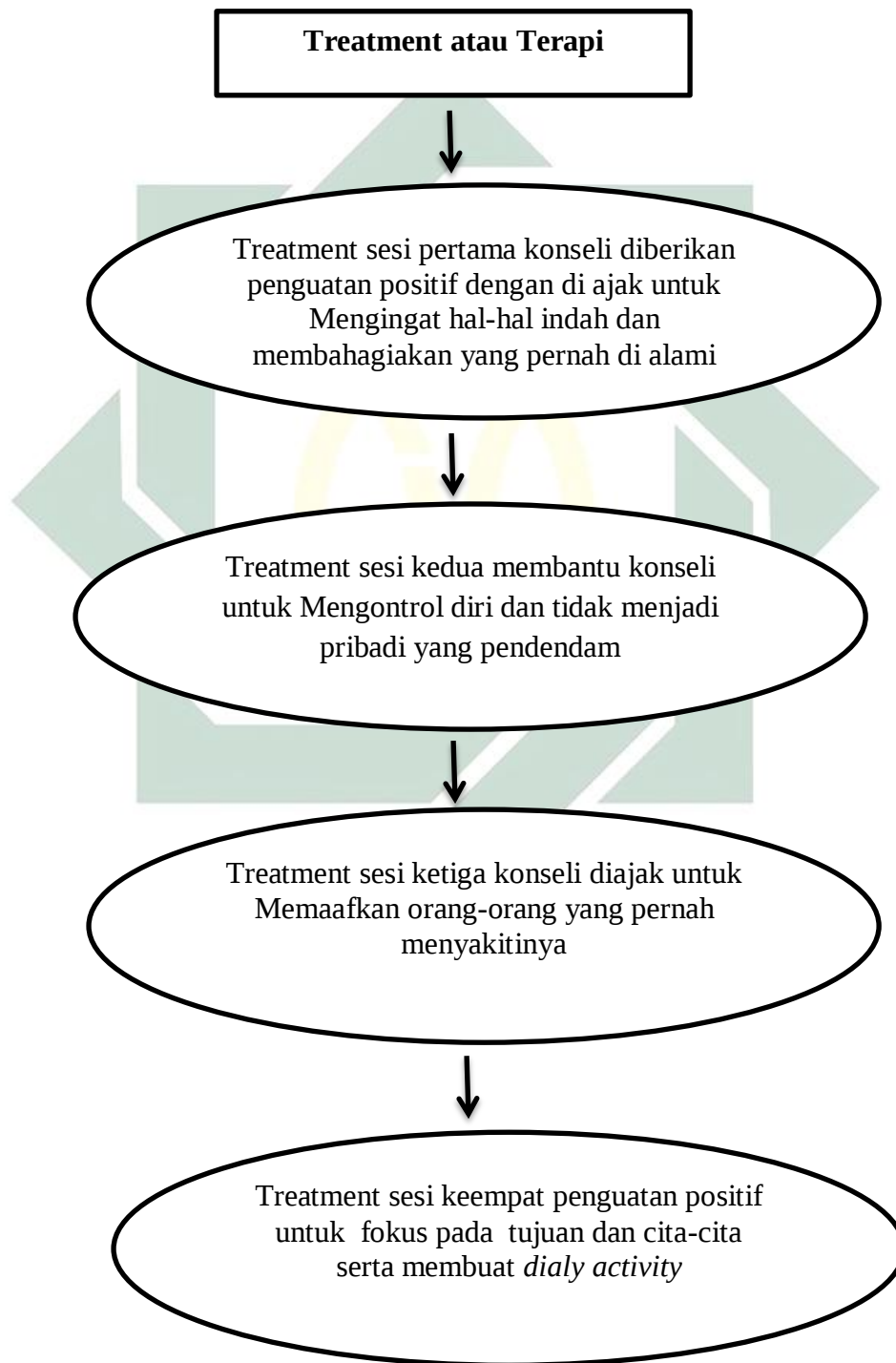
mampu untuk menjadi manusia yang baik di masa depan
dimulai dari sekarang.

5. Mengevaluasi dan memantau perkembangan konseli guna konseli mampu mandiri dan mampu menyelesaikan permasalahan yang kemungkinan datang dikemudian hari.

d. Treatment atau Terapi

Setelah konselor menetapkan terapi yang sesuai dengan masalah konseli, Langkah selanjutnya adalah pelaksanaan bantuan seperti yang telah ditetapkan dalam prognosis, hal ini sangatlah penting didalam proses konseling. Karena langkah ini menentukan sejauh mana keberhasilan konselor dalam membantu konseli memecahkan masalahnya. Konselor menggunakan *cognitive behavior therapy* dalam mengatasi rasa trauma yang dialami konseli, dengan tujuan mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi. Konselor juga memberikan sugesti agar konseli yakin dengan dirinya dan belajar atas apapun yang telah terjadi pada dirinya,yakin bahwa konseli mampu menjadi pribadi yang lebih baik dan mampu meraih masa depan yang baik sesuai dengan impian dan cita-citanya. tahap treatment ini pertama kali setip akan memulai treatment konselor mengajak konseli untuk melakukan relaksasi dengan membaca sholawat bersama setelah itu konseli

diajak untuk mengatur nafas secara perlahan dan santai agar proses treatment mendapatkan hasil yang maksimal pada setiap sesi. Adapun peta konsep *Treatment* atau terapi sebagai berikut :



1. Treatment sesi pertama konseli diberikan penguatan positif dengan di ajak untuk Mengingat hal-hal indah dan membahagiakan yang pernah di alami konseli dan orang-orang terdekat

Pada pertemuan kali ini konselor mengawali dengan mengajak konseli untuk bersholawat bersama kemudian mengatur nafas secara perlahan dan tenang agar rileks, setelah selesai bersholawat dan mengatur nafas konselor menanyakan kabar konseli. konseli bercerita bahwa kondisinya masih kacau, konseli merasakan kecemasan dan merasa dirinya tidak pantas memiliki banyak teman, merasa tidak pernah merasakan bahagia dan menganggap semua orang disekelilingnya tidak ada yang suka padanya bahkan membencinya konseli merasa malu sekali atas apa yang telah terjadi pada dirinya sehingga takut untuk bertemu orang-orang yang mengetahui masalalunya. Setelah itu konselor menanyakan bagaimana rasanya setelah melakukan sholawat dan olah nafas. Konseli menjawab setelah membaca sholawat dan mengatur nafas ada sedikit ketenangan yang dirasakan .

Fokus treatment sesi ini adalah mengajak konseli untuk mengingatkan kembali kebahagiaan, dan hal-hal menyenangkan yang pernah dilakukan konseli bersama orang-orang terdekat konseli. Konselor meminta konseli untuk sejenak menutup

وَلْيَبْلُوكُمْ بَشْيَاءٍ مِنْ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَالصَّابِرِينَ

Dibalik cobaan pasti ada hikmah yang diambil, bahwa setiap masalah akan ada hasil atau buah yang dipetik. Karena buah dari kesabaran adalah kebahagiaan. Konselor mencoba menegaskan kembali dengan cara memberikan arahan yang positif agar tidak takut ataupun cemas dengan sesuatu yang menimpa dirinya. Konselor membantu konseli untuk mensyukuri atas kebahagiaan yang pernah diterima oleh konseli.

[illegible]

2. Treatment sesi kedua membantu konseli untuk Mengontrol diri dan tidak menjadi pribadi yang pendendam

Pada pertemuan kali ini konselor mengawali proses konseling dengan mengajak konseli untuk bersholawat bersama kemudian mengatur nafas secara perlahan dan tenang agar rileks. konselor kembali menanyakan kabar konseli. Konseli bercerita bahwa sejak treatment yang pertama konseli sudah mulai menerima atas kejadian yang menimpanya meski demikian konseli bercerita bahwa dia masih membenci orang yang melakukan tindakan kekerasan seksual yang terjadi beberapa bulan lalu konseli sangat membenci sang pelaku, karena kejadian ini membuat konseli di ejek teman-temanya dan konseli merasa sangat malu . Juga ibunya yang pergi meninggalkannya karena kasus penipuan yang dilakukan ibu konseli. Konseli marah atas sikap buruk ibunya, Klein bercerita bahwa ibunya pernah masuk penjara karena kasus yang sama dan konseli sangat kecewa kenapa ibunya kembali melakukan hal yang sama tanpa memikirkan konseli beserta ayah dan adiknya.

Karena marah dan rasa malunya konseli mengakui sering melukai dirinya sendiri atau melakukan self injury, entah memukulkan Tanganya ke tembok atau menyilet tanganya. Disaat itu konseli merasa semua orang jahat padanya dan

kenapa kejadian-kejadian tersebut harus menyimpannya. Pikiran-pikiran buruk tersebut selalu muncul di pikirannya dan sangat mengganggu konseli sehingga membuat konseli menyimpulkan sesuatu secara spontan dan cenderung negatif.

Konselor memberikan penguatan kepada konseli bahwa menjadi orang yang pendendam itu justru hanya akan merugikan dirinya sendiri, pikiran-pikiran buruk ke orang lain menghambat konseli untuk melangkah maju dan justru konseli akan tetap tinggal dalam masa tersebut. Konseli ingin hal tersebut hilang dalam dirinya. Konselor mengajak konseli untuk melakukan *self talk* atau mensugesti dirinya sendiri agar tidak menjadi seseorang yang pendendam dan mampu mengontrol dirinya ketika rasa dendam itu muncul kembali dalam pikiran konseli.

Konselor memberikan pengarahan kepada konseli untuk berbicara pada dirinya sendiri bahwa setiap orang pasti pernah melakukan kesalahan karena manusia adalah tempatnya salah. Kita harus menjadi pribadi yang tidak pendendam karena itu justru yang menghambat dirinya untuk melanjutkan hidup yang lebih berkualitas.

Dari hasil treatment di atas, konseli secara berulang ulang mengatakan pada dirinya sendiri untuk tidak menjadi pribadi yang pendendam dan konseli merasa beban dalam hidupnya

Seperti biasa konselor mengawali proses konseling dengan mengajak konseli untuk bersholawat bersama kemudian mengatur nafas secara perlahan dan tenang agar rileks. konseli melaporkan kepada konselor tugas rumah yang diberikan kepada konseli dilakukanya setiap hari saat akan tidur dan setelah bangun tidur. Konseli merasa rasa dendam, marah, kesal dan kecewa kepada orang yang menyakitinya sedikit demi sedikit berkurang.

[illegible]

Konselor mengajak konseli kembali melakukan relaksasi dan *self talk* guna mendukung proses terapi. Konselor memandu konseli untuk mensugesti diri dan berkata pada dirinya “jadilah manusia yang normal, manusia yang mudah memaafkan, manusia yang selalu berpikiran positif , Allah maha pengampun dan maha penyayang aku juga harus mudah mengampuni dosa orang-orang yang telah berbuat jahat padaku karena hanya Allah yang berhak memberikan balasan dan sesungguhnya Allah maha Adil dan maha Bijaksana”

Seperti biasa konselor mengawali proses konseling dengan mengajak konseli untuk bersholawat bersama kemudian mengatur nafas secara perlahan dan tenang agar rileks. setelah mendapatkan penguatan pada treatment-treatment sebelumnya. Konselor mengingatkan kembali impian dan cita-cita konseli. dari kecil konseli bercita-cita sebagai TNI. Bahkan ketika ditanya mengenai cita-cita konseli sangat antusias. Ketika konselor bertanya dengan konseli mengapa ingin jadi seorang TNI, konseli menjawab yang pertama ingin membanggakan kedua orang tua, yang kedua ingin menjaga kedaulatan NKRI.

Hobi konseli adalah olahraga , maka dari itu konselor mengajak konseli melakukan sesi konseling di lapangan kodam brawijaya. Disana banyak alat-alat olahraga dan banyak juga orang-orang yang melakukan olahraga disana. Konselor kembali melakukan penekanan pada konseli bahwa untuk menjadi TNI itu tidak mudah dan konseli menyadari hal tersebut. Karena konseli sering olahraga, fisik konseli memang terlihat kuat dan mendukung untuk menjadi TNI. Konselor juga menyebutkan untuk menjadi TNI harus sekolah dulu , konseli diam dan menunduk. Konselor membujuk konseli agar kembali masuk sekolah karena sekolah itu penting dan menunjang agar konseli kelak bisa menjadi seorang TNI. Konselor membantu konseli untuk memilih , mau kembali sekolah ke sekolah lama konseli atau di carikan panti asuhan agar konseli tetap melanjutkan sekolah. Dengan berfikir lama dan menentukan baik buruknya akhirnya konseli memilih untuk mencoba kembali sekolah. Dan berjanji kepada konselor untuk kembali sekolah.

[illegible]

Konseli berjanji akan kembali mencoba untuk menjadi anak rajin dan selalu berpikiran positif. Menentang pikiran-pikiran dan kekhawatiran negatif yang muncul dalam dirinya untuk meraih cita-citanya menjadi TNI. Konseli dan konselor membuat kesepakatan untuk membuat bersama jadwal aktifitas sehari-hari untuk menguatkan proses konseling.

Jadwal perencanaan aktifitas sehari-hari konseli

[illegible]

Maka peneliti menyimpulkan perubahan yang terjadi pada konseli adalah sebagai berikut: konseli mulai bisa berfikir positif dan mengontrol dirinya agar tidak lagi menjadi pribadi yang pendendam, konseli juga sudah mulai mengurangi kecemasannya, konseli mulai dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sosialnya dan mulai terbuka untuk mau bergaul dengan teman-temannya. Konseli juga mengurangi rasa trauma atau kekhawatiran dan kecemasannya dalam memikirkan masa depannya atas apa yang terjadi dimasalalunya. Konseli juga belajar menghilangkan pikiran buruk terhadap sesuatu hal untuk menjadikan pikiran lebih kearah yang positif.

5. Deskripsi Hasil Bimbingan Konseling Islam Melalui *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Menangani Rasa Trauma Pada Seorang Anak Korban Kekerasan Seksual Di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur

Setelah konselor melakukan pertemuan beberapa kali dengan konseli dalam proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling melalui *Cognitive behavior tehrapy* dalam Mengatasi rasa trauma, maka hasil dari konseling diketahui dengan adanya perubahan dalam diri konseli meskipun perubahan yang terjadi secara bertahap pada diri konseli.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan konselor kepada konseli bahwa proses konseling yang dilakukan cukup membawa perubahan pada diri konseli. Setelah mendapatkan arahan dari konselor apa yang dilakukan dalam proses konseling melalui *cognitive behavior therapy*, konseli mengalami perubahan pada dirinya. Untuk meihat perubahan dalam diri konseli, konselor melakukan observasi dan wawancara. Adapun perubahan konseli sesudah proses konseling adalah sebagaimana yang telah peneliti paparkan pada bagian evaluasi :

ANALISIS DATA

A. Analisis Proses Bimbingan Konseling Islam Melalui *Cognitiv Behavior Therapy* untuk mengurangi Rasa Trauma Pada Anak Korban Kekerasan Seksual di Lembaga Perlindungan Anak Jawa Timur

Berdasarkan rasa trauma yang dialami seorang anak akibat kekerasan seksual, maka peneliti sebagai konselor menetapkan *treatment* atau terapi menggunakan *cognitive behavior therapy*. Terapi ini bertujuan agar konseli mampu mengontrol dirinya dalam berfikir, merasa, dan bertindak secara positif dan mengurangi trauma yang di alaminya sehingga

Cognitive behavior therapy merupakan pendekatan konseling yang menitik beratkan pada pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis yang lebih fokus pada kondisi sekarang dan melihat masa depan dibandingkan masa lalu. Konseli adalah seorang anak yang mengalami rasa trauma , pada saat ini merupakan kecemasan dan ketakutan dalam dirinya untuk menjalani kehidupan. Konseli selalu berfikir negatif terhadap dirinya sendiri maupun orang-orang disekitarnya karena merasa disakiti dan di kecewakan banyak orang yang menjadikannya pribadi yang menarik diri dari lingkungan sekitar.

1. Identifikasi Masalah

[illegible]

- Data yang bersumber dari konseli
- Data yang bersumber dari orang tua konseli
- Data yang bersumber dari pegawai Lembaga Perlindungan Anak

Diagnosis yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi konseli beserta latar belakangnya. Berdasarkan hasil identifikasi yang dilakukan oleh konselor, dapat didiagnosis bahwa gejala-gejala-gejala trauma yang dialami oleh konseli, antara lain:

- [illegible]

Prognosis merupakan langkah menetapkan jenis bantuan yang akan dilaksanakan untuk membantu konseli menyelesaikan masalahnya. Langkah ini ditetapkan berdasarkan diagnosis, yaitu setelah ditetapkan masalah dan latar belakang. Peneliti menetapkan terapi yang digunakan dalam proses konseling, pada langkah ini konselor menggunakan *Cognitive behavior therapy* sebagai langkah terapi. Untuk membantu konseli menyelesaikan permasalahan dan menjadikan konseli pribadi yang mandiri agar kelak ketika konseli memiliki permasalahan konseli mampu mengatasi masalahnya sendiri dan tidak tergantung kepada konselor atau orang lain. Langkah yang digunakan adalah menata atau merubah pemikiran yang irasional dan Menghentikan pikiran negatif dan mengubahnya menjadi pikiran positif yaitu dengan :

- #### 4. *Treatment* atau terapi

Dalam proses terapi ini konselor membantu konseli menata atau merubah pemikiran yang irasional dan Menghentikan pikiran negatif dan mengubahnya menjadi pikiran positif yaitu sebagai berikut:

- [illegible]

menyakitinya. konselor memberikan penguatan bahwa selain tidak menjadi pribadi yang pendendam, kita harus mampu memaafkan orang-orang yang pernah melukai hati kita. Karena dengan memaafkan kita menjadi tenang dan beban terasa berkurang. dan kita harus memaklumi bahwa semua manusia pasti pernah melakukan kesalahan dan Allah maha Pengampun atas dosa-dosa yang dilakukan hambanya. maka kita juga harus menjadi pribadi yang memaafkan kesalahan orang lain.

- daily activity.* Konselor memberikan penguatan agar konseli kembali mensugesti dirinya bahwa tidak ada yang lebih buruk dari pikiran buruk itu sendiri, ketika kita selalu berpikiran positif insyallah segala sesuatunya akan positif. Kita tidak bisa memaksa semua orang agar menyukai kita, yang bisa kita lakukan adalah selalau berbuat baik kepada siapapun. Percayalah dengan melihat semangat belajar konseli, teman-teman akan kagum kepada konseli, konseli mengangguk sembari tersenyum. Konseli berjanji akan kembali mencoba untuk menjadi anak rajin dan selalu berpikiran positif. Menentang pikiran-pikiran dan kekhawatiran negatif yang muncul dalam dirinya untuk meraih cita-citanya

mengenal latar belakang konseli dan masalahnya sehingga konselor dapat mengenali dan memahami kasus atau masalah beserta gejala-gejala yang nampak.

		2. Mengajak konseli untuk mampu mengontrol dirinya guna mengurangi emosi yang muncul dalam diri konseli serta tidak menjadi pribadi yang pendendam. 3. Memberikan penguatan kepada konseli untuk menjadi manusia pemaaf, mudah memaafkan orang-orang yang pernah mengecewakannya bahkan melukai hati dan dirinya guna konseli mampu menjalani kehidupan yang lebih baik kedepannya. 4. Membantu konseli menata tujuan dan fokus terhadap cita-cita konseli, guna memperkuat fakta bahwa konseli mampu untuk menjadi manusia yang baik di masa depan dimulai dari sekarang.
4.	Treatment atau terapi langkah pengaplikasian bantuan yang telah diputuskan yaitu menata atau merubah pemikiran yang irasional dan Menghentikan pikiran negatif dan mengubahnya menjadi pikiran positif	Pada tahap ini merupakan tahap inti dari beberapa tahap dalam bimbingan dan konseling. Langkah ini merupakan upaya untuk melaksanakan perbaikan atau penyembuhan masalah yang dihadapi konseli berdasarkan keputusan yang diambil dalam langkah prognosis. Langkah ini adalah tahap konselor dalam melaksanakan proses konseling menggunakan <i>Cognitive behavior therapy</i>. Terapi dilakukan dengan tujuan mencapai target dan menyelesaikan masalah serta menjadikan konseli

		citanya menjadi TNI.
5.	Evaluasi atau FollowUp mengetahui sejauh mana langkah terapi yang dilakukan dalam mencapai hasil.	Evaluasi atau follow up merupakan tahap terakhir yang dilakukan dalam proses bimbingan dan konseling. Setelah melakukan proses konseling dalam beberapa waktu dengan menggunakan <i>Cognitive behavior therapy</i> maka Perubahan yang dialami konseli setelah dilakukan terapi melalui <i>Cognitive behavior therapy</i> berpengaruh untuk merubah status pemikiran, perasaan dan tingkah laku yang irrasional menjadi positif sehingga konseli mampu mengembangkan kepribadian yang baik untuk menunjang masa depan yang lebih baik. “kak, sita senin besok mau try out, doakan sita yaa agar bisa mengerjakan soal dengan mudah dan lancar” konseli sekarang semangat dalam sekolah untuk menuju Ujian Nasional. Konselor memberi semangat kepada konseli agar semangat belajar cita-citanya menjadi TNI segera terwujud “sita yang semangat yaa belajarnya, semoga tryoutnya lancar dan cita-cita menjadi TNI sgera tercapai” Konselor juga memberikan tugas kepada konseli secara bertahap untuk melancarkan pemikiran, perasaan dan tingkah laku yang positif yang dimaksud. ntuk kedepannya jika pemikiran dan perasaan negatif itu muncul kembali konseli sudah paham apa yang harus dilakukanya sehingga meminimalisir pengulangan status

KK : Kadang-kadang

TP : Tidak Pernah

Dari tabel di atas kita dapat melihat perubahan konseli sebelum dan sesudah mendapatkan treatment , sebelum mendapatkan terapi konseli sering muncul pikiran, perasaan, dan tindakan kearah negatif yaitu Selalu berpikiran negatif,cemas dan khawatir dengan masalah yang di alaminya, Sedih berlarut-larut, merasa bersalah dan malu, dan merasa tertekan, Sering melamun dan tidak mau melakukan aktivitas yang memicu ingatan buruknya terulang terus menerus,menghindar dari lingkungan sekitarnya, tidak mau sekolah, dan menganggap semua orang itu jahat. Menjadi yang kadang-kadang muncul ada dua aspek yaitu aspek kognitif dan aspek behavior sedangkan yang tidak pernah muncul ada dua aspek yaitu aspek emosi/perasaan dan aspek sosial.

[illegible]

- [illegible]

DAFTAR PUSTAKA

- Hasyim, Farid. 2010. *Bimbingan dan Konseling Religius*. Yogyakarta: Ar-Ruzz media
- Hayat, Abdul. 2007. *Bimbingan Konseling Qur'ani Jilid II*. Yogyakarta: Pustaka pesantren.
- Herdiansyah, Haris. 2011. *Metode penelitian kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Herman Nirwana. 2012. *Konseling Trauma*. Jurnal. 15(2).3
- Hidayat Mustofa. 2007. *Sindrom Trauma dan Cognitive-Behavior Therapy*. Skripsi. Bandung: Universitas pendidikan Indonesia.
- HS, M. Noor. 1997. *Himpunan Istilah Psikologi, Cet. IV*. Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya.
- huraerah, Abu. 2007. *Kekerasan terhadap anak*. Jakarta : nuansa emmy soekresno
- Hurairah, Abu. 2012. *Kekerasan Terhadap Anak*. Bandung: Nuasa Press.
- Hurlock, Elizabth b. 2009. *Psikologi perkembangan*. Jakarta: erlangga
- Ivo Noviana. 2015. *Kekerasan Seksual Terhadap Anak: Dampak Dan Penanganannyachild Sexual Abuse: Impact And Hendling*. jurnal Sosiologi Informa. 01(1).
- Kaplan, Ida dan Diana Orlando. 1998. *Panduan Konseling Trauma*. 44-45.
- Kartono, Kartini dan Jeny Andriani. 1989. *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju.
- Katjasungkana, N. 2000. *Penyalahan Seksual Pada Anak*. Jakarta: Mitra Wacana.
- LN, Syamsu Yusuf. 2011. *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung : Rosdaha.
- Maston, Jhonny L & Thomas H. 1988. *Ollendick, Enhancing Children's Sosial Skill: Assessment and Training*. New York: Pergamon Press.
- M. Hafiz, Akhiriwan. 2014. *Bimbingan Konseling Islam dengan Cognitive Behavior Therapy (CBT) dalam Mencegah Masalah Kesehatan Mental (ANXIETY) Seorang Siswa di Madarasah Aliyah Bilingual Krian Sidoarjo*. Skripsi. Surabaya: Institut agama islam negeri sunan ampel

- Mcleod, John. 2006. *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus, Edisi Ketiga Cet. 1.* Jakarta: Kencana.
- Mubarok, Ahmad Al-Irsyad an Nafsy. 2002. *Konseling Agama Teori dan Kasus.* Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru
- Mufid, Ahmad. 2015. *Tips Berpikir Positif.* Yogyakarta : Psikopedia.
- Musnamar,Thohari. 1992. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam.* Jakarta : UII Press.
- Norman ,Vincent Peale.2006. *Berpikir Positif.* Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Prabowo, Raihan Adi.2017. *Positive Personality.* Yogyakarta: Brilliant Books.
- Saleh,Muwafik.2012. *Membangun Karakter dengan Hati Nurani.* Jakarta: Erlangga.
- Satria,Wijaya Cahyo.2011. *Think Positive, feel positive & Get Positive Life.* Yogyakarta: Second Hope
- Sudarsono.1997.*Kamus Konseling.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D.* Bandung: Alfabeta.
- Sukardi ,Dewa Ketut dan Desak Made Sumiati.1990. *Kamus Istilah Bimbingan dan Penyuluhan.* Surabaya : Usaha Nasional
- Tohirin. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi).* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Trwijati, N.K. Endah. 2017.*Pelecehan Seksual .Tinjauan Psikologis.*skripsi. Surabaya: universitas Surabaya.
- Walgito,Bimo.1968. *Bimbingan Konseling di Sekolah.*Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas UGM
- Winkel,W.S. 1989. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah.*Jakarta : Gramedia.
- Yusuf, Syamsul et.al.2006., *Landasan Bimbingan & Konseling.*Bandung: PT Remaja Rosdakarya.